



a

**UNIVERSIDAD RICARDO PALMA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior - Huanta**

**TESIS**

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

**AUTOR(ES):**

Prada Sulluchuco Nieves Gisella (0009-0001-6782-9687)

**ASESOR(ES):**

Segura Márquez Carmen Luisa (0000-0002-2396-1889)

**LIMA – PERÚ**

**2023**

**Metadatos Complementarios****Datos de autor**

AUTOR: Prada Sulluchuco Nieves Gisella

Tipo de documento de identidad: DNI

Número de documento: 10256865

**Datos de asesor**

ASESORA: Segura Márquez Carmen Luisa

Tipo de documento de identidad: DNI

Número de documento: 07042807

**Datos del jurado**

JURADO 1: ESPÍRITU SALINAS NATIVIDAD MARINA. DNI 09136467. ORCID 0000-0001-6621-4405

JURADO 2: CÓRDOVA CADILLO ALBERTO. DNI 08458178. ORCID 0000-0002-8221-3960

JURADO 3: TAURO URIARTE TALIA BEATRIZ. DNI 08194254. ORCID 0000-0002-7446-4284

JURADO 4: SEGURA MÁRQUEZ CARMEN LUISA. DNI 07042807. ORCID 0000-0002-2396-1889

**Datos de la investigación**

Campo del conocimiento OCDE: 5.01.00

Código del Programa: 313016

**Dedicatoria**

A mis padres, en especial a mi hija y amigos.

A mis abuelos Froilán y Adela por su ejemplo,

dedicación, amor, y fortaleza.

### **Agradecimiento**

A Dios por la vida y salud permitiéndome así cumplir una de mis metas.

A mi asesora la Dra. Carmen Segura Márquez por la enseñanza y guía.

A los estudiantes del Instituto tecnológico de Huanta, al jefe del área de Bienestar y Empleabilidad y a todas aquellas personas que contribuyeron para realizar este trabajo.

## INTRODUCCIÓN

El Perú es un país con diversidad cultural, sus manifestaciones y expresiones son múltiples y por ello es considerado a nivel mundial como referente de diversas tradiciones, historias y memorias a su vez estas hacen que como nación nos enriquezcamos más. Contrariamente a esto, la falta de empatía y compromiso de las entidades públicas que son vigilantes del abastecimiento de la salud básica de nuestra población hacen notar una enorme brecha de diferencia ocasionando disconformidad entre comunidades.

De acuerdo con el Instituto Nacional de Salud Mental (2009), el cual desarrollo un estudio epidemiológico en la sierra Rural, sostiene que el desarrollo humano trata de enfocarse desde diferentes ángulos, afirmando que la salud mental es el fundamento del bienestar y el funcionamiento efectivo para un individuo y para una comunidad, contribuyendo en el desarrollo de habilidades personales que puedan contribuir al manejo de problemas o adversidades en la vida.

Por lo tanto, el desarrollo de una salud mental óptima de un individuo en una de las etapas de aprendizaje como es la de educación superior representa mayor estabilidad, mejor manejo de recursos emocionales, para poder enfrentar retos cognitivos, personales y profesionales. Es por ello por lo que se realizó el análisis de las variables alusivas a la investigación, en este caso la variable bienestar psicológico y la variable resiliencia.

Para el desarrollo de la información, se dividió por capítulos. En el capítulo I se presenta el planteamiento de estudio estableciendo la formulación del problema de investigación, ¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior de Huanta?, así como los objetivos, la importancia, justificación y limitaciones del estudio.

En el capítulo II se indica el marco teórico refiriéndose a las dos variables, se ahondan las variables de estudio presentando las teorías sobre bienestar psicológico y resiliencia. Por otro lado, se presentan las investigaciones nacionales e internacionales, así como la definición de términos básicos.

En el capítulo III se especifican los supuestos científicos, las hipótesis, así como las variables de estudio.

En el capítulo IV se presenta la metodología, que comprende la población y la muestra a usar, el tipo y diseño de investigación. También se presentan los instrumentos de recolección de datos aplicados y se presenta el procedimiento de recogida de datos de la investigación.

En el capítulo V se presentan los resultados relacionados con las hipótesis a través de tablas y figuras.

En el capítulo VI se presentan las conclusiones generales y específicas, recomendaciones, el resumen del estudio con sus términos claves, Abstract y palabras clave.

Se complementan con las referencias y anexos correspondientes.

## ÍNDICE

Dedicatoria .....	3
Agradecimiento .....	4
Introducción .....	5
Índice .....	7
Índice de Tablas.....	10
Índice de Figuras .....	11
<b>CAPÍTULO I .....</b>	<b>12</b>
Planteamiento del Estudio .....	12
1.1 Formulación del problema .....	15
1.2. Objetivos .....	15
1.2.1 Objetivo General .....	15
1.2.2 Objetivos Específicos.....	15
1.3. Importancia y Justificación del estudio .....	15
1.4. Limitaciones del estudio.....	16
<b>CAPÍTULO II.....</b>	<b>17</b>
Marco Teórico .....	17
2. 1 Antecedentes de la Investigación.....	17
2.1.1 Antecedentes Nacionales.....	17
2.2.2 Antecedentes Internacionales .....	19
2. 3 Bases teórico-científicas del estudio .....	23

2.3.1 Bienestar Psicológico .....	23
2.3.1.1 Concepto del Bienestar Psicológico .....	23
2.3.1.2 Dimensiones del Bienestar Psicológico según Ryff.....	24
2.3.1.3 Teorías del Bienestar Psicológico .....	24
2.3.2. Resiliencia .....	25
2.3.2.1 Teorías de Resiliencia .....	26
2.4 Definición de términos básicos .....	27
<b>CAPÍTULO III .....</b>	<b>30</b>
Hipótesis y variables .....	30
3.1 Supuestos científicos .....	30
3.2 Hipótesis.....	30
3.2.1 General .....	30
3.2.2 Específicas.....	30
3.3 Variables de estudio o áreas de análisis .....	31
<b>CAPÍTULO IV .....</b>	<b>32</b>
Método .....	32
4.1 Población, muestra o participantes .....	32
4.2 Tipo y diseño de investigación.....	33
4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	34
4.4 Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos .....	37
<b>CAPÍTULO V .....</b>	<b>39</b>

Resultados .....	39
5.1 Presentación de datos .....	39
5.1.1 Resultados de Bienestar Psicológico .....	39
5.1.2 Resultados de Resiliencia .....	40
5.2 Análisis de datos .....	41
5.3 Análisis y discusión de resultados .....	46
<b>CAPITULO VI .....</b>	<b>50</b>
6.1 Conclusiones generales y específicas .....	50
6.2 Recomendaciones .....	50
6.3 Resumen .....	51
6.4 Abstrac .....	51
<b>REFERENCIAS... .....</b>	<b>53</b>
<b>Anexos</b>	
Consentimiento informado .....	63

## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Página</b>
Descripción del nivel de la variable bienestar psicológico en estudiantes de Educación Superior-Huanta,2022	<b>39</b>
Descripción del nivel de la variable resiliencia en estudiantes de Educación Superior-Huanta,2022	<b>40</b>
Prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov de las escalas de bienestar psicológico y resiliencia	<b>42</b>
Correlaciones entre bienestar psicológico y la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.	<b>42</b>
Correlaciones entre bienestar psicológico y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.	<b>43</b>
Correlaciones entre bienestar psicológico y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.	<b>44</b>
Correlaciones entre bienestar psicológico y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.	<b>44</b>
Correlaciones entre bienestar psicológico y la dimensión perseverancia de la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.	<b>45</b>
Correlaciones entre bienestar psicológico y la dimensión satisfacción de la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.	<b>46</b>

**ÍNDICE DE FIGURAS**

<b>Figura</b>	<b>Página</b>
Niveles de Bienestar psicológico en estudiantes de Educación Superior – Huanta	<b>40</b>
Niveles de Resiliencia en estudiantes de Educación Superior – Huanta	<b>41</b>

## CAPÍTULO I

### Planteamiento del Estudio

La importancia de la salud mental se subraya en la conceptualización de salud en la propia naturaleza de la Organización Mundial de la Salud [OMS], “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (2022). Por este motivo se puede definir entonces que estar sano mentalmente comprende el desafiar las tensiones por medio de sus propias capacidades de tal forma que pueda desarrollar una vida frutífera contribuyendo a su sociedad.

Considerando lo anterior, se puede mencionar que el bienestar psicológico de las personas resulta de suma importancia ya que permite comprobar si poseen o no una adecuada salud mental de tal manera que en ocasiones permite generar una confusión con el termino percepción sobre la vida (Ganoza, 2021). En consecuencia, el desarrollar una conducta prosocial genera en las personas mayor pensamiento flexible acorde a las condicionantes psicosociales del sujeto siendo un mecanismo de afrontamiento hacia los condicionantes que pueden ir apareciendo. Asimismo, Gonzáles (2021) señala que el bienestar psicológico se ha transformado en un constructo para potencializar el talento de las personas y estas puedan desarrollar mejores procesos de vinculación entre sus padres, resolución de problemas, adaptación al cambio entre otros que son necesarios para el surgimiento de patrones más estables de comportamiento.

Miranda (2018) hace referencia desde una postura psicoanalítica que para llegar a un estado de bienestar es necesario hacer consciente lo inconsciente por lo que el secreto del bienestar está en función a poder conectar con otros mediante el gozo, el amor y el trabajar, la cual le permite explorar la salud mental en los individuos.

La capacidad de dar afecto genera la posibilidad de profundizar en las relaciones sociales, mientras que la capacidad de trabajar está vinculado a la producción por medio de los esfuerzos tanto individuales como colectivos. En lo que respecta a la capacidad de jugar, éste se asocia del disfrute de actividades simbólicas. Cabe mencionar que la juventud es un momento en la vida donde es de suma trascendencia el sentido de bienestar psicológico y el logro de metas tanto académicas, laborales, personales como profesionales (Papalia, Wendkos, & Duskin, 2019). Es por ello que las instituciones de educación superior presentan un área de desarrollo estudiantil enfocado entre otras cosas al fortalecimiento integral de los jóvenes.

En lo que corresponde a la resiliencia, tal como señala Llanos y Rímac (2021) es la capacidad para salir airoso de situaciones complejas y complicadas dándole un sentido de tal manera que genere en ellos experiencias para próximos encuentros. En efecto, la resiliencia permite que muchas personas puedan conectar con sus experiencias y salir de ellas de manera victoriosa, tal como se ha podido observar en muchas poblaciones en épocas de pandemia donde muchas de ellas se vieron afectadas.

Por lo tanto se logra entender que una persona resiliente favorece al bienestar psicológico por su correspondencia bilateral, esto se enmarca a nivel situacional que muchas veces los estudiantes universitarios se enfrentan a situaciones que pueden desequilibrar su homeostasis afrontándolo en ocasiones de manera negativa, tal como se encontró en el estudio de Carrasco y Villegas (2020) que ambas variables se relacionan de manera directa de grado moderado, de tal forma que al aumento de una, aumenta la otra y viceversa; en efecto ambas variables desarrollan un porcentaje significativo para su crecimiento. Aunado a ello, el estudio de Mamani (2021) ejecutado en Ayacucho pone en manifiesto que la resiliencia se vincula con la felicidad tras encontrarse relación; esto quiere decir que los estudiantes universitarios se

perciben realizados y con un sentimiento positivo hacia la vida que los hace tomar mejores decisiones.

No obstante, existen factores que puedan condicionar a no lograr dicha correspondencia pues estos están relacionados tanto con recursos individuales como sociales; dentro de ello se tiene sus propias creencias que van modulando rasgos de personalidad en los estudiantes de estudios superiores. Es valioso dejar en claro que la ciudad de Huanta se ha visto duramente azotada en épocas del terrorismo por lo que su bienestar se coloca en tela de juicio cuando se contempla estos factores psicosociales teniendo que ser afectada su resiliencia; sumando a ello, en la ciudad de Ayacucho, Huanta prevalece las creencias del empoderamiento del hombre hacia la mujer, del mismo modo su música conlleva a incidir en algunas pautas de comportamiento, tal como lo expresa Matta (2005) las personas que poseen una resiliencia de nivel medio son los que presentan mayores factores de riesgo en un 22.5% en la ciudad de Ayacucho, del mismo modo en lo que corresponde al bienestar psicológico, el estudio de Reyes (2018) denoto en Ayacucho un nivel negativo del 22.2% de resiliencia lo cual trae concordancia con el nivel bajo del bienestar psicológico en un 29.8%; trayendo consigo que los estudiantes presentan deficiencias que puedan desencadenar en situaciones embarazosas; en ese orden de ideas otro punto a considerar que influye en estas conductas son los estilos de crianza predominantemente de tipo autoritario con un 62% de tal forma que los estudiantes perciben un control conductual por parte de sus progenitores significativo que los hacen demostrar respeto asociado al miedo, opacando su autonomía psicológica.

Considerando lo encontrado a través de diferentes estudios y la importancia del bienestar psicológico y la resiliencia en poblaciones de educación superior se plantea la siguiente interrogante.

## **1.1 Formulación del problema**

¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior de Huanta?

## **1.2. Objetivos**

### **1.2.1 Objetivo General**

**O<sub>1</sub>** Conocer la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior de Huanta.

### **1.2.2 Objetivos Específicos**

**O<sub>1</sub>** Establecer los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de educación superior de Huanta.

**O<sub>2</sub>** Establecer los niveles de resiliencia en estudiantes de educación superior de Huanta.

**O<sub>3</sub>** Determinar la relación entre bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia en estudiantes de educación superior de Huanta.

## **1.3. Importancia y Justificación del estudio**

El presente estudio denota su importancia y justificación puesto que a nivel teórico existen vacíos de conocimiento ya que los datos encontrados sobrepasan los cinco años de antigüedad propuesto por la American Psychological Association siendo la ejecución de este estudio importante ya que permite actualizar los datos con el fin de generar amplitud teórica en las variables de estudio. En el aspecto práctico, el uso de los resultados favorece la comprensión del fenómeno de estudio de tal forma que los resultados permitirán establecer medidas tanto de prevención como de promoción tanto para el bienestar como la resiliencia. Por último, a nivel

metodológico, permitirá contribuir a la comunidad científica logrando entender el comportamiento de la variable puesto que el uso de instrumentos se convertirá en una vía para futuras investigaciones.

#### **1.4. Limitaciones del estudio**

La selección de la muestra fue intencional por tanto no podría extenderse este estudio a otras poblaciones, por lo tanto, los resultados de este, solo son válidos para muestras con características parecidas.

Del mismo modo, se enfrentó a situaciones relacionadas con la falta de cooperación de los encuestados, por cuestiones culturales y /o creencias, postergando así en un primer momento la recogida de los datos.

Para evitar respuestas falsas de los participantes, se pudo intervenir en ello detallando en el consentimiento informado que los resultados obtenidos serán confidenciales y sólo para fines académicos.

## CAPÍTULO II

### Marco Teórico

#### 2.1 Antecedentes de la Investigación

Entre las investigaciones que se han revisado de diversas fuentes, se han seleccionado las siguientes:

##### 2.1.1 Antecedentes Nacionales

Aramayo y Burga (2022) desarrollaron un estudio con el objetivo de establecer la relación de la personalidad y la resiliencia en una muestra de 60 estudiantes de la especialidad de educación inicial de la ciudad de Cajamarca, para ello se utilizó una metodología de enfoque numérica que precise la correspondencia bilateral. Se aplicó el inventario de Personalidad Eysenck forma B y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young. Encontrándose a nivel descriptivo que el 57% presentan un nivel alto de resiliencia, el 42% una personalidad introvertida y el 58% una personalidad extrovertida; por otro lado, a nivel inferencial se halló relación directa entre personalidad extrovertida y resiliencia.

Ojeda (2022) realizó un trabajo de investigación en la ciudad de Arequipa, donde realizó el vínculo entre dos variables, la primera fue la resiliencia y la segunda fue bienestar psicológico en un muestrario de 205 soldados hombres de aproximadamente 20 años. El autor de este estudio utilizó la metodología cuantitativa, no experimental de tipo transaccional correlacional. A su vez realizó la medición con las escalas de resiliencia de Wagnild y Young y la de bienestar psicológico de Diaz et al. Se logró evidenciar la prevalencia de categoría media en ambas variables, en bienestar psicológico un 47.8% mientras que la resiliencia fue de 45.3%, no obstante, a nivel inferencial se halló correspondencia bilateral de ambas variables.

Guevara (2021) realizó una pesquisa sobre la correspondencia entre resiliencia y bienestar psicológico, su muestrario estuvo conformada por 51 estudiantes de enfermería en Tambopata - Madre de Dios. La investigación fue cuantitativa, transversal no experimental. Las mediciones que se usaron fueron dos encuestas tipo cuestionario la escala de resiliencia de Wagnild y Young la escala de bienestar psicológico de Ryff. Se comprobó la relación de grado moderado, determinándose que a una significativa resiliencia la respuesta del bienestar psicológico sería el óptimo.

Ahuanlla y Coaquira (2021) ejecutaron un estudio para determinar la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en 110 adolescentes entre 13 y 18 años de edad en la región Madre de Dios, provincia de Manu, centro poblado Bajo Pukiri- Delta 1. Se realizó un diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional, de enfoque cuantitativo y de corte transversal. Los autores usaron la escala de Ryff para la variable bienestar psicológico y la escala de resiliencia de Wagnild y Young. Se realizó el análisis correlacional de las variables encontrándose una relación directa significativa de grado bajo, en ese sentido se entiende que a mayor bienestar mayor resiliencia.

Pineda et al. (2021) realizaron un estudio en Juliaca con el fin de determinar la relación del bienestar psicológico y la resiliencia en una muestra de 350 jóvenes de 18 a 35 años. La metodología fue de diseño no experimental de enfoque cuantitativo de corte transversal y de tipo correlacional. Cabe mencionar que para este estudio se aplicaron la escala de Wagnild y Young adaptado por Castilla y Col, así como la escala de Ryff adaptado por Diaz. Encontrándose una correlación general baja; no obstante, se encontró una relación moderada entre la dimensión propósito de vida de la variable bienestar y la resiliencia.

Estrada y Mamani (2020) realizaron un estudio sobre la relación entre resiliencia y bienestar psicológico, la muestra estuvo compuesta por 134 estudiantes de la facultad de

pedagogía en la ciudad de Puerto Maldonado. La investigación fue no experimental, cuantitativa y correlacional. Para la medición de la variable bienestar psicológico fue la escala de Sánchez Cánovas y para la variable resiliencia la de Wagnild y Young. Encontrándose correlación de grado moderado entre las variables; por lo que se concluye que la muestra posee recursos personales adecuados que los hace sentirse bien.

Castro (2020) estudio la correspondencia entre la resiliencia y bienestar psicológico en un muestrario de jóvenes estudiantes, todos ellos cursando el cuarto año de educación secundaria en la ciudad de Chiclayo. Fue un estudio de tipo cuantitativo, no experimental transaccional y correlacional. Se usó una muestra por conveniencia de 64 estudiantes y como medición se usó la Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA), versión digital, de autoría propia, así como la Escala de bienestar psicológico en Adolescentes (EBP-A), versión digital. Los resultados evidenciaron una relación positiva entre las variables. Además de ello, existe relación entre resiliencia y autoaceptación, relaciones positivas y autonomía que son dimensiones de la segunda variable de estudio. Se logra entender entonces que, a mayor resiliencia, mayor bienestar psicológico; y viceversa.

### **2.2.2 Antecedentes Internacionales**

Juanas et al. (2022) en España investigaron acerca del efecto que tiene el adiestramiento en las relaciones sociales y afectivas en el bienestar psicológico, tomando como muestra a jóvenes dentro de un plan de protección, además de ello el precisar si esta preparación aporta autonomía para su vida. Este estudio fue cuantitativo y descriptivo, en una muestra por conveniencia de 102 jóvenes entre varones y mujeres de edades comprendidas entre 17 y 23 años de los cuales el 62.74% fueron varones. Los instrumentos que se utilizaron fueron la de Bernal et al, (2020) en la Escala de Autonomía en el Tránsito a la Vida Adulta (EDATVA) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Díaz et al, (2006). Los resultados mostraron que

en el Bienestar psicológico las dimensiones de crecimiento personal y propósito en la vida obtuvieron valoración superior a la media; la dimensión de relaciones positivas obtuvo una puntuación inferior a la media, así como mayor variabilidad. En la medición de Autonomía, la dimensión autoorganización obtuvo la mayor puntuación, luego capacidad crítica, y la dimensión con puntuación más baja y más variable fue sociopolítica. En relación a la preparación de los jóvenes para la mejora en su relación con las familias, se encontró poca preparación (48.04%). Como conclusión de dicho estudio se resalta la necesidad de ejecutar acciones socioeducativas en los espacios de intervención para incrementar el vínculo con su medio.

Madariagua (2022) en Colombia, estudió la relación del bienestar subjetivo, psicológico y social, todo ello en una muestra intencional de 60 mujeres jefas de familia del Centro de Desarrollo Infantil comunitario del barrio 7 de abril. La metodología fue de tipo básica de enfoque numérico y correlacional. Para la recolección de datos se usaron tres medidas, siendo la primera la Escala de Bienestar Subjetivo de Diener, la segunda la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y por último la Escala de Bienestar Social de Keyes. Los resultados mostraron una relación con tendencia moderada entre las tres variables lo que permite entender que las mujeres pasan por situaciones de vulnerabilidad al momento de satisfacer sus necesidades quienes logran alcanzarlas mediante la valía de sus recursos psicológicos como amortiguador ante las adversidades.

Del Villar y Carrascal (2022) en Colombia realizó un estudio de correspondencia entre bienestar social, capital social y resiliencia en migrantes, en una muestra de 70 mujeres entre 18 y 43 años. Usó una metodología de enfoque cuantitativo, descriptivo correlacional. Se usó para la medición en primer lugar la Escala Multidimensional del Capital Social (EMCASO), en segundo lugar, el Bienestar Social de Keyes y por último los Factores Personales de

Resiliencia. En los resultados se encontró correlación parcial entre las dimensiones de las variables de estudio. Por lo tanto, como conclusión de dicho estudio se sugiere tener una intervención psicosocial para potenciar sus redes de comunicación y mejorar su entorno social.

Diaz et al. (2022) en México, desarrollaron un estudio para identificar los determinantes del bienestar subjetivo en una muestra de 287 adultos mexicanos de 18 a 71 años, para ello trabajaron un estudio de enfoque cuantitativo, transversal utilizando un modelo de trayectorias. Utilizaron instrumentos de forma virtual como la Escala de Estrés percibido adaptada por Sanz-Carrillo, et al, 2002, la Escala de Apego de Padilla y Diaz- Loving, 2016 y para la variable bienestar subjetivo se usaron dos instrumentos, el primero fue la Escala de Satisfacción con la vida (SV) y el componente afectivo fue medido por la Escala de Afecto positivo y negativo (PANAS). Los resultados evidenciaron diferencias según sexo y edad, del mismo modo se comprobó el efecto mediador de la resiliencia. Concluyéndose que la resiliencia favorece el bienestar subjetivo en momentos difíciles asumiendo que, a mayor dificultad, la respuesta de la resiliencia será la más óptima.

Valero et al. (2022), desarrollaron un estudio para conocer el impacto emocional y la resiliencia durante la Covid – 19 en adolescentes de España y Ecuador en una muestra de 476 participantes de 9 a 18 años, la participación fue voluntaria por medio de la difusión de las universidades de manera virtual de cada país, así como por entidades interesadas en difundir y participar del estudio. La metodología fue de corte transversal y de enfoque cuantitativo. Dentro de los instrumentos que se usaron se contó con una ficha sociodemográfica, la Escala de Depresión, Ansiedad y estrés en su versión reducida (DASS-21), la Escala de Infrecuencia de Oviedo (INFO-OV) y la Escala de Connor – Davidson (CD-RISC) en su versión reducida. Los resultados evidenciaron perfiles de ajuste adaptativo y de riesgo ante la pandemia. El de ajuste adaptativo se caracteriza por ser hombre, libre de sucesos estresantes, tener buena

condición física y salud psicológica previa apropiada y ser residente de España. A diferencia del perfil de riesgo, este es mujer, presenta un suceso vital estresante, tiene algún tipo de problema de salud física y psicológica previo y vive en Ecuador. Asimismo, los resultados muestran la importancia que las intervenciones de protección de la salud mental deben de detectar necesidades específicas en los adolescentes en el ámbito socioeconómico y cultural.

Soler y García (2021) realizaron una investigación sobre “Bienestar psicológico y virtud del coraje en adolescentes tardíos” en la Universidad de Flores, Argentina. El estudio se basó en la relación y diferencias según sexo. La metodología fue descriptiva, de diseño no experimental, comparativa y correlacional. Se usó una muestra de 345 adolescentes de instituciones preuniversitarias a través de un muestreo no probabilístico, siendo 137 varones y 208 mujeres, entre los 17 y 21 años de edad, de acuerdo a la disponibilidad de los estudiantes. Se empleó un cuadernillo socio demográfico, las escalas que se usaron para bienestar psicológico fue la de Seligman (2011) y para virtud del coraje para adolescentes fue la de Soler (2016). Teniendo como resultados que ambas variables se encuentran en niveles adecuados. De acuerdo a las diferencias en relación al sexo no hay diferencias en las variables, así como también no se encontró diferencias en las dimensiones de la variable bienestar psicológico de acuerdo al sexo. De acuerdo a la relación entre las variables, se obtuvo correlación positiva y moderada. Los resultados deben ser tomados con cautela ya que la muestra fue tomada por conveniencia.

González et al. (2021) estudiaron la correlación entre los indicadores de bienestar psicológico y la habilidad atlética percibida en una muestra de 156 cadetes en Argentina siendo un 77.6% hombres. Para ello se trabajó una metodología de diseño transversal e intencional. Los instrumentos que se utilizaron fueron, en primer lugar, un cuestionario multipropósito autoadministrado compuesto, la Escala índice de felicidad de Pemberton, adaptación argentina;

la Escala de malestar psicológico de Kessler (K-10) en versión de Brenlla y Aranguren, 2010 y la Escala de afectividad positiva y negativa. Y para medir la destreza atlética percibida se usó un ítem de diseñado ad-hoc. Los resultados mostraron correlación entre variables, además encontrándose que ha mayor destreza atlética percibida menor será el malestar psicológico.

Rossi et al. (2019) desarrollaron un estudio sobre la sintomatología depresiva y bienestar psicológico en 580 estudiantes universitarias de Chile, cuyo objetivo fue encontrar relación entre variables. Se usó un método de diseño no experimental, transversal de carácter exploratorio y descriptivo correlacional. Los instrumentos que se usaron fueron, ESOMAR (Matriz de clasificación socioeconómica), Beck Depression Inventory (BDI-IA) y la Escala de bienestar psicológico de Ryff. En los resultados se encontró que el 28% presenta síntomas depresivos. Se concluye que existe mayor presencia de depresión en estudiantes mujeres, de estrato social alto suponiendo en este estudio que esto se deba a las condiciones propias de la vida universitaria. Es por ello que de acuerdo a los hallazgos encontrados se precisa implementar intervenciones orientadas a la salud mental de los estudiantes universitarios.

## **2.3 Bases teórico-científicas del estudio**

### **2.3.1 Bienestar Psicológico**

#### **2.3.1.1 Concepto del Bienestar Psicológico**

El término Bienestar Psicológico comprende un constructo bifactorial y estas a su vez se asemejan con estar satisfechos con la vida y el ser feliz. Cada uno por su cuenta experimenta diferencias conceptuales desde aproximadamente en los años 50, de tal forma que el sentirse satisfecho con la vida es parte del juicio valorativo en función de las circunstancias; aunado a ello, el sentirse feliz se encuentra dominado por experiencias isofactas (Higueras, 2022). En efecto, cuando se habla del sentirse satisfecho con la vida, se consideran experiencias

personales, de bienestar en general y cuando tocamos el tema de felicidad, estas son experiencias más próximas. Por consiguiente, el carácter temporal de ambos conceptos es distinto.

El Bienestar Psicológico sostiene la funcionalidad del individuo ante experiencias (¿Ryff, Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of Psychological well-being., 1989). Se debe considerar al sujeto como un ser global, capaz de desarrollarse en función a su etapa de desarrollo, deberes y funciones que este tiene (Ryff & Singer, 2008). Se precisa de manera representativa la etapa en la que el sujeto se desarrolla para un mayor ajuste en su actuar, puesto que comienza a evaluar las condiciones del ambiente y da su propia respuesta. De lo antes planteado, Ryff (1989) define que el bienestar psicológico de una persona puede incluir áreas en el aspecto social, psicológico y subjetivo. Por ende, la conducta se verá relacionada de manera directa con su salud en general y a su vez hará que esta funcione en un continuo positivo. Por ello Ryff propone el modelo multidimensional.

### **2.3.1.2 Dimensiones del Bienestar Psicológico según Ryff**

De acuerdo con el autor, y su perspectiva ha sido desarrollada en seis dimensiones en un continuo positivo-negativo de evaluación de la percepción del individuo. Desde la dimensión primera se expresa la autoaceptación, seguida de la autonomía, luego propósito en la vida, además el crecimiento personal, el desarrollar relaciones de calidad, y por último el dominio del entorno.

### **2.3.1.3 Teorías del Bienestar**

#### **Psicológico Teoría de Arriba-Abajo y**

#### **Abajo-Arriba**

Según Valdivieso y Macedo (2018) este tipo de modelo arriba-abajo resuelve la postura que opta el sujeto ante una determinada situación por decisión propia que es la de ser feliz a

pesar que no siempre se encuentre satisfecho, mientras que el modelo abajo-arriba refiere que una persona logra estar satisfecha cuando suele experimentar de manera seguida situación que le generen rasgos de ser agradable.

Cabe mencionar que “los autores Kozma, Stones y Stones (1998) manifiestan esta teoría” (Higuera,2022, p.23) que parte del impulso que tiene el sujeto ante su medio sin perder de vista las condiciones de género o edad las cuales pueden ser parte del impacto positivo o negativo para el bienestar psicológico.

### **Teoría de discrepancia múltiple**

Propuesta por Michalos (1985) quien opina que la percepción propia de la realidad se encuentra establecida por el resultado de lo que se anhela y se tiene. Dado ello se establecieron siete discrepancias (Michalos, 1995). Según Higuera (2022):

Se fundamenta en seis diferencias fundamentales, donde se establecerán el nivel de satisfacción: Diferencia en medio de lo que un individuo tiene y lo que poseen los demás; Diferencia en lo que una persona posee y lo que era mejor antes; Diferencia entre una persona que tiene y la expectativa del presente; Diferencia en que el individuo posee y lo que pretende poseer en un futuro; Diferencia en que un individuo tiene y asume lograr; Diferencia en una persona que posee y lo que tiende a requerir.(p.25)

### **2.3.2. Resiliencia**

Para desarrollar este apartado se requiere conocer el génesis partiendo de lo establecido por E.E. Werner y R. S. Smith (1982), tras un episodio de mucha fragilidad. Luego de tres décadas tras lo observado por Werner y Smith denominando a este fenómeno como resistencia

y posterior a ello, se le nombro resiliencia y quienes lo poseían resilientes específicamente a personas quienes mantenían su locus de control.

Para Wagnild y Young (1993), la resiliencia se deriva de una particularidad de la personalidad que modula aspectos del distrés y lo convierte en fuerza y empuje emocional para enfrentarse a la vida.

Según la American Psychological Association (APA), la resiliencia se define como: “el proceso de adaptación adecuado ante la adversidad, trauma, tragedia, amenaza o un estrés significativo”. En este sentido, el desempeño conductual puede ser aprendido y convertirse en un rasgo de personalidad.

Además, Luthar y Cushing (1999, p.543), definen la resiliencia como “un proceso dinámico que tiene como resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad”. “Esta definición distingue tres componentes como la idea de amenaza al desarrollo, la adaptación positiva de la adversidad y la dinámica de las emociones” (García y Domínguez, 2013, p.66).

### **2.3.2.1 Teorías de**

#### **Resiliencia Teoría Personalista**

Sobre el tema de resiliencia surgen las ideas iniciales que las personas tenían características personales para poder enfrentar situaciones difíciles. Ante esto Gómez (2010), propone la teoría Genética que explicaba la existencia de personas que no eran afectadas por situaciones problema o por causa de estrés dentro de su entorno, ya que estas tenían diferencias genéticas, como temperamento especial, capacidades cognitivas sobresalientes, logrando así maximizar su resiliencia como una característica personal (Higueras,2022).

## **Teoría Sistémica**

Algunos profesionales de la investigación dieron características con mayor peso en personas resilientes, se decía que contaban con una persona de apoyo, teniendo en cuenta que esta podía ser una persona de su entorno familiar o muy cercana a ella en su defecto.

Es por ello que Greco, Morelaro e Ison (2006), hacen referencia a la resiliencia como proceso dinámico de interacción constante y mutua. Los factores que son parte del proceso pueden ser internos, como son los biológicos y psicológicos o factores externos, como el contexto familiar y social. Ambos factores antes mencionados interactúan con el riesgo y se da un entrenamiento de situaciones adversas. Este proceso de intercambio constante permite una adaptación positiva. (Higueras,2022, p.29)

Haciendo posible que una persona resiliente tenga la capacidad de afrontar situaciones complejas de una manera favorable.

### **2.4 Definición de términos básicos**

#### **Bienestar Psicológico**

Manejo de capacidades y crecimiento personal de un individuo, logrando un desenvolvimiento en diferentes aspectos de su desarrollo incluyendo dimensiones sociales, personales y familiares para alcanzar un mejor manejo teniendo una valoración positiva de su vida en base a su valoración subjetiva (Romero, Brustad y García, 2007).

#### **Resiliencia**

Cualidad por naturaleza de un individuo para afrontar diversas situaciones desfavorables que se le presenten en la vida. Esta puede a la vez ser aprendida como respuesta

a diferentes sucesos que se presentan en la vida cotidiana, logrando un mejor proceso de adaptabilidad ante contextos de gran adversidad (Bisquerra y Pérez, 2007).

### **Ecuanimidad**

Dimensión de la resiliencia, entendida como la perspectiva que tiene el ser humano para enfrentar diversas situaciones, superando adversidades y ejerciendo el autocontrol en su vida (Fernández y Bermúdez, 2015).

### **Sentirse bien solo**

Dimensión de la resiliencia que contempla el sentirse bien consigo mismo, interactuar logrando satisfacción personal (Castro y Morales, 2012).

### **Confianza en sí mismo**

Dimensión de la resiliencia, considerada como la destreza que tiene la persona en confiar en sus capacidades y valorarse a sí misma, sintiéndose valioso y merecedor de las cosas (Amar, Martínez y Utria, 2013).

### **Perseverancia**

Dimensión de la resiliencia, entendida como la capacidad que tiene una persona para ser consecuente con sus objetivos teniendo en cuenta sus esfuerzos internos y externos (Fernández y Bermúdez, 2015).

### **Satisfacción personal**

Dimensión de la resiliencia, es la capacidad de la persona para comprender el significado de la vida, exponiendo sus emociones positivas pudiendo lograr sus metas y objetivos propuestos manteniendo una calidad de vida (Amar, Martínez y Utria, 2013).

### **Instituto de Educación Superior Tecnológica**

Son establecimientos de educación que brindan estudios en las áreas de la ciencia, la tecnología y el arte; se debe de haber culminado la educación básica regular para poder participar de este proceso, usualmente son mayores de dieciocho años (MINEDU, 2023).

## CAPÍTULO III

### Hipótesis y variables

#### 3.1 Supuestos científicos

Partiendo de que el Bienestar Psicológico se refiere al conjunto de condiciones que potencian al desarrollo y manejo de las capacidades de un individuo de manera individual, así a su vez contribuyen con la realización de sus potencialidades en sus diversas dimensiones como lo refiere la autora Ryff (1995), teniendo en cuenta que esta refiere que el desarrollo de estas se centra principalmente en un valor positivo del bienestar del sujeto. Además, en la teoría de Wagnild y Young (1993), se define que la resiliencia se deriva de la identidad, que modula aspectos del estrés y lo convierte en fuerza y empuje emocional para enfrentarse a la vida.

La resiliencia es una de las fortalezas humana de mayor importancia para el afrontamiento a las adversidades que se les presente en el transcurso de su vida, en especial a los constantes retos para el logro de metas académicas, laborales y personales y el logro del bienestar psicológico que permitirá mejor gestión de su vida y salud emocional.

#### 3.2 Hipótesis

##### 3.2.1 General

HG<sub>1</sub>: Existe relación significativa entre Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior de Huanta.

##### 3.2.2 Específicas

He<sub>1</sub>: Existe relación significativa entre bienestar psicológico y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en estudiantes de educación superior de Huanta.

He<sub>2</sub>: Existe relación significativa entre bienestar psicológico y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en estudiantes de educación superior de Huanta.

He<sub>3</sub>: Existe relación significativa entre bienestar psicológico y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en estudiantes de educación superior de Huanta.

He<sub>4</sub>: Existe relación significativa entre el bienestar psicológico y la dimensión perseverancia de la resiliencia en estudiantes de educación superior de Huanta.

He<sub>5</sub>: Existe relación significativa entre bienestar psicológico y la dimensión satisfacción de la resiliencia en estudiantes de educación superior de Huanta.

### **3.3 Variables de estudio o áreas de análisis**

V<sub>1</sub>: Bienestar Psicológico

V<sub>2</sub>: Resiliencia:

V<sub>2.1</sub> Ecuanimidad

V<sub>2.2</sub> Sentirse bien solo

V<sub>2.3</sub> Confianza en sí mismo

V<sub>2.4</sub> Perseverancia

V<sub>2.5</sub> Satisfacción

## CAPÍTULO IV

### Método

#### 4.1 Población, muestra o participantes

La población es también entendida por el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones, según Hernández, Fernández y Baptista (2014). En esta investigación la población estuvo compuesta por 400 estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público, ubicado en el distrito y provincia de Huanta perteneciente al departamento de Ayacucho.

En función de la elección de la muestra se utilizó el muestreo no probabilístico por conveniencia, según Sánchez, Reyes y Mejía (2018) ejemplifica que todos los datos presentan la misma probabilidad para ser elegido bajo la razonabilidad de la autora, del mismo modo la consigna se basa en la reducción de costos durante el ejercicio para la facilidad de su operatividad.

Sánchez, Reyes y Mejía (2018), denominan a la muestra al conjunto de insumos que tienden a ser extraídos de la población, siendo un total de 197 estudiantes del instituto de educación superior. Para ello se consideraron según Hernández, Fernández y Baptista (2014), los “criterios de inclusión y exclusión” específicos (p.176).

#### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes de ambos sexos, de todas las especialidades de estudio, que se encuentren entre los 18 hasta los 32 años de edad.
- Estudiantes que respondan tan solo una vez la encuesta

- Estudiantes que deseen participar del estudio

### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes de ambos sexos, de todas las especialidades de estudio, que se encuentren entre menores de edad o mayores de 32 años
- Estudiantes que hayan realizado más de una vez la encuesta.
- Estudiantes que no deseen participar en la investigación.

### **4.2 Tipo y diseño de investigación**

El tipo de investigación es básica (Hernandez & Mendoza, 2018). Todo el estudio descansará en sus mismos elementos la cual la exploración denotará ampliar la información encontrada para ambos elementos.

Ñaupas et al. (2018) “precisa la necesidad de trabajar desde el enfoque cuantitativa la cual asume el dato numérico como valor de verdad y precisión para un análisis de mayor rigurosidad” (p.140).

“El nivel de esta investigación es de alcance descriptivo correlacional” (Arias y Covinos 2021, pp. 70-71) “define a este alcance como el tipo de estudio que tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre las variables de la muestra”.

“El diseño de investigación es no experimental ya que la variable carece de manipulación alguna” (Arias, 2020, p.78). Tal caso, la autora no manipulara la variable.

Según Carhuancho et al. (2019) indican que la investigación es de corte transversal por establecer un solo momento de trabajo donde se podrá recolectar los datos siendo el año 2022.

### 4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En la presente investigación se emplearon dos medidas para estimar el vínculo entre Bienestar psicológico y resiliencia en un Instituto de educación superior tecnológico público de Huanta. El primero fue, la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff de Carol Ryff (1995) con la adaptación española de Diaz (2006) y esta a su vez adaptada para la población peruana por Madelinne Pérez Basilio (2017), la muestra está conformada por 390 trabajadores de empresas industriales del distrito de Los Olivos.” La escala evidencia juicios de evaluación de una salud mental estable, opuesta a la patológica. La escala mide seis dimensiones positivas del BP, elegidas para que puedan hablar del ser humano con buena salud mental y en óptimo desarrollo. Puede ser utilizada para el campo clínico, organizacional y educativo” (Pérez, 2017, p.30)

#### **Ficha Técnica**

**Nombre:** Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

**Autora:** Carol Ryff

**Año:** 1995

**Procedencia:** Estados Unidos

**Adaptación peruana:** Madelinne Pérez Basilio (2017).

**Administración:** Puede ser usada en adolescentes y adultos, se debe de tener un grado o nivel mínimo para comprender las instrucciones.

**Duración:** 20 minutos aproximadamente.

**Tipo de aplicación:** Individual y colectiva.

**Ítems:** 35

**Significación:** Determinar el nivel de Bienestar psicológico mediante una escala.

**Tipo de Instrumento:** La escala es de tipo Ordinario, conformado por (Ruíz,2019, p.43):

- Totalmente Desacuerdo
- Poco de Acuerdo
- Moderadamente de Acuerdo
- Muy de Acuerdo
- Bastante de Acuerdo
- Totalmente de Acuerdo

**Calificación:** Se procede a tener una clasificación. Según Ruíz (2019), “Los individuos deben responder de acuerdo a su opinión personal cada enunciado presentado en la escala; Las respuestas serán clasificadas según las seis alternativas dadas a los ítems correspondientes a cada dimensión.” (p.44).

Según Burga (2023):

Está formada por 35 ítems y dividido en 6 dimensiones en formato de escala Likert.

La Dimensión I de Auto aceptación, 7 ítems. La Dimensión II de Relaciones positivas, 6 ítems. La Dimensión III de Autonomía, 4 ítems. La Dimensión IV de Dominio del entorno, 6 ítems. La Dimensión V de Propósito en la vida, 8 ítems. La Dimensión VI de Crecimiento personal, 4 ítems. (p.47)

Según Ruíz (2019):

La escala de BP, ha sido adaptada y validada en el Perú por Pérez Basilio Madelinne (2017), el cual se realizó un estudio de normalización de la escala de BP de Carol

Ryff. Para determinar la validez de la escala se ejecutó un estudio de correlación entre la versión española, los cuales indicaron que representa bien los elementos teóricos esenciales de cada una de las dimensiones, siendo así en el análisis factorial confirmatorio no evidencio un nivel de ajuste satisfactorio al modelo teórico planteado, por lo cual, para mejorar la propiedad psicométrica, se desarrolló una versión corta. (pp.45-46).

**Confiabilidad:** Según Ruiz (2019),” El coeficiente de confiabilidad para la escala de BP fue de 0.84 a 0.70 (Pérez,2017)” (p.46).

La segunda fue, la Escala de Resiliencia (ER)de Wagnild y Young (1993) adaptada por Angelina Cecilia Novella Coquis (2002) Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

La escala está conformada por 5 subescalas según Gonzales (2017):

Ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza de sí mismo, perseverancia y satisfacción. Esta a su vez está constituida por 25 ítems, que puntúan de 1 a 7 en una escala de Likert, donde 1 es en desacuerdo, y 7 un máximo de acuerdo. Así pues, la escala permite obtener un puntaje que oscila entre 25 y 175 puntos. (p.46)

### **Ficha Técnica**

**Nombre:** Escala de Resiliencia

**Autores:** Wagnild, G. Young, H.

**Año:** 1993

**Origen:** Estados Unidos.

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

**Administración:** Para ser evaluada de forma individual o colectiva.

**Duración:** El tiempo aproximado es de 25 a 30 minutos.

**Aplicación:** Puede ser aplicada en adolescentes y adultos.

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

**Validez:** Coeficiente de validez con valores de 0.67 hasta 0.84

**Confiabilidad:** Alfa de Cronbach 0.91 en la adaptación peruana.

#### **4.4 Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos**

Se realizó la adaptación lingüística de los ítems de las escalas al contexto, Huanta - Ayacucho y el análisis de la validez de contenido por 5 jueces, utilizando el estadístico V de Aiken. Posteriormente, se coordinó con el Área de Bienestar y Empleabilidad del Instituto tecnológico para la aplicación virtual de los instrumentos, previa información a los participantes sobre la participación voluntaria y anónima, así como el tiempo de duración aproximado de las mismas.

Teniendo el consentimiento de los participantes se realizó la aplicación de la Escala de Bienestar Psicológico y la Escala de Resiliencia a través del formato Google forms.

El análisis de los datos se realizó en el programa de análisis estadístico SPSS, versión 25. Seguidamente, se procedió a conocer la distribución de los datos de la muestra por medio de la prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov y conocer si eran normales o no. Para

el análisis inferencial de la relación de variables se usó la prueba de estadística no paramétrica, Rho de Spearman.

## CAPÍTULO V

### Resultados

En un primer momento se desarrolló los análisis descriptivos y posteriormente el nivel inferencial las cuales estuvieron encaminadas a responder los objetivos planteados, así como contrastar las hipótesis.

#### 5.1 Presentación de datos

En la Tabla 01, se observan los niveles en función de la muestra (n=197) para la variable bienestar psicológico la cual se compone de cuatro niveles. Asimismo, en la tabla 02 se observan los niveles de la variable resiliencia la cual se orienta en tres niveles.

##### 5.1.1 Resultados del Bienestar psicológico

Sobre la variable bienestar psicológico, se evidenció que un 46% se encuentra en un nivel elevado, el 39% se encuentra en un nivel alto, el 11% se encuentra en un nivel moderado, y un 4% se encuentra en un nivel bajo.

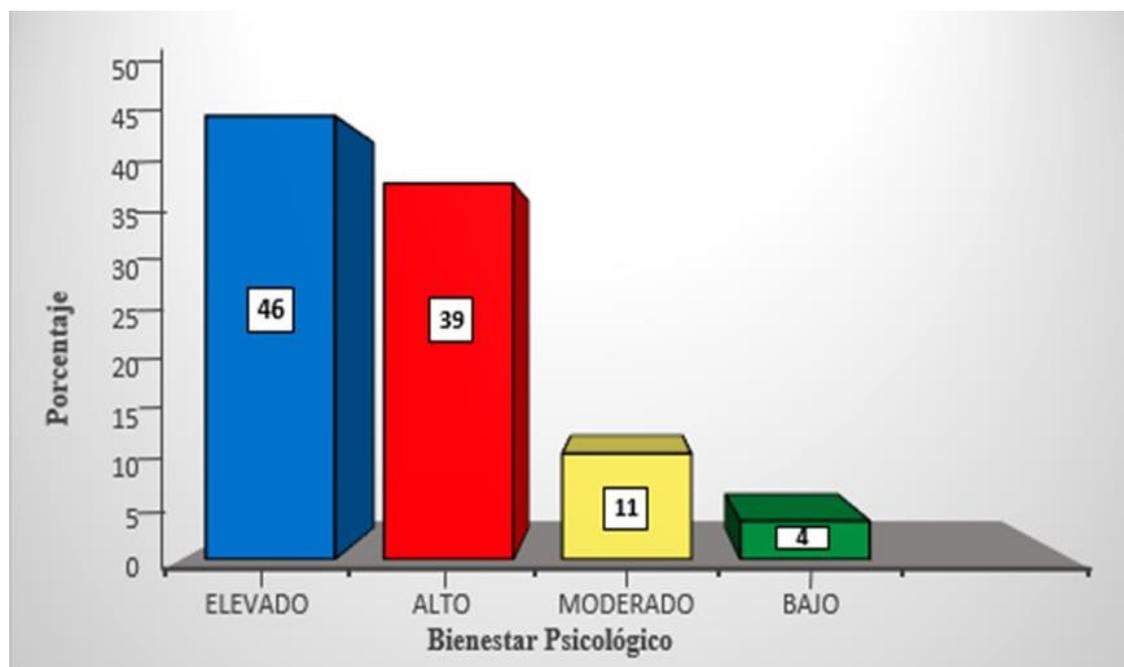
#### Tabla 1

*Descripción del nivel de la variable bienestar psicológico en estudiantes de Educación Superior-Huanta,2022.*

Bienestar psicológico	Frecuencia	Porcentaje
Elevado	91	46
Alto	77	39
Moderado	22	11
Bajo	7	4
Total	197	100

**Figura 1**

*Niveles de Bienestar psicológico en estudiantes de Educación Superior – Huanta, 2022*



### 5.1.2 Resultados de la Resiliencia

Sobre la variable resiliencia en estudiantes de Educación Superior-Huanta, 2022; se evidenció que un 29% se encuentra en un nivel alto, el 49% en un nivel medio y un 22% se encuentra en un nivel bajo.

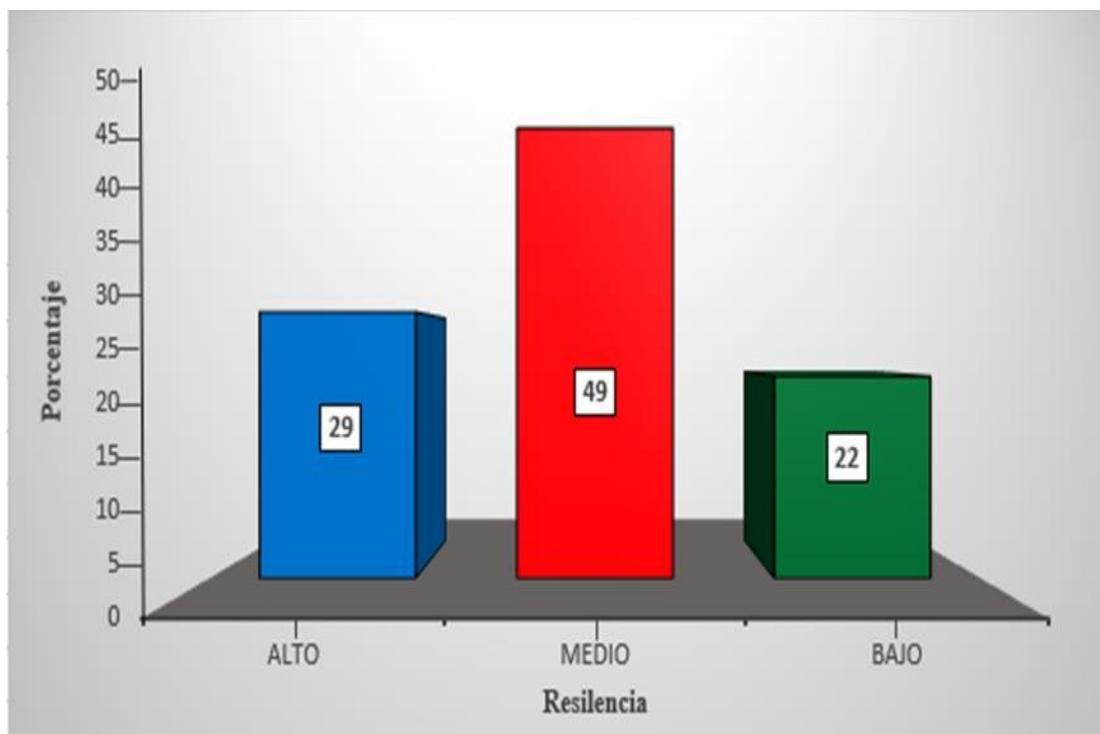
**Tabla 2.**

*Descripción del nivel de la variable resiliencia en estudiantes de Educación Superior-Huanta, 2022*

Resiliencia	Frecuencia	Porcentaje
Alto	57	29
Medio	96	49
Bajo	44	22
Total	197	100

**Figura 2**

*Niveles de Resiliencia en estudiantes de Educación Superior - Huanta*



## 5.2 Análisis de datos

Resultados inferenciales de la investigación

Prueba de Normalidad de Kolmogorov - Smirnov

La tabla 3 nos muestra el análisis de los datos de las variables con la prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov en donde podemos señalar que la variable bienestar psicológico alcanza un valor p mayor a 0.05, mientras que el valor p para la variable resiliencia y sus dimensiones son menores a 0.05, lo cual indica que los datos no siguen una distribución normal, razón por la cual se aplicó la estadística no paramétrica, Rho de Spearman.

**Tabla 3**

*Prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov de las escalas de bienestar psicológico y resiliencia*

Variables	Media	Desviación estándar	Z de Kolmogórov-Smirnov	Sig. asintót. (bilateral)
Bienestar Psicológico	170.79	29.722	.043	.200
Resiliencia	351.72	18.838	.107	.000
Ecuanimidad	58.68	3.702	.128	.000
Sentirse solo	44.13	2.850	.138	.000
Confianza en sí mismo	87.93	5.437	.133	.000
Perseverancia	102.49	5.833	.129	.000
Satisfacción	58.50	3.790	.121	.000

## Resultados de correlaciones

### Relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia.

En la Tabla 4 se observan los resultados correspondientes a la relación entre bienestar psicológico y resiliencia evidenciándose una correlación positiva y altamente significativa, siendo el valor de Rho de Spearman .786,  $p = .000$ ; por lo que se acepta la hipótesis general señalándonos que, a mayor bienestar psicológico, mayor resiliencia en el grupo. Es decir que hay una relación entre el desarrollo potencial personal del grupo con el manejo adecuado de sus fortalezas personales ante las adversidades de la vida.

**Tabla 4**

*Correlaciones entre bienestar psicológico y la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.*

Variables		Resiliencia
Bienestar psicológico	r	.786**
	Sig. asintótica (bilateral)	.000

\*\* $p < 0.01$ , \* $p < 0.05$

### **Relación entre bienestar psicológico y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia.**

En la tabla 5 se observan los resultados correspondientes a la relación entre bienestar psicológico y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia evidenciándose una correlación positiva y altamente significativa, siendo el valor de Rho de Spearman .591,  $p = .000$ ; por lo que se acepta la primera hipótesis específica señalándonos que, a mayor bienestar psicológico, mayor ecuanimidad en el grupo. Esto indica que el bienestar psicológico es entendido por un estado de estabilidad psicológica, lo cual no les permite generar perturbaciones que puedan causar la pérdida del equilibrio en sus actitudes.

**Tabla 5**

*Correlaciones entre bienestar psicológico y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.*

Variables		Ecuanimidad
Bienestar psicológico	r	.591**
	Sig. asintótica (bilateral)	.000

\*\* $p < 0.01$ , \* $p < 0.05$

### **Relación entre bienestar psicológico y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia.**

En la tabla 6 se observan los resultados correspondientes a la relación entre bienestar psicológico y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia evidenciándose una correlación positiva y altamente significativa, siendo el valor de Rho de Spearman .525,  $p = .000$ ; por lo que se acepta la segunda hipótesis específica señalándonos que, a mayor bienestar psicológico, mayor sentimiento de bienestar estando solo. Esto nos podría indicar que los estudiantes no presentan dificultades relacionadas con el apego, valor por el cual presentan independencia emocional.

**Tabla 6**

*Correlaciones entre bienestar psicológico y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.*

Variables		<i>Sentirse bien solo</i>
	r	.525**
Bienestar psicológico	Sig. asintótica (bilateral)	.000

\*\*p<0.01, \*p<0.05

### **Relación entre bienestar psicológico y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia.**

En la tabla 7 se observan los resultados correspondientes a la relación entre bienestar psicológico y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia evidenciándose una correlación positiva y altamente significativa, siendo el valor de Rho de Spearman .785,  $p=.000$ ; por lo que se acepta la tercera hipótesis específica señalándonos que, a mayor bienestar psicológico, mayor confianza en sí mismo. Esto podría traducirse que al contar con un adecuado desarrollo personal favorecería el amor propio y el de sus propias capacidades.

**Tabla 7**

*Correlaciones entre bienestar psicológico y la confianza en sí mismo de la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.*

Variables		Confianza en sí mismo
	r	.785**
Bienestar psicológico	Sig. asintótica (bilateral)	.000

\*\*p<0.01, \*p<0.05

### Relación entre bienestar psicológico y la dimensión perseverancia de la resiliencia.

En la tabla 8 se observan los resultados correspondientes a la relación entre bienestar psicológico y la dimensión perseverancia de la resiliencia evidenciándose una correlación positiva y altamente significativa, siendo el valor de Rho de Spearman .712,  $p = .000$ ; por lo que se acepta la cuarta hipótesis específica señalándonos que, a mayor bienestar psicológico, mayor perseverancia. Esto indica que, al tener un fuerte deseo de logro y disciplina, lograrán un desenvolvimiento en sus diferentes aspectos de su desarrollo.

**Tabla 8**

*Correlaciones entre bienestar psicológico y la perseverancia de la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.*

Variables		Perseverancia
Bienestar psicológico	r	.712**
	Sig. asintótica (bilateral)	.000

\*\* $p < 0.01$ , \* $p < 0.05$

### Relación entre bienestar psicológico y la dimensión satisfacción de la resiliencia.

En la tabla 9 se observan los resultados correspondientes a la relación entre bienestar psicológico y la dimensión satisfacción de la resiliencia evidenciándose una correlación positiva y altamente significativa, siendo el valor de Rho de Spearman .649,  $p = .000$ ; por lo que se acepta la quinta hipótesis específica señalándonos que, a mayor bienestar psicológico, mayor satisfacción. Esto indica que si los estudiantes presentan un bienestar psicológico adecuado el nivel de satisfacción y de valía personal se encontraría acorde a poder responder a nuevas condiciones.

**Tabla 9**

*Correlaciones entre bienestar psicológico y la satisfacción de la resiliencia, utilizando el coeficiente Spearman-Brown.*

Variables		Satisfacción
	r	.649**
Bienestar psicológico	Sig. asintótica (bilateral)	.000

\*\*p<0.01, \*p<0.05

### 5.3 Análisis y discusión de resultados

El objetivo general de esta investigación fue establecer la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior en Huanta. Aunado a ello, se establecieron las correlaciones entre la variable bienestar psicológico y las dimensiones de la variable resiliencia.

Con relación a la hipótesis general, concerniente a la relación entre el bienestar psicológico y resiliencia los resultados nos muestran la confirmación de la misma en el estudio, (Tabla 4), por lo que podemos inferir que a mayor bienestar mayor resiliencia y viceversa. Cabe mencionar que el resultado obtenido es respaldado por el trabajo de Castro (2020) quien encontró en un estudio con las mismas variables en población educativa, una correspondencia bilateral positiva, altamente significativa y moderada ( $Rho= 0.583$ ;  $p=.000$ ), implicando que a mayor resiliencia, mayor bienestar psicológico, y viceversa; del mismo modo con los resultados de Pineda et al. (2021) encontraron relación entre ambas variables de grado bajo ( $Rho=0.362$ ), señalando que los jóvenes con mayor resiliencia por ende presentan mayor bienestar, considerando que lo que caracteriza a las personas resilientes es su adaptación a situaciones de adversidad manteniendo este una relación con su bienestar psicológico desde su actitud positiva relacionada a la personalidad del individuo, para el logro de sus metas y así

sentir satisfacción por su vida. Así mismo, Coletti y Soria (2022) al estudiar la resiliencia y estrés laboral en personal administrativo encontraron una correspondencia inversa entre estas dos variables. Es decir, la resiliencia es un factor protector de algunos problemas como el estrés. En términos de Ryff (1989) las personas tienden a desarrollar un bienestar psicológico positivo que potencialicen su salud en general, de tal forma que las condiciones psicosociales no sean un impedimento para poder seguir creciendo.

Con respecto a las hipótesis específicas (He), la primera hipótesis específica (He<sub>1</sub>) sobre la relación entre el bienestar psicológico y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia (Tabla 5), se encontró relaciones positivas estadísticamente significativa entre bienestar psicológico y la dimensión ecuanimidad. Estos resultados concuerdan con lo señalado por Guevara (2021) en estudiantes de enfermería en donde los valores determinaron que los estudiantes desarrollen la imparcialidad, rectitud y justicia lo cual les permite evitar conjeturas en su quehacer; en ese orden de ideas, Ryff (1989) refiere que un funcionamiento positivo de las personas están vinculadas con un adecuado comportamiento; por lo que no se descarta que dicha población se encuentra encaminada a poder enfrentar de manera airosa sus situaciones problema.

Con respecto a la segunda hipótesis específica (He<sub>2</sub>) sobre la relación entre el bienestar psicológico y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia (Tabla 6), se halló relación positiva estadísticamente significativa entre bienestar psicológico y la dimensión sentirse bien solo. Este resultado coincide con lo encontrado por Estrada y Mamani (2020) que revelaron la existencia de correlación de grado moderado ( $Rho=0.546$ ) entre la variable y a la segunda dimensión la cual indica que la población estudiada logra valorarse como única e importante siendo capaces de hacerle frente a las situaciones que ocurran. En efecto, el desarrollar sentimientos de valía y desarrollo personal potencializarían la independencia personal; tal

como lo sostiene Ivette et al. (2022) puesto que el desarrollar un sentimiento de motivación tanto intrínseca como extrínseca podrán potencializar el sentirse bien solo.

Aunado a ello, lo anteriormente mencionado refuerza la tercera hipótesis específica ( $He_3$ ), sobre la relación entre el bienestar psicológico y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia (Tabla 7), encontrándose una relación positiva y estadísticamente significativa entre bienestar psicológico y la dimensión confianza en sí mismo; orientada a una correspondencia bilateral entre ambas, razón por la cual el presentar un adecuado desarrollo personal favorecerán el amor propio.

Con respecto a la cuarta hipótesis específica ( $He_4$ ) sobre la relación entre el bienestar psicológico y la dimensión perseverancia de la resiliencia (Tabla 8) se halló una correlación positiva estadísticamente significativa, ello permite identificar que a mayor perseverancia los estudiantes desarrollaran un mayor bienestar psicológico. Este resultado concuerda con lo encontrado por Bustamante (2019), quien refiere que la perseverancia es considerada un valor importante al momento de correlacionar las dos variables. Además, consideró que la muestra de su estudio presento dificultades relacionadas al ambiente social como el mantener relaciones estables y duraderas por la estructura de su personalidad básicamente por la mirada que tienen del mundo y de su entorno.

Por último, para la quinta hipótesis específica ( $He_5$ ) sobre la relación entre el bienestar psicológico y la dimensión satisfacción de la resiliencia (Tabla9), se halló una correlación positiva estadísticamente significativa, ello indica que si los estudiantes presentan un bienestar psicológico adecuado el nivel de satisfacción y de valía personal se encontraría ajustado a poder responder a nuevas condiciones de tal manera que puedan aprovechar sus recursos aplicándolos a la realidad con la intención de prevalecer sus sentimientos de amor propio y satisfacción. Coincide con lo encontrado por Olivero et al. (2022), que la satisfacción se encuentra ligado

con la capacidad que tienen las personas de innovar, por ello el sentirse satisfechos con su entorno y con su vida puede generar en ellos actitudes para poder adaptarse.

## CAPÍTULO VI

### Conclusiones y recomendaciones

#### 6.1 Conclusiones generales y específicas

En función a los resultados se puede inferir lo siguiente:

1. Existe relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de educación superior, Huanta, 2022.
2. Existe relación entre el bienestar psicológico y la dimensión ecuanimidad en estudiantes de educación superior, Huanta, 2022.
3. Existe relación entre el bienestar psicológico y la dimensión sentirse bien solo en estudiantes de educación superior, Huanta, 2022.
4. Existe relación entre el bienestar psicológico y la dimensión confianza en sí mismo en estudiantes de educación superior, Huanta, 2022.
5. Existe relación entre el bienestar psicológico y la dimensión perseverancia en estudiantes de educación superior, Huanta, 2022.
6. Existe relación entre el bienestar psicológico y la dimensión satisfacción en estudiantes de educación superior, Huanta, 2022.

#### 6.2 Recomendaciones

A raíz de lo encontrado se propone las siguientes recomendaciones:

1. A los investigadores, promover estudios en la población de Huanta con la intención de profundizar en ambas variables.
2. A los directivos de la institución, fortalecer la resiliencia mediante eventos psicológicos como talleres, charlas o sesiones individuales psicológicas.

3. A los estudiantes de educación superior, se recomienda adicionar a sus rutinas diarias, actividades que desarrollen sus habilidades emocionales para seguir logrando exitosamente sus competencias personales.
4. A los padres de familia y/o tutores, concientizar en la capacitación y orientación, contribuyendo en la prevención y así a su vez también procurar el cuidado de su salud mental y la de sus hijos.

### **6.3 Resumen.**

El presente estudio tuvo como finalidad determinar la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en una muestra de 197 estudiantes de educación superior de Huanta. Para ello se trabajó una metodología de tipo básica, enfoque cuantitativo alcance descriptiva correlacional y de corte transversal. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Bienestar psicológico de Ryff y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. En función de los resultados se indica que existe una relación estadísticamente significativa entre las variables; en lo que respecta a los resultados inferenciales se halló una correlación positiva y altamente significativa entre la variable bienestar psicológico y las dimensiones de la variable resiliencia. Se concluye que los estudiantes se encuentran en el proceso de ir potencializando sus capacidades de afrontamiento las cuales le permitirán no solo enfrentar situaciones sino salir airosos de ellas.

**Términos clave:** Resiliencia, bienestar psicológico, estudiantes.

### **6.4 Abstract. Key words**

The present study aimed to determine the relationship between psychological well-being and resilience in a sample of 197 higher education students from Huanta. For this purpose, we worked with a basic methodology, with a quantitative, descriptive, correlational and cross-sectional approach. The instruments used were Ryff's Psychological Well-Being Scale and

Wagnild and Young's Resilience Scale. Based on the results, it is indicated that there is a statistically significant relationship between the variables; as for the inferential results, a positive and highly significant correlation was found between the psychological well-being variable and the dimensions of the resilience variable. It is concluded that the students are in a process of strengthening their coping capacities that will allow them not only to face situations but also to get out of them.

**Key words:** Resilience, psychological well-being, students.

## REFERENCIAS

- Ahuanlla Huaccha, R., y Coaquira Jallo, M. (2021). *Bienestar psicologico y resiliencia en adolescentes de una Institucion Publica de Bajo Pukiri* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Union] Repositorio UPEU. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4807>
- Amar, J., Martínez, M. y Utria, L. (2013). Nuevo abordaje de la salud considerando la resiliencia. *Revista Salud Uninorte*, 29(1), 124-133. <https://www.redalyc.org/pdf/817/81728689014.pdf>
- Aramayo, V.; Burga, R. (2022). *Personalidad y resiliencia en estudiantes de la especialidad de educación inicial del Instituto de Educación Superior Pedagógico* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo] Repositorio UPAGU. <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/2264>
- Arias, J. (2020). Proyecto de Tesis. Arequipa: JoseAriasGonzales. Obtenido de <https://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2236>
- Arias, J., y Covinos, M. (2021). Diseño y metodología de la Investigación. Arequipa: Enfoques Consulting EIRL. Obtenido de <https://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2260>
- Bisquerra, R., y Perez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educacion XXI*, 10, 61-82. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70601005>
- Burga,G.(2023). *Bienestar psicológico y autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Las Lomas, 2023*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles Chimbote] Repositorio ULADECH. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33842>

Bustamante, D. (2019). *Resiliencia y bienestar psicologico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipan] Repositorio USS.

<https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/6166>

Carhuancho, I., Sicheri, L., Nolazco, F., Guerrero, M., & Casana, k. (2019). *Metodologia de la investigacion Holistica*. Ecuador : UIDE Guayaquil. Obtenido de

<https://repositorio.uide.edu.ec/handle/37000/3893>

Carrasco, B., y Villegas, X. (2020). *Resiliencia y bienestar psicologio en estudiantes de psicologia de los ultimos ciclos de una Universidad Privada de Lima Norte* [ Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte] Repositorio UPN.

<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/30120>

Castro, A. y Morales, M. (2012). Calidad de vida subjetiva en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 17(1), 29-43.

<https://www.redalyc.org/pdf/292/29223246003.pdf>

Castro Espinoza, M. (2020). *Bienestar psicologico y resiliencia en estudiantes de una Institucion Educativa de Chiclayo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipan] Repositorio USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/9021>

Coletti, R., y Soria, C. (2022). *Resiliencia y estres laboral en trabajadores administrativos dependientes en Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad Ricardo Palma] Repositorio URP. <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/5467>

Collas, D., y Cuzcano, S. (2019). *Estrategias de afrontamiento ante el estres y bienestar psicologico en estudiantes universitarios de una institucion privada de Lima Este* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión] Repositorio UPEU.

<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1906>

Del Villar, E., y Carrascal, D. (2022). *Análisis correlacional entre capital social, bienestar social y resiliencia en mujeres migrantes de la ciudad de Barranquilla* [Tesis de Maestría, Universidad de la Costa] Repositorio CUC.

<https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/9590>

Díaz, L., Gonzales, L., Torres, M., y Villaneuva, M. (2022). Determinantes del bienestar subjetivo en adultos mexicanos durante el primer periodo de confinamiento por covid 19. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 15(1), 91-102.

<https://reviberopsicologia.iberro.edu.co/article/view/rip.15109>

Estrada, E., y Mamaní, H. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes universitarios*, 10(4).

<https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/491>

Fernández, L., y Bermúdez, M. (2015). Resiliencia en adultos: una revisión teórica. *Revista Terapia psicológica*, 33(3), 257-276.

[http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-48082015000300009](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082015000300009)

Ganoza, M. (2021). *Procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de especialidades psicopedagógicas de una Institución Privada de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego] Repositorio UPAO.

<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/8307>

García, M., y Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 63-77.

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1692-715X2013000100003&lang=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2013000100003&lang=es)

Gómez, E. (2010). Resiliencia Familiar: un enfoque de investigación e intervención con familias multiproblemáticas. *Revista de Psicología*, 19(2), 103-131.  
<https://www.redalyc.org/pdf/264/26416966005.pdf>

González, D. (2021). Psychological well-being, resilience, and anxiety in college students. *Revista Guatemalteca de Educación Superior*, 4(1), 43-58.  
doi:<https://doi.org/10.46954/revistages.v4i1.53>

González, F., Botero, C., y Delfino, G. (2021). Psychological well being and perceived athletic ability military cadets. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 25(1).  
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/12518>

Gonzales, J. (2017). *Resiliencia y bienestar psicológico en madres de hijos con trastorno del espectro autista de un centro de educación básica especial de Lima Sur*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú] Repositorio UNIVERSIDAD AUTONOMA DEL PERU.

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/431>

Guevara Duarez, M. (2021). *La resiliencia y el bienestar psicologico en internas de enfermeria de la Universidad Nacional Amazonica de Madre de Dios en el contexto covid-19* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autonoma de Ica] Repositorio UNIVERSIDAD AUTONOMA DE ICA.

<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1649>

Greco, C., Morelato, G. e Ison, M. (2007). Emociones positivas: una herramienta psicológica para promocionar el proceso de resiliencia infantil. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, 7, 81-94.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5645315>

Hernandez, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas: cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mexico: Mc Graw Hill educación. Obtenido de <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>

Hé Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. Mc Graw Hill. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>

Higueras, D. (2022). *Bienestar psicologico y resiliencia en practicantes de danzas de una municipalidad distrital de Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad Ricardo Palma] Repositorio URP. <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/5468>

Ivette, M., García, J., Tellez, A., y Zamarripa, J. (2022). Teoría de la autodeterminación. Una perspectiva teórica para el estudio. *Realidades*, 11(2).

Juanas Oliva, A., Díaz Esterri, J., García Castilla, F., y Goig Martínez, R. (2022). La influencia de la preparación para las relaciones socioafectivas en el bienestar psicológico y la autonomía de los jóvenes en el sistema de protección. *Pedagogía Social: Revista Interuniversitaria* (40), 51-66.

- Kozma, A., & Stones, M. (1998). Social desirability in measures of subjective well-being: Age comparisons. *Social Indicators Research*, 20(1), 1-14.  
<https://doi.org/10.1093/geronj/42.1.56>
- Llanos, S., y Rimac, K. (2021). *Violencia en la pareja y resiliencia en estudiantes universitarios de la ciudad de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/76612>
- Madariagua, C. (2022). *Relacion entre el bienestar subjetivo, el bienestar psicologico y el bienestar social de mujeres cabeza de familia* [Tesis de Maestria, Universidad del Norte de Barranquilla] Repositorio UNINORTE.  
<https://manglar.uninorte.edu.co/handle/10584/10766#page=1>
- Mamani, R. (2021). *Resiliencia y felicidad en estudiantes de enfermería de una universidad nacional de Ayacucho* [ Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/82508>
- Matta, H. (2005). *Grado de desarrollo de la resiliencia y su relacion los factores protectores y de riesgo, en adolescentes de Instituciones Educativas de Lima, Ica, Ayacucho y Huanuco*[Tesis para Magister, Universidad Nacional Mayor de San Marcos] Repositorio UNMSM.  
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/3276>
- Michalos, A. (1985). Multiple discrepancies theory(MDT). *Social Indicators Research*, 16, 347-413.  
[https://scholar.google.com.pe/scholar?q=Michalos,+A.+\(1985\).+Multiple+discrepancies+theory\(MDT\).+Social+Indicators+Research,+16,+347-413.&hl=es&as\\_sdt=0&as\\_vis=1&oi=scholart](https://scholar.google.com.pe/scholar?q=Michalos,+A.+(1985).+Multiple+discrepancies+theory(MDT).+Social+Indicators+Research,+16,+347-413.&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart)

- Michalos, A. (1995). Introduccion a la Teoria de las Discrepancias Múltiples(TDM). 4(11), 99-107. <https://journals.copmadrid.org/pi/art/11f524c3fbfeeca4aa916edcb6b6392e>
- MINEDU. (09 de febrero de 2023). *Educacion Superior Tecnologica*. Obtenido de <http://www.minedu.gob.pe/superiortecnologica/>
- Novella, A. (2002). *Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes* [Tesis para Magister, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, H. (2018). *Metodologia de la Investigacion.Cuantitativa-Cualitativa y Redaccion de la Tesis*. Bogota: Ediciones de la U. Obtenido de [https://edicionesdelau.com/wp-content/uploads/2018/09/Anexos-Metodologia\\_%C3%91aupas\\_5aEd.pdf](https://edicionesdelau.com/wp-content/uploads/2018/09/Anexos-Metodologia_%C3%91aupas_5aEd.pdf)
- Ojeda, M. (2022). *Bienestar psicologico y resiliencia en soldados de servicio militar voluntario* [Tesis de Licenciatura,Universidad Catolica de Santa Maria] Repositorio UCSM. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/12172>
- Olivero, E., Vega, Y., Acosta, J., & Miranda, A. (2022). Relationship between innovation management and student satisfaction with their well-being at university. *Formación Universitaria*, 15(4), 9-20.
- Papalia, D., Wendkos, S., y Duskin, R. (2019). *Psicología del desarrollo, de la infancia a la adolescencia*. Mc Graw Hill.
- Pineda, V., Conza, N., y Quispe, M. (2021). *Resiliencia y bienestar psicologico durante la pandemia covid - 19 en jóvenes de la ciudad de Juliaca*. Juliaca [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión] Repositorio UPEU. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/5452>

- Reyes, F. (2018). *Bienestar psicologico y calidad de vida de los estudiantes de enfermeria de la Universidad Nacional de San Cristobal de Huamanga* [ Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega] Repositorio UIGV.  
  
<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/1990>
- Romero, A., Brustad, J., y García, A. (2007). Bienestar psicologico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad fisica y el deporte. *Revista Iberoamericana de Psicologia del Ejercicio y el Deporte*, 2(2), 31-52. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126258003.pdf>
- Rossi, J., Jiménez, J., Barros, P., Assar, R., Jaramillo, K., Leighthon, C., y Martinez, F. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicologico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista Medica de Chile*, 147, 579-588.  
  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872019000500579](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872019000500579)
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6).  
  
<https://psycnet.apa.org/record/1990-12288-001>
- Ryff, C., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you area: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happines Studies*, 9, 13-39.  
  
[https://www.researchgate.net/publication/23545616\\_Know\\_Thyself\\_and\\_Become\\_What\\_You\\_Are\\_A\\_Eudaimonic\\_Approach\\_to\\_Psychological\\_Well-Being](https://www.researchgate.net/publication/23545616_Know_Thyself_and_Become_What_You_Are_A_Eudaimonic_Approach_to_Psychological_Well-Being)
- Ruiz, K. (2019). *Bienestar psicológico en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana*. [ Tesis de Licenciatura Universidad Inca Garcilaso de la Vega] Repositorio UIGV.

<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4590>

Saavedra Castillo, J. E., González Farfán, S., Nizama Valladolid, M., Kendall Folmer, R., Nicolás Hoyos, Y., Pomalima Rodríguez, R., ... & Vargas Palomino, V. (2009). Estudio epidemiológico de salud mental en la sierra rural-2008: informe general. *An. salud ment*, 25(1 y 2),3-318.

[https://www.researchgate.net/profile/Javier-Saavedra-](https://www.researchgate.net/profile/Javier-Saavedra-2/publication/333929944_Estudio_Epidemiologico_de_Salud_Mental_en_la_Sierra_Rural_2008_Peru/links/5d0cedea92851cf4403ebc6e/Estudio-Epidemiologico-de-Salud-Mental-en-la-Sierra-Rural-2008-Peru.pdf)

[2/publication/333929944\\_Estudio\\_Epidemiologico\\_de\\_Salud\\_Mental\\_en\\_la\\_Sierra\\_Rural\\_2008\\_Peru/links/5d0cedea92851cf4403ebc6e/Estudio-Epidemiologico-de-Salud-Mental-en-la-Sierra-Rural-2008-Peru.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Javier-Saavedra-2/publication/333929944_Estudio_Epidemiologico_de_Salud_Mental_en_la_Sierra_Rural_2008_Peru/links/5d0cedea92851cf4403ebc6e/Estudio-Epidemiologico-de-Salud-Mental-en-la-Sierra-Rural-2008-Peru.pdf)

Sánchez Carlessi, H., Reyes Romero, C., y Mejía Sáenz, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y huamnista*. Repositorio Institucional de la Universidad Ricardo Palma.

<https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/1480>

Soler, M., y García Álvarez, D. (2021). Bienestar psicologico y virtud del coraje en adolescentes tardíos. *Informes psicologicos Revista Cientifica*, 21(2), 43-59.

<https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/7200>

Valdivieso Jimenez, G., y Macedo Orrego, L. (2018). Neurociencias y psicoterapia: mecanismo top-down y bottom-up. *Revista de Neuro Psiquiatria*, 81(3), 183-195.

<https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RNP/article/view/3386>

Valero, S., Lacomba, L., Coello, M., Chocho, X., Samper, P., Pérez, M., y Montoya, I. (2022). Impacto emocional y resiliencia en adolescentes de España y Ecuador. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 9(1), 29-36.

<https://www.revistapcna.com/sites/default/files/2120.pdf>

Wagnild, G. y Young, H. (1993). *Development and Psychometric evaluation of the resilience scale. Journal of Nursing Measurement. 1 (2), 165-177.*  
[https://www.academia.edu/6675361/Development\\_and\\_Psychometric\\_Evaluation\\_of\\_the\\_Resilience\\_Scale](https://www.academia.edu/6675361/Development_and_Psychometric_Evaluation_of_the_Resilience_Scale)

## Anexos

### • Formato de consentimiento informado

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado (a) colaborador(a), mi nombre es Nieves Prada Sulluchuco me encuentro realizando una investigación sobre Bienestar Psicológico y Resiliencia en jóvenes adultos de educación superior. Se debe resaltar que la participación de este estudio es voluntaria y no le generará ningún problema ni gasto económico. La información que se obtenga será confidencial, los resultados a partir de estos cuestionarios serán para uso exclusivo académico y no se usarán para ningún otro propósito fuera de esta investigación.

Al llenar sus datos en este documento, usted está aceptando participar voluntariamente en la Investigación titulada "BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR- HUANTA" realizada por la Bachiller en Psicología de la Universidad Ricardo Palma, estos le tomarán un tiempo aproximado de 45 minutos para el llenado de ambas escalas.

En caso presente alguna duda o requiera información adicional referente al presente proceso puede contactarse con la encargada del presente estudio al correo: 199518021@urp.edu.pe.

Nombre del investigador: NIEVES PRADA SULLUCHUCO

Fecha: 04 de julio del 2022

Colaborador(a):

He entendido la información brindada en relación al consentimiento y el llenado de las escalas para dicho estudio de investigación.

Autorización: Estoy de acuerdo o acepto participar en el presente estudio.

Para constancia,

Fecha: julio, 2022

# Bienestar Psicológico y Resiliencia en estudiantes de Educación Superior- Huanta

por Nieves Gisella Prada Sulluchuco



*Donna Tantalina Oliva*  
Unidad de Grados y Títulos  
Jefa

Fecha de entrega: 01-ago-2023 02:44p.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2140093822

Nombre del archivo: TESIS\_OFICIAL\_sustentaci\_n\_\_26\_07\_23.pdf (1.08M)

Total de palabras: 12170

Total de caracteres: 71698

# Bienestar Psicológico y Resiliencia en estudiantes de Educación Superior- Huanta

INFORME DE ORIGINALIDAD

16%

INDICE DE SIMILITUD

19%

FUENTES DE INTERNET

7%

PUBLICACIONES

12%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE



## FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	5%
2	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	4%
3	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	<1%
6	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	<1%
7	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	<1%
8	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	<1%
9	publicacionescientificas.uces.edu.ar Fuente de Internet	<1%

		<1 %
10	repositorio.udaff.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
11	repositorio.upch.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
12	1library.co Fuente de Internet	<1 %
13	es.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 20 words

Excluir bibliografía

Activo

