



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE  
UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO – 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

**Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico**

Presentado por:

**Yaneth Rutmery Ccarita Pelaez**

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de Licenciada en  
Psicología

Docente asesor:

Mg. Kelly Fara Vargas Prado

Código Orcid N°0000-0002-3322-1825

Chincha, Ica, 2021

**Asesor**

MG. KELLY FARA VARGAS PRADO

**Miembros del jurado**

-Dr. Edmundo Gonzáles Zavala

-Dr. William Chu Estrada

-Dr. Martín Campos Martínez

## Dedicatoria

A mi madre Sabina por la oportunidad de brindarme su apoyo invaluable, a mi familia cercana que me inspiraron a seguir adelante y a aquellas personas que, sin ser familia, me brindaron fortalezas para cumplir con mis objetivos.

Yaneth

## **Agradecimiento**

A Dios por guiarme en cada etapa del trayecto de mis estudios, por la sabiduría que me brindo y por la bendición que me dio por haber llegado hasta ahora.

A la Universidad Autónoma de Ica, por la oportunidad de brindarme para realizar la tesis, y culminar satisfactoriamente con la titulación.

A la Mg. Kelly Vargas Prado, siendo una excelente asesora, que con dedicación y paciencia impartió sus conocimientos para que lograré realizar eficientemente la tesis.

Al Mg. Ronal Fernández Revilla Director de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez, que me dio la facilidad para aplicar el proyecto de tesis; a los estudiantes por haber participado voluntariamente en la investigación.

La autora.

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

Presentando una metodología de tipo aplicada, cuyo diseño es no experimental, descriptivo correlacional. La población fue constituida por 200 estudiantes del IX y X ciclo, que se encuentran realizando el internado de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Privada “Andina Néstor Cáceres Velásquez” de Juliaca, Puno – 2021, la muestra estuvo conformada por 132 participantes; como técnica se utilizó la encuesta, siendo los instrumentos aplicados para la recolección de datos, la escala para evaluar resiliencia y escala para evaluar el bienestar psicológico. Los resultados demuestran que el 14,4% de los participantes presentan un nivel muy bajo de resiliencia; el 22,0% nivel bajo; el 23,5% nivel medio/promedio y 40,1% nivel alto, para la variable bienestar psicológico el 6,1% se encuentran en un nivel bajo y el 93,9% nivel regular.

Finalmente se logra concluir que existe relación significativa entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021; habiéndose obtenido un p valor de 0,000; así también la correlación de Rho de Spearman fue de 0,666 siendo esta positiva moderada.

**Palabras claves:** Resiliencia, bienestar psicológico, universitarios.

## **Abstract**

The objective of this research was to determine the relationship between resilience and psychological well-being in students of a private university in Juliaca, Puno - 2021.

Presenting a methodology of applied type, whose design is non-experimental, descriptive correlational. The population was constituted by 200 students of the IX and X cycle, who are doing the internship of the professional career of Psychology of the Private University "Andina Néstor Cáceres Velásquez" of Juliaca, Puno - 2021, the sample was formed by 132 participants; as a technique the survey was used, being the instruments applied for data collection, the scale to evaluate resilience and scale to evaluate psychological well-being. The results show that 14.4% of the participants have a very low level of resilience; 22.0% have a low level; 23.5% have a medium/average level and 40.1% have a high level; for the psychological well-being variable, 6.1% have a low level and 93.9% have a regular level.

Finally, it can be concluded that there is a significant relationship between resilience and psychological well-being in students of a private university in Juliaca, Puno - 2021; having obtained a p-value of 0.000; also the Spearman's Rho correlation was 0.666, this being a moderate positive correlation.

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

## Índice general

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Resumen	v
Palabras claves	v
Abstract	vi
Índice general	vii
Índice de tablas	ix
Índice figuras	xi
I. INTRODUCCIÓN	12
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
2.1. Descripción del problema	14
2.2. Pregunta de investigación general	16
2.3. Preguntas de investigación específicas	16
2.4. Justificación e importancia	16
2.5. Objetivo General	18
2.6. Objetivos específicos	19
2.7. Alcances y limitaciones	19
III. MARCO TEÓRICO	21
3.1. Antecedentes	21
3.2. Bases teóricas	30
3.3. Marco Conceptual	40
IV. METODOLOGÍA	42
4.1. Tipo y Nivel de investigación	42
4.2. Diseño de Investigación	42
4.3. Población – Muestra	43
4.4. Hipótesis general y específicas	45
4.5. Identificación de las variables	45
4.6. Operacionalización de variables	46
4.7. Recolección de datos	48
V. RESULTADOS	52

5.1	Presentación de Resultados	52
5.2	Interpretación de los resultados	63
VI	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	65
6.1	Análisis descriptivo de los resultados	65
6.2	Comparación resultados con marco teórico	80
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	82
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	85
	ANEXOS	91
	Anexo 1: Matriz de consistencia	92
	Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	94
	Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición	97
	Anexo 4: Data de resultados	103
	Anexo 5: Consentimiento informado	111
	Anexo 6: Documentos administrativos	112
	Anexo 7: Evidencias fotográficas/otras evidencias	116
	Anexo 8: Informe de turnitin al 20% de similitud	119

## Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1 Población de estudio	43
Tabla 2 Muestra de estudio	44
Tabla 3 Baremación de la escala de resiliencia	49
Tabla 4 Baremación de la escala de bienestar psicológico	51
Tabla 5 Datos sociodemográficos de los estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	52
Tabla 6 Resiliencia en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	53
Tabla 7 Confianza y sentirse bien solo en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	54
Tabla 8 Perseverancia en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	55
Tabla 9 Ecuanimidad en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	56
Tabla 10 Aceptación de uno mismo en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	57
Tabla 11 Bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	58
Tabla 12 Aceptación/Control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	59
Tabla 13 Autonomía en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	60
Tabla 14 Vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	61
Tabla 15 Proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	62
Tabla 16 Estadísticos descriptivos de la variable resiliencia y sus dimensiones.	65
Tabla 17 Estadísticos descriptivos de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones.	67

Tabla 18 Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov de las variables resiliencia y bienestar psicológico, con sus respectivas dimensiones. 69

## Índice de figuras

		Pág.
Figura 1	Resiliencia en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	53
Figura 2	Confianza y sentirse bien solo en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	54
Figura 3	Perseverancia en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	55
Figura 4	Ecuanimidad en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	56
Figura 5	Aceptación de uno mismo en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	57
Figura 6	Bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	58
Figura 7	Aceptación/Control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	59
Figura 8	Autonomía en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	60
Figura 9	Vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	61
Figura 10	Proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.	62

## I. INTRODUCCIÓN

Actualmente desde la percepción global de la vida, existen variedad de sucesos, circunstancias y dificultades que se presentan en el día a día, estos como factores que desencadenan o ponen a prueba la capacidad de resiliencia, siendo el hecho de poder superarlos, adaptarse frente a la situación y extraer lo mejor de sí mismo para poder sobrellevarlos. Por lo mencionado esencialmente el estudio se enfoca en el ámbito de los estudiantes universitarios, ya que ellos están expuestos a tales situaciones y se dispone la demanda de desarrollar y poner en práctica la capacidad de resiliencia en esta población; además es necesario tener conocimiento sobre cómo se encuentran respecto a su bienestar psicológico, lo cual indica sobre relación positiva de la vida general que conllevan, siendo fluctuantes para una vida satisfactoria en la universidad, así mismo con el desarrollo profesional que obtengan, tipos de relación familiar, entre otros.

La resiliencia se caracteriza, por como la persona presenta comportamientos para superar las adversidades, donde se contemplan las habilidades, capacidades y competencias, así mismo la adaptabilidad, la baja susceptibilidad, conductas positivas vitales y de resistencia a la destrucción, los cuales se desarrollan en función a la relación de los procesos sociales e intrapsíquico (García y Domínguez, 2012), no solo es tomado como un factor para afrontar adversidades si no también siendo eficaz para la salud mental y emocional, en la vida social y personal (García, 2016). Por otro lado, el bienestar psicológico se focaliza en desarrollo personal y de las capacidades para esta, los cuales dan paso a un funcionamiento positivo de vida, así mismo se vincula con el estilo y forma de afrontar retos vitales, para alcanzar las metas (González, et al., 2010), habiendo que el bienestar psicológico incrementa la salud mental y calidad de vida en los estudiantes universitarios y prevenir los diferentes problemas que se presentarían (Navascués, Calvo y Martin, 2016).

Por lo tanto, a través del presente estudio se busca determinar la relación que existe entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

Desde el punto de vista formal, el presente trabajo de investigación se elaborará de acuerdo al esquema básico vigente en la institución, el cual tiene las siguientes partes:

En el capítulo I, se encuentra la introducción de la presente investigación.

Capítulo II. Planteamiento del problema de investigación; este acápite se plasma planteamiento del problema de investigación, la pregunta de investigación general y específicos, la formulación de objetivos y finalmente la justificación y la importancia.

Capítulo III. Marco teórico; se expone de manera sistemática aspectos relacionados con los antecedentes de estudio, así como las bases teóricas y el marco conceptual.

Capítulo IV. Metodología; en este acápite se hace referencia el tipo y diseño de investigación utilizado; también se encuentra la población y la muestra, así mismo se plasmó la hipótesis general como específicas; variables, operacionalización de variables, las técnicas e instrumentos de recolección de datos, las técnicas de procesamiento de los datos.

Capítulo V. Se dispone los resultados, en cual se enfatiza la respectivas presentaciones e interpretaciones de los mencionados resultados.

Capítulo VI. Se presenta el análisis de los resultados, donde se evidencian la descripción de resultados, en consecuencia, también se muestran la comparación de resultados con el respectivo marco teórico planteado.

Finalmente se expone las conclusiones y recomendaciones de la investigación.

La autora.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 2.1. Descripción del problema

La resiliencia ha demostrado importancia en la comunidad científica en los últimos años, teniendo en cuenta que es la capacidad de superación ante eventos adversos o situaciones de riesgo que tiene el ser humano, y específicamente se ha visto que los estudiantes universitarios presencian y experimentan situaciones adversas en su centro de estudios, donde tienen que sobresalir y recuperarse de tales situaciones, igualmente el bienestar psicológico de cada estudiante universitario es de tomar en consideración, ya que es el hecho de sentirse bien, satisfechos con la vida propia y tener relaciones interpersonales positivas, los cuales son fundamental para lograr sus objetivos y obtener calidad de vida.

En el contexto internacional, Bojórquez, Velazco y García (2019) realizaron un estudio en estudiantes universitarios del sur de Estado de Sonora, donde lograron evidenciar que el 24% presenta bajo nivel de resiliencia, pero al mismo tiempo mostró que 28% tienen un nivel promedio y 48% un nivel alto, donde alguno de estos estudiantes no suele adaptarse o sobrellevar situaciones estresantes y difíciles, así que se demarca que la resiliencia es sustancial. Por otro lado, Moreta et al. (2018) indican que los estudiantes de educación superior de las ciudades de Cuenca y Ambato en el Ecuador, en relación al bienestar subjetivo, psicológico y social, muestran resultados de que 55.1% explicación a una predicción considerable a la salud mental, presentando prevalencias de riesgos de 4.2% respecto al bienestar psicológico, siendo importante tomar en cuenta este porcentaje de riesgo para la prevención de enfermedades y el fortalecimiento de bienestar en general.

En el contexto nacional, Ita (2019) en su estudio realizado en Lima en los estudiantes de la Universidad Arzobispo Loayza, logró evidenciar que los estudiantes presentan una resiliencia de mayor tendencia al nivel bajo con un 61,8% y en el nivel medio un 38,2%, en vista que ellos vivencian un cumulo de experiencia y sacrificios para alcanzar sus objetivos a pesar de las dificultades. Así mismo Silva (2019) muestra resultados en relación al bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de Cajamarca, donde el nivel alto es de 9.5% y bajo es de 9.5%, es decir por un lado se encuentran con un alto sentido positivo y por el otro negativo, pero en proporción de nivel medio es de 32.55%, se puede observar también que un 23% y 25.4% se encuentran en niveles medio bajo y medio alto respectivamente, habiendo que el bienestar psicológico es influenciado por las vivencias y la perspectiva de la vida, para un mejor desarrollo.

A nivel local, se ha presenciado que los estudiantes de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velázquez de escuela profesional de psicología, no están exentos a situaciones adversas y difíciles, ya que ellos se ven expuestos a las demandas académicas y diversos acontecimientos que influyen su desarrollo personal y profesional, experimentando nuevos desafíos en su formación preprofesional, donde ponen a prueba sus conocimientos teóricos y prácticos, siendo su labor cada vez más exigente, por los cuales de una u otra forma la capacidad de resiliencia es necesario en ellos, asimismo, teniendo en cuenta la situación actual que atraviesa el mundo en relación a la pandemia, ha producido que los estudiantes enfrenten acontecimientos problemáticos y estresantes (muerte, enfermedad, pérdidas económicas, virtualidad de la enseñanza y etc.), frente a tales situaciones su bienestar psicológico se ve influenciado, con consecuencias poco favorables para su desarrollo profesional y salud mental. Desde este punto de vista es donde surge la idea de investigar las variables mencionadas,

recogiendo datos y obteniendo resultados, para que posteriormente se pueda desarrollar y plantear mejoras en esta área.

## **2.2. Pregunta de investigación general**

¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021?

## **2.3. Preguntas de investigación específicas**

PE1. ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión aceptación/control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021?

PE2. ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión autonomía en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021?

PE3. ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021?

PE4. ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021?

## **2.4. Justificación e importancia**

### **Justificación**

Este trabajo se justificó en los siguientes aspectos:

**Justificación teórica:** La presente investigación tiene en cuenta la teoría de la resiliencia y bienestar psicológico, para lo cual fue necesario la búsqueda de información con un sustento científico, que se aproxima a una información verídica, teniendo en cuenta un contexto de educación superior – universitaria donde se realiza el estudio, incrementando el modelo teórico antes mencionado (resiliencia y bienestar psicológico), aportando así a futuras

investigaciones y por consiguiente poniendo en cuestión anteriores estudios relacionadas al tema.

**Justificación práctica:** La relevancia de este estudio parte en sí mismo de los resultados cuantitativos que se ven expuestos en esta investigación, estableciendo la relación entre las variables como: la resiliencia y bienestar psicológico, donde en los participantes evaluados se puede percibir ciertas características psicológicas que los podrían beneficiar o no, a superar situaciones problemáticas que se ven reflejadas en su vida cotidiana y como también en su futuro como profesionales de psicología, además, esto promueve a futuros programas de intervención, teniendo en cuenta los resultados que se obtuvo, que benefician al estudiante universitario preprofesional para un buen equilibrio de su bienestar psicológico.

**Justificación metodológica:** De acuerdo a la metodología relacionada con el enfoque cuantitativo, la siguiente investigación se desarrolló con un diseño no experimental, de corte transversal y correlacional, ya que busca conseguir resultados estadísticos fidedignos a la realidad, con el uso de técnicas adecuadas para el análisis y la recolección de los datos, precisando el uso de dos escalas que permiten cuantificar en datos estadísticos la información obtenida correspondiente a las variables de investigación: como la resiliencia y bienestar psicológico, considerando que estas pueden ser utilizadas en posteriores investigaciones.

**Justificación psicológica:** La resiliencia y el bienestar psicológico, son uno de los tópicos muy sustanciales en el estudio de la psicología, siendo la resiliencia imperativa en situaciones problemáticas que enfrenta el ser humano, demostrando su capacidad de superación ante lo adverso, adaptando su medio o adaptándose a él, creando ciertos recursos psicológicos que posiblemente serán cruciales para su bienestar psicológico. Siendo determinante en distintas etapas de la vida y en un contexto

educativo superior (donde se pretende realizar el estudio), se pone aún más a prueba tal capacidad resiliente, donde las diversas responsabilidades académicas, expectativas profesionales, demandas personales y etc., influyen de alguna u otra forma, en el equilibrio de la salud mental, la realización personal y académico de los futuros profesionales.

### **Importancia**

La importancia del presente estudio radica en los resultados que se hallaron, siendo beneficiosos tanto para las instituciones superiores y así como para los estudiantes, para lo cual se buscó conocer la problemática que afecta a este grupo de personas, de la realidad universitaria, y cómo ellos se desenvuelven en un contexto donde las expectativas académicas y capacidades personales se ponen a prueba como parte de su formación profesional, enfrentando tensiones y angustias, menoscabando a veces su bienestar, haciéndoles propensos a generar afectaciones en su psiquis cognitivo, emocional y conductual, estos resultados llevan a datos de su capacidad de resiliencia en relación al bienestar psicológico, por lo que también hace posibles la intervenciones de las autoridades universitarias (decanos, directores, profesores y consejo estudiantil), promoviendo mejoras en el ámbito académico superior, en cuanto a los resultados que se pudieron encontrar en la formación de habilidades de afronte ante situaciones adversas.

### **2.5 Objetivo General**

Determinar la relación que existe entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

## 2.6 Objetivos específicos

OE1. Establecer la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión aceptación/control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

OE2. Establecer la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión autonomía en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

OE3. Establecer la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

OE4. Establecer la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

## 2.7. Alcances y limitaciones

### Alcances

Dentro de los alcances se consideró los siguientes:

**Alcance social:** En el presente trabajo estuvieron involucrados los estudiantes del internado del IX y X ciclo de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Privada Andina Néstor Cáceres Velásquez.

**Alcance espacial o geográfica:** Se llevó a cabo en la carrera profesional de Psicología de la Universidad Privada Andina Néstor Cáceres Velásquez, ubicado en el distrito de Juliaca, provincia de San Román, perteneciente a la región de Puno.

**Alcance temporal:** El estudio se realizó en el segundo ciclo académico del año 2021.

**Alcance metodológico:** Tiene el tipo de estudio aplicada, con un enfoque no experimental, descriptivo correlacional, de manera que se pudo establecer la relación.

## **Limitaciones**

Dentro de las limitaciones que se presentaron durante el desarrollo de la investigación, se tuvo las siguientes:

- Una limitación fue la poca predisposición de participar en la presente investigación, de manera que se tuvo que persuadir a los participantes, explicando la importancia del estudio y como los resultados que se obtuvieron pueden cambiar la visión de las autoridades de la institución, para un mejor desenvolvimiento profesional.
- La limitación principal para el desarrollo del presente trabajo de investigación fue en la aplicación de los instrumentos de evaluación a los estudiantes; porque se aplicó de manera virtual, ya que por razones preventivas y por la seguridad de los participantes no se pudo llevar a cabo de manera presencial, por la pandemia mundial que se atraviesa, lo cual hizo que sea más complicada la aplicación.

Otras de las limitaciones, fueron:

- Los resultados de este estudio sólo pueden aplicarse a los estudiantes del IX y X ciclo de educación superior.

### III. MARCO TEÓRICO

#### 3.1. Antecedentes

##### **Antecedentes internacionales**

Bojórquez, Velazco y García (2019), en estudio titulado: Relación entre los factores resilientes: regulación emocional, resiliencia y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios Sonorenses. Tuvo como objetivo determinar la relación entre afrontamiento resiliente y regulación emocional, y si éstos involucran a la satisfacción de la vida de los estudiantes; el estudio fue de diseño correlacional descriptivo, de tipo no experimental; la población muestral estuvo conformada por 100 estudiantes; para lo cual se evaluó con la escala de inteligencia emocional percibida (TMMS-24), la subescala de reparación emocional percibida (REP), la escala breve de estrategias resilientes (BRCS) y la escala de satisfacción con la vida (SWLS). En los resultados de resiliencia se lograron evidenciar que el 24% presenta bajo nivel, 28% tienen un nivel promedio y 48% un nivel alto. En conclusión, indica que existe correlaciones significativas positivas entre la resiliencia, regulación emocional y satisfacción con la vida, además menciona que estos factores aplicados en las personas mejoran el bienestar psicológico.

Haciendo el análisis de las variables estudiadas, y específicamente de la resiliencia, se genera la respuesta de que la resiliencia para los estudiantes universitarios en la población muestral estudiada es fundamental, donde ellos poseen conductas resilientes, ya sean a mayor o menor grado, siendo estos como un factor de afrontamiento en la vida universitaria de los estudiantes, así mismo se logra evidenciar que la resiliencia no solo es esencial para lo mencionado, sino también para obtener estabilidad o regulación emocional, el sentirse satisfecho en los diferentes ámbitos de sus vidas, por consiguiente para obtener bienestar psicológico y poseer mejores resultados en su vida en general.

Castaño (2019), en la tesis titulada: Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de ingeniería de la Universidad de Antioquia. El cual tuvo como objetivo examinar la relación que existe entre bienestar psicológico y rendimiento académico; donde la metodología del estudio fue de tipo correlacional – descriptivo; la población muestral estuvo conformada por 161 estudiantes; para evaluación se aplicaron la prueba de escala de bienestar psicológico de Ryff y el promedio obtenido de las notas. Los resultados en relación al bienestar psicológico dieron que el 50% es de nivel elevado, 26% nivel alto, 17% nivel moderado y 7% nivel bajo. En conclusión, existe relación positiva entre las dos variables estudiadas, sin embargo, cabe aclarar que es débil, es decir el bienestar psicológico no se establece o aumenta en función al RA o en viceversa.

En el trabajo realizado de esta investigación, donde evalúa la variable de interés, que viene a ser el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios, se confirma que existen mayores porcentajes de niveles de bienestar psicológico, pero al mismo tiempo se presentan porcentajes de niveles bajos y medios, en los cuales falta fortalecer algunas aspectos de la vida o capacidades, para mejorar los niveles de bienestar psicológico, ya que de alguna u otra manera esta variable tiene relación con el desenvolvimiento de los estudiantes, como el redimiendo académico que puedan obtener, igualmente se considera que estas dos variables estudiadas tienen relación positiva, pero baja, lo cual quiere decir estos se pueden incidir mutuamente, del uno al otro, así mismo se esta relación puede ser mínima o de baja significancia entre el bienestar psicológico y rendimiento académico.

Gonzáles (2021), en el estudio titulado: Bienestar psicológico, resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarios. Tuvo como objetivo determinar la asociación de ansiedad, resiliencia con el bienestar psicológico; de enfoque cuantitativo, no experimental, de

corte transversal y alcance correlacional predictivo; para la población muestral se hizo la participación de 378 alumnos de una universidad pública de Guatemala; en cuanto a la evaluación se utilizó la escala de bienestar psicológico de Ryff, escala de resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC) y la escala de trastorno de ansiedad generalizada (GAD-2). Los resultados muestran un indicador alto de resiliencia 4.816 (IC 95% 3.052 - 7.601) y la varianza del 26,20% que afectan al bienestar psicológico. En conclusión, se evidencia que existe una asociación estadísticamente significativa, lo cual quiere decir que la resiliencia incide al bienestar psicológico y se recomendó prestar atención en las variables estudiadas, para la mejora del bienestar psicológico y salud mental.

Según los resultados de este estudio, revelan la presencia de una correlación significativa entre sus variables estudiadas (resiliencia con el bienestar psicológico), lo cual lleva a considerar cuan importantes son los recursos de afrontamiento en los estudiantes de pregrado, logrando un buen grado de bienestar psicológico, donde se sientan satisfechos y felices con sus logros en el recorrido de la vida universitaria; por otro lado, en la evaluación que se hizo para medir la resiliencia y el bienestar psicológico, que ya menciono que existe relación, también se tomó en cuenta otro elemento como la ansiedad generalizada, siendo seguramente como manifestación de una menor o baja resiliencia, cuando a ciertas situaciones que no se pudieron afrontar, así mismo un grado menor de bienestar psicológico incide a ella, también se menciona que la salud mental es repercutida por las variables que se estudió.

Gómez, Delgado, Martínez, Ortiz y Avilés (2021), en el estudio realizado que lleva por nombre: Resiliencia, género y rendimiento académico en jóvenes universitarios del Estado de Morelos – México. El objetivo de la investigación fue evaluar la correlación entre resiliencia, rendimiento académico, según el género en jóvenes universitarios; la metodología aplicada fue un diseño transversal

analítico; donde la población muestral estuvo conformada por 51 estudiantes de la licenciatura de nutrición; para evaluar se optó por el cuestionario de sociodemográfico, el inventario de anomia asiliente y resiliencia nomica (IAAR), y para determinar el RA se solicitó el promedio de calificaciones del semestre en curso. Los resultados indican que 37 de los alumnos presentan resiliencia en sus diferentes niveles y 14 ausencia (anomia). Logrando concluir que se evidencia relación positiva entre la resiliencia y rendimiento académico, así mismo el sexo masculino posee mayores niveles de resiliencia que las mujeres.

En este estudio se abordaron una de las variables que se estudiará, que viene a ser la resiliencia, asociándola con el desempeño académico de jóvenes que cursan la universidad, donde se observa que la mayor parte de estudiantes presentan resiliencia y la minoría no presenta resiliencia, siendo ausente esta capacidad para esta minoría, que según resultados muestran que existe relación positiva entre la resiliencia y rendimiento académico, lo cual nos lleva a mencionar que esta parte puede ser afectada por la ausencia de la resiliencia, ya sea en el rendimiento académico y otros aspectos que abarca la resiliencia, así mismo se hace una diferencia de género (masculino-femenino), en la cual los datos demuestran que presentan mayor nivel de resiliencia en estudiantes varones.

### **Antecedentes nacionales**

Lamas (2018), en la investigación titulada: Bienestar (subjetivo, psicológico y social) y resiliencia en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud, universidad Autónoma de Ica. Chíncha 2018. Con el objetivo de determinar la relación entre el bienestar subjetivo, bienestar psicológico y social con la resiliencia; la metodología fue desde un enfoque cuantitativo, y un diseño no-experimental, transeccional y correlacional; donde la población fue de 600 estudiantes y se tomó como muestra a 114

participantes de la carrera de psicología y enfermería; para lo cual los instrumentos utilizados fueron la escala de satisfacción con la vida (ESCV), escala de experiencias negativas y positivas, escala de bienestar psicológico, escala de bienestar social, escala de resiliencia (ER), y escala de resiliencia SV – RES. En los resultados se obtuvo que el promedio del bienestar psicológico es de 5,37 considerado nivel alto, en relación a la resiliencia global un promedio de 5,58 encuadrado en la categoría alto y en factores de resiliencia se obtuvo es de 5,95 en muy alto. En conclusión, se muestra que las variables estudiadas poseen alta correlación significativa.

Es importante mencionar que la investigación toma en cuenta las dos variables que se pretende estudiar, la resiliencia y bienestar psicológico, con un objetivo en común, que es determinar la relación entre estas dos variables; donde en el estudio se obtuvieron resultados que se evidencio un alto nivel de bienestar psicológico y de resiliencia, teniendo en cuenta que según los resultados, existe correlación significativa entre estas variables, en otras palabras, se puede decir que a mayor grado de resiliencia mayor es el grado de bienestar psicológico, además se puede referir que las variables, son de gran importancias en el transcurso de vida de los estudios universitarios, sabiendas de la resiliencia ayuda a los estudiantes a poder afrontar ciertas situaciones de retos y problemáticas, así mismo el estado de bienestar psicológico en el que se encuentran incide en la felicidad y metas/objetivos que logran los estudiantes, aspectos que definitivamente acercan a la realidad de las variables que experimentan los estudiantes universitarios.

Villalba y Avello (2019), en el estudio titulado: Resiliencia como factor determinante para la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. Tomando como objetivo identificar el nivel de resiliencia y satisfacción de vida; el tipo de investigación de modalidad correlacional descriptivo, no experimental; la población fue de 120 estudiantes y se estableció la muestra de 40 participantes

de las carreras de psicología, filosofía, literatura y lengua de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; los instrumentos empleados para la evaluación son la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1988) y la escala de satisfacción con la vida de Diener, Emmons, Larsen y Griffin. Los resultados muestran que el 10% son de nivel medio, 30% nivel alto, 60% nivel medio alto y sin registrarse, resultados de baja resiliencia. En conclusión, se evidencia que existe relación entre las variables niveles de resiliencia y satisfacción de vida, y sobre la importancia que se da en estas variables en relación a los estudiantes universitarios.

Teniendo en cuenta la investigación realizada de la resiliencia como factor determinante para la satisfacción con la vida, estimando la resiliencia como variable de interés, donde se observan resultados que demuestran la existencia de una relación entre la resiliencia y la satisfacción por la vida, poniendo como punto primordial los niveles de resiliencia como variable que incide en la variable satisfacción, de tal manera que sugieren la importancia de estas variables en un ámbito académico superior, dicho de otro modo la resiliencia favorece mejores condiciones de satisfacción de la vida, teniendo el conocimiento de que la resiliencia no solo es esencial para arribar con las circunstancias adversas, si no también contribuye para un mejor el desenvolvimiento estudiantil y en la vida.

Silva (2019), en la tesis de investigación titulada: Funcionamiento familiar, bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de segundo ciclo de dos universidades de la ciudad de Cajamarca 2018. El objetivo fue determinar la relación entre el funcionamiento familiar y el bienestar psicológico mediada por la autoeficacia; la metodología de diseño correlacional descriptivo; la población muestral estuvo conformada por 126 estudiantes; para la evaluación se utilizó la escala de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III), escala de bienestar psicológico de Casullo (BIEPS A) y la escala de autoeficacia general de Baesslerer y Schwarger. Los

resultados de bienestar psicológico se encuentran dentro de los siguientes niveles, 9,5% alto, 25,4% medio alto, 32,55% medio, 23% medio bajo y 9,55% bajo. En conclusión, se evidenció que existe una baja relación entre el funcionamiento familiar y bienestar psicológico, sin embargo, la autoeficacia presenta mayor relación como variable mediadora con las variables de bienestar psicológico y funcionamiento familiar.

A propósito que se hizo en la investigación, se data resultados del bienestar psicológico, donde los estudiantes universitarios presentan mayores niveles de bienestar psicológico, siendo estos niveles clave para que estos estudiantes se sientan felices y satisfechos con sus vidas, que presenten comportamientos positivos, los cuales los llevan al logro de objetivos personales, por otra parte en la investigación se genera que la variable de autoeficacia es un mediador importante para el bienestar psicológico, también considera que si existe un buen funcionamiento familiar será mejor los niveles de BP, aunque en niveles bajos como se señala en la investigación.

Huincho (2020), en su tesis titulada: Nivel de felicidad y nivel de resiliencia en alumnos de una Universidad Privada Limeña. Tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la felicidad y resiliencia; el diseño de investigación fue no experimental, de nivel correlacional y de corte transversal; la población fue de 57 estudiantes y la muestra se estableció por 52 participantes de psicología del 1er y 2do ciclo, de UPLA; para la evaluación se aplicó los instrumentos de la escala factorial para medir la felicidad de Reynaldo Alarcón y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Respecto a los resultados de la variable resiliencia el 40,4% presentan un nivel alto, 40,4% un nivel promedio y 19,2% de nivel bajo. Finalmente se concluye que existe una correlación positiva y significativa entre el nivel de felicidad y nivel de resiliencia.

Según el estudio realizado, la resiliencia en los estudiantes universitarios es indispensable, siendo un factor esencial para producir un sentimientos o estado de felicidad, donde según los resultados se comprueba de que, si existe una relación significativa entre las variables felicidad y resiliencia en alumnos universitarios de la ciudad de lima, frente a ellos se considera que los jóvenes universitarios a menudo hacen frente obstáculos o desafíos que se presentan en la preparación profesional, donde la capacidad de resiliencia permite superar las mencionadas situaciones, y en consecuencia los alumnos se sientan felices al lograrlo.

Campos y Garay (2021), en la tesis que lleva por nombre: Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una universidad privada de Huancayo - 2020. Con el objetivo que fue determinar la relación que existe entre resiliencia y estrés académico; la metodología de investigación fue de tipo básico, de nivel correlacional, no experimental transversal; donde la población fue de 997 estudiantes de psicología y la muestra estuvo conformada por 278 participantes; para la evaluación se aplicó la escala de resiliencia de Wagnild & Young y el inventario de estrés académico SISCO SV. Los resultados en cuanto a la resiliencia fueron el 28,8% nivel alto, 23,4% de nivel medio, 21,9% de nivel bajo y 25,9% muy bajo nivel de resiliencia. Se concluyo que existe relación inversa débil entre resiliencia y estrés académico, de manera que, a mayor resiliencia, menores niveles de estrés académico y viceversa.

Conforme a la investigación se observan resultados de la resiliencia en los estudiantes universitarios de la carrera de psicología, donde dan que existe mayor frecuencia del nivel alto y medio, lo cuales se entienden que estos estudiantes tienen la capacidad para afrontar aquellas situaciones de tensión y estrés, ya que también se menciona en el estudio que el estrés académico está relacionada en la vida universitaria, aún más en tiempos de

pandemia, donde la situación es más difícil, donde se tuvieron y tienen que adaptarse a las nuevas circunstancias, he ahí donde ponen a prueba la capacidad de resiliencia, así mismo se encontró resultados de niveles bajos y muy bajos, en los cuales definitivamente se debe poner énfasis ya que a estos estudiantes les falta desarrollar mucho más sus capacidades de resiliencia, en el cual se debe intervenir para que estos estudiantes se puedan desenvolver de la mejor manera en sus centros de estudios y en sus vidas, finalmente las dos variables mencionadas tienen relación inversa, lo cual quiere decir que a mayor nivel de resiliencia, menor será el acarreo de estrés académico, también el que se tenga menor estrés académico dará paso a mejores resultados de resiliencia en los estudiantes universitarios.

### **Antecedentes locales**

Ticona (2020), en la tesis titulada: *Árbol de decisiones para el análisis de la felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de universidades licenciadas en el departamento de Puno – Perú 2019*. Tuvo como objetivo determinar los patrones del árbol de decisiones entre la felicidad, resiliencia y el optimismo; la metodología de investigación fue de tipo cuantitativa descriptivo de corte transeccional, no experimental; donde la población fue de 23772 estudiantes y se tomó como muestra a 935 estudiantes de la Universidad Nacional Altiplano Puno, Universidad Nacional de Juliaca y Universidad Peruana Unión de Juliaca; los instrumentos aplicados para la evaluación fueron la escala de satisfacción con vida de Ed Diener Y Cols, escala de resiliencia (ER) Wagnild y Young. Los resultados reportan que el 64,0% no es resiliente y el 36,0% es resilientes. En conclusión, aquellos estudiantes que son resilientes y optimistas en consecuencia se sienten felices, existiendo una relación altamente significativa, a mayor resiliencia, mayor optimismo y mayor felicidad.

La investigación revela que en gran medida la resiliencia es fundamental para los elementos como en el estado de ánimo y los sentimientos, en este estudio en particular se menciona que la resiliencia incide directamente al sentir felicidad y optimismo, la expresión que se sitúa en los estudiantes universitarios de la localidad de Puno y Juliaca, es así que se observan resultados de que la mayor parte del porcentaje no posee la resiliencia, mediante ello, se pueden considerar que una buena parte de los participantes presentarían características de estados de infelicidad y conductas de bajo optimismo, por ello también se menciona que la capacidad de resiliencia es importante para la vida universitaria en general de los estudiantes universitarios de la localidad, donde se busca que haya mayor cantidad de estudiantes resilientes, para que puedan desenvolverse adecuadamente en sus centros de estudios .

## **3.2. Bases teóricas**

### **3.2.1. Resiliencia**

#### **3.2.1.1. Conceptualización de resiliencia**

Según Bojórquez, Velazco y García (2019), es la capacidad del desarrollo de adaptación y afrontamiento de cualquier tipo de circunstancias de vida, ya sean estresantes o no, donde incluyen principalmente la habilidad cognitiva, para la evaluación y análisis del entorno y circunstancias.

De acuerdo a García (2016), se caracteriza por las habilidades para enfrentar las adversidades de la vida y crecer a través de las experiencias negativas de la vida.

Para Uriarte (2005), es la capacidad de interacción sana, individual y socialmente, a pesar de los problemas y dificultades del pasado o futuro inevitable, definiendo una personalidad resiliente de mantener niveles subjetivos de la salud psicológica y la habilidad de alcanzar metas de desarrollo individual y social.

Así mismo Forés y Grané (2013), está ligada a procesos de superación de la adversidad y en los que también se frecuenta

mirar la existencia de fuerzas positivas que contrarrestan los componentes negativos.

Por último, Murrugarra y Lamas (2006), es la integración dinámica con los recursos personales y sociales, que producen posibilidades de resolución de conflictos de forma asertiva, para el desarrollo del potencial humano que lleva a enfrentar con éxito la realidad.

La resiliencia se puede considerar como la capacidad y habilidad que permite la resolución y afrontamiento de las circunstancias de la vida, con una respuesta de forma asertiva, así mismo atribuye al aprendizaje y crecimiento a través de las experiencias negativas, para lograr el desarrollo del potencial humano; éstas se desenvuelven en el campo de las circunstancias individuales y sociales, que relacionan con la variable la resiliencia, las cuales posibilitan el desarrollo personal, interacción social sana, el alcance de metas u objetivos, manejo de situaciones estresantes, y el mantenimiento de salud psicológica en cada persona.

### **3.2.1.2. Dimensiones de resiliencia**

Tomando en cuenta a Castilla et al. (2014), el cual se basa en modelo de Wagnild y Young (1993), se presenta las siguientes dimensiones:

**Confianza y sentirse bien solo:** La facultad para reconocer las capacidades y limitaciones que se tiene, en consecuencia, el conocerse da la confianza en sí mismo, además se refiere a la capacidad de sentirse libres y valiosos, así mismo el hecho de valoración positiva de la soledad da paso el aumento de la satisfacción personal, que se comprende aquella persona que se siente satisfecho con uno mismo, donde halla la motivación en la vida.

**Perseverancia:** Se entiende como la acción de autodisciplina, de persistencia frente a situaciones adversas, para poder sobresalir y lograr alcanzar los objetivos y metas.

**Ecuanimidad:** Se estima la persona que actúa de manera moderada, que toma las problemáticas con serenidad, apaciguando las emociones fuertes, tomando en cuenta la razón, es decir tiene perspectiva balanceada frente a aquellas circunstancias adversas, en relación a la vida y las experiencias vividas, lo cual permite objetividad, asertividad y adecuadas relaciones interpersonales.

**Aceptación de uno mismo:** Capacidad comprender que se tiene características personales únicas, las cuales tienen interacción con la vida, es decir, es percibir la armonía que se halla en medio del significado de vida y el rol o partícipe que cumple en ella.

De acuerdo a los autores que se señaló, se considera que la resiliencia se compone de diferentes aspectos, cada una teniendo su peculiaridad, siendo cuatro dimensiones y éstas son, la confianza y sentirse bien solo, que viene hacer el autoconocimiento de las cualidades y deficiencias, así creer en uno mismo, sentirse libres y con esencia única, valorando su soledad, donde encuentran la satisfacción personal y por ende se sienten automotivados en la vida; la perseverancia, como indicador de conductas de sobresaliente, de persistencia y auto disciplinada; la ecuanimidad, que hace la referencia a las perspectivas estables que se tiene de la vida y como la maneja de forma equilibrada sus emociones, teniendo cuenta la razón y por último aceptación de uno mismo, que se comprende como la capacidad percibir que somos un ser individual, únicos, con diferentes características y que al mismo tiempo uno es partícipe de la vida, cumpliendo un rol.

### **3.2.1.3. Importancia de la resiliencia**

Según García et al. (2016), señala que la resiliencia tiene el fin de superar las adversidades sin comprometer negativamente la salud o comportamiento. Por consiguiente, la resiliencia está ligada a la adaptación y superación positiva de aquellas situaciones que

alteran la estabilidad emocional, estas siendo parte inevitable de la vida cotidiana.

Por cual, haciendo un análisis de la resiliencia en relación general de todos los grupos etarios de las personas, juega un papel importante en el vivir de cada día, ya que generalmente se presentan adversidades, donde se evidencia la capacidad sobrellevarlas, y en relación a los estudiantes universitarios también es de alta consideración ya que si son resilientes harán frente las adversidades de modo más eficaz y así tener un mejor desempeño académico, personal, social, familiar, entre otros aspectos de sus vidas. Por ende, es fundamental poner hincapié en el factor resiliencia, siendo el camino hacia éxito, para lograr arribar metas y objetivos con la fuerza de la resiliencia, pero si el caso fuese contrario la situación, pues afectaría negativamente al estado emocional, por consiguiente, a las relaciones interpersonales y la auto realización.

#### **2.2.1.4. Características de una persona resiliente**

Con base en García (2016), se describe actitudes que se dan frente a las adversidades, en principio se menciona contrarios a comportamientos resilientes, siendo estos la negación de la realidad problemática, distanciamiento personal de las adversidades, creación de burbuja protectora donde ocasiona barreras no creativas y la delegación que es el desistimiento de la responsabilidad de las circunstancias, de manera que estos no favorecen el desarrollo de la capacidad de resiliencia, en seguida se pasa a describir las características o conductas resilientes para afrontar aquellas adversidades, estas son las siguientes:

**Tiene percepción objetiva:** Permite relativizar el peso del sufrimiento y la negatividad, también tomar distancia de la circunstancia para un análisis más objetivo, sin restarle importancia ni negar la existencia de la situación.

**Cree que el futuro será mejor:** Tener actitud optimista y de esperanza, es decir optar por mantener expectativas positivas, tomando en cuenta que las nuevas oportunidades aparecen.

**Evalúa las posibilidades de afronte:** Conocer sobre las capacidades, virtudes y recursos que tiene uno mismo para el afronte de las adversidades, así mismo saber sobre las limitaciones, pero a pesar de estas entender que hay un margen pequeño para actuar.

**Valora, sostiene relato integrador de la adversidad:** La importancia de narrar las circunstancias y sentido de enfoque que se da, procede una reorganización efectiva.

**Busca soluciones centrados en la problemática:** Enfocarse en las diferentes resoluciones que se puedan dar y en posibles consecuencias que no sean favorables, las emociones no deben ser el centro, ya que puede causar victimización y bloqueos de respuestas adecuadas.

Desde lo que manifiesta el autor mencionado, se puede expresar que las características de una persona resiliente son varios aspectos que ya se nombraron, los cuales son fundamentales para una respuesta efectiva para aquellas adversidades que se presentan, donde estas características favorecen el afronte de manera más objetiva y buscar las diversas soluciones más convenientes.

#### **2.2.1.5. Teoría de la resiliencia**

La resiliencia fundamentada desde la teoría ecológica transaccional de Bronfenbrenner (2002), considerada como el desarrollo humano que pasa por un proceso continuo de adaptación y acomodación recíproca entre el individuo y el contexto, donde el ser humano es dinámico y bidireccional, es decir el individuo en modo activo puede influir al ambiente y viceversa, dando como resultado la capacidad de resiliencia en la interacción entre la persona y entornos inmediatos, es así que establece

estructuras que conforman el ambiente ecológico: Microsistema, se considera como al entorno inmediato, donde experimentan roles y relaciones, donde se da el apoyo social, procesos de afrontamiento y procesos individuales; mesosistema, es la interrelación que existe de dos o más entorno, donde la persona es participe activo, por consiguiente contribuye al desarrollo de resiliencia; exosistema, es el entorno en el cual el individuo en desarrollo no está incluido de manera directa, pero pesar de ello afecta a la persona ya que ocurren eventos que afectan su entorno y el macrosistema, que se considera la relación del sistema social e institucional, ideologías o estructura del pensamiento en que se desarrolla la persona, donde influye el proceso de socialización que tiene, así mismo el estilo de vida que se lleva, los cuales pueden afectar a los anteriores sistemas mencionados (Cárdenas y Moreno, 2014).

Con base en el autor mencionado se puede poner en síntesis que la resiliencia es resultado de un conjunto de interacciones del individuo y el entorno, que se van desarrollando en el curso de la vida cotidiana, donde la persona se va adaptando y acomodando a las condiciones ambientales, para así tener un desenvolvimiento eficaz en su desarrollo personal y social, entre otros aspectos de su vida.

### **3.2.2. Bienestar psicológico**

#### **3.2.2.1. Conceptualización de bienestar psicológico**

Calero, Quintana y Domínguez (2015), señalan que es la percepción subjetiva que cada persona tiene sobre su vida (multideterminada), incluyendo ciertos aspectos físicos, mentales y sociales (multidimensional).

De acuerdo a Rodríguez, Sánchez y Torres (2016), es el desenvolvimiento de las fortalezas y el pleno funcionamiento en su entorno, los cuales permiten el desarrollo de habilidades y crecimiento personal.

Con bases en Orejudo et al. (2014), Alude que es el sentido de sentirse feliz, que están determinados por la integración de los factores genéticos y personales, así como aspectos demográficos y circunstanciales, basados en las respuestas de la inclusión de motivación y actitud.

Por otra parte, Castro (2009), es la satisfacción con la vida, que incrementa la felicidad y, a menudo, lo hace sentir mejor, y solo ocasionalmente experimenta sentimientos desagradables como tristeza y enojo.

Así también García (2005), es la capacidad de reflexión y evaluación, que se realiza como un juicio global de la vida y una parte de ella, donde están las reacciones y condiciones emocionales, como la tristeza, alegría, que son experimentadas en la vida diaria.

El bienestar psicológico se estima como un factor que se percibe y manifiesta como el sentido de sentirse feliz, lo cual se conlleva desde una evaluación y perspectiva subjetiva de la vida en global y específicas de ellas, de acuerdo a las motivaciones y actitudes del individuo, que también al mismo tiempo son determinadas por aspectos demográficos y circunstanciales; estos aspectos mencionados llevan a la persona lograr satisfacción con la vida, sus propósitos, mayores estados de felicidad y que lo hace sentir mejor consigo mismo, los cuales también facilitan el desarrollo de fortalezas, habilidades y crecimiento personal.

#### **3.2.2.2. Dimensiones de bienestar psicológico**

Con base en Casullo (2002), se toma en cuenta los siguientes componentes:

**Aceptación/control:** Se entiende el estar satisfechos consigo mismo, aceptando las diferentes características de sí mismo, ya sean buenas o malas; se refiere también a la sensación de sentir control, de adaptar el ambiente de acuerdo a las necesidades e intereses y aprovechando las oportunidades que se les presenta.

**Autonomía:** Hace referencia a la capacidad de tomar decisiones de manera independiente, con un comportamiento donde se expresa sentimientos y pensamientos de manera asertiva.

**Vínculos:** Se enfoca en las relaciones interpersonales o sociales, en las cuales se refleja las habilidades de empatía y afecto, igualmente se ve como el individuo muestra calidez y confianza en los demás, sin alejar y estar frustrados en relación a ellos.

**Proyectos:** Se refiere a las metas, objetivos o proyectos de vida que se tiene, y como estas cobran importancia en sus vidas, estableciendo propósitos para lograrlo, llevando a la autorrealización.

Teniendo en cuenta al autor que se cita para delimitar las dimensiones del bienestar psicológico, se detalla que uno de ellos tiene características específicas, donde se compone de cuatro elementos, siendo los siguientes; la aceptación/control que se refiere a estar satisfecho consigo mismo y el hecho de sentir control de ciertas conductas, situaciones u emociones; autonomía como la toma decisiones, independencia y asertividad que se tiene; vínculos que concierne a las relaciones interpersonales y la empatía que tiene hacia sus pares y por ultimo los proyectos que alude a los proyectos y propósitos que se tiene en la vida, con el objetivo de la autorrealización.

### **3.2.2.3. Importancia del bienestar psicológico**

Como expresa Freire (2014), el bienestar psicológico vendría a ser el mayor desarrollo posible de las cualidades y fortalezas de un individuo, siendo constituyentes para un óptimo funcionamiento psicológico, es decir es un camino, para un eficaz desenvolvimiento en diferentes aspectos de la vida de los individuos.

Es por ello que se indica que el bienestar psicológico es fundamental para obtener resultados positivos en relación a proyectos de vida, objetivos, relaciones interpersonales, entre

otros, por el mismo hecho de que si uno está en un estado de bienestar psicológico se desarrolla capacidades mucho más eficaces en diferentes áreas de su vida; por lo cual se alude que favorecen de gran manera al potencial del desenvolvimiento de los estudiantes universitarios y por efecto si alcanzan este propósito tendrán un adecuado bienestar psicológico, pero por lo contrario acarrearían problemas y deficiencias que desestabilicen su bienestar psicológico.

#### **3.2.2.4 Tipos de bienestar psicológico**

Tomando en cuenta a Romero, Brustad y García (2007), mencionan dos perceptivas que explican sobre el bienestar psicológico, estas son:

**Hedonismo:** Desde este punto el bienestar psicológico es considerado como la felicidad subjetiva que siente el ser humano, sobre las experiencias placenteras y displacenteras, con la percepción de malos y buenos momentos que pasan en sus vidas, donde se presentan sentimientos y/o emociones de felicidad y la satisfacción con la vida, estos estados mencionados se dan desde el juicio personal sobre el valor que les da a las diferentes vivencias.

**Eudemonismo:** Desde este ángulo el bienestar psicológico se denomina al hecho de que el individuo logra desarrollar las virtudes en el campo del ambiente, experiencias y actividades, logrando el crecimiento personal y por ende esta persona al obtener el potencial personal, donde desde sentidos se siente vivo, encontrando sentido a la vida y tener un manejo positivo de su vida.

Dicho en otras palabras, a partir de la posición del hedonismo se puede referir que este se enfatiza en los sentimientos de felicidad que posee la personas frente a hechos de la vida y así mismo a la satisfacción de vida que tienen sobre las experiencias; por otro lado, el eudemonismo enfatiza en desarrollo de las capacidades y crecimiento personal, que dan sentido a la vida,

también como indicadores positivos para lograr obtener objetivos y metas.

### **3.2.2.5 Teoría del bienestar psicológico**

Tomando en cuenta la teoría de Seligman (2011), el cual se basa en la teoría del bienestar, desde la perspectiva de psicología positiva, donde promueve el hecho de alcanzar o incrementar el estado de bienestar; los cuales se dan a través de constructos compuestos por elementos que contribuyen al bienestar y que estos mismos tienen tres propiedades que deben cumplir el hecho de que contribuye al bienestar, es elegido por el bien de uno mismo y buscado libremente por la persona, por último es definido y medido independientemente de las demás variables, es decir es exclusivo; estos elementos incluyen cinco: Siendo las emociones positivas que se tiene, como la felicidad, gratitud, etc., que son convenientes para la salud y calidad para su relaciones; el compromiso/involucramiento siendo la búsqueda de experiencias optimas, donde se desarrollan las fortalezas y virtudes para alcanzar esta, siendo impredecible el hecho de la voluntad propia; relaciones positivas, se refieren a la calidad o habilidad de relaciones interpersonales, donde inciden al bienestar; el sentido/significado que busca objetivos y propósitos que se tiene en la vida; como último elemento viene a ser el logro, que se refiere alcanzar la realización personal o desarrollo de ciertas habilidades para la generación del logro o ganar algo más (Gaxiola y Palomar, 2016).

En síntesis, se menciona que para obtener mayor bienestar psicológico se tiene que tomar en cuenta los elementos o características de las emociones positivas, de compromiso e involucramiento, las relaciones positivas, el sentido/significado de la vida y los logros que obtiene la persona, estos mismos si son aplicados en la mayor cantidad y calidad posibles, son elementos que vendrían a ser fortalezas para lograr mejor bienestar

psicológico, por consiguiente se obtiene una buena calidad de vida consigo mismo y con los demás, satisfacción con la vida y sentir felicidad.

### **3.3. Marco Conceptual**

**Adaptación:** Es un proceso de transformación mutua entre el individuo y entorno, que se busca más allá del equilibrio, y tiene en cuenta la búsqueda del buen vivir (armonía) para hacer frente a las tensiones existentes (Builes, Manrique y Henao, 2017).

**Adversidad:** Se denomina como las experiencias o circunstancias que causan pruebas, problemas e implican riesgos, los cuales son desencadenantes a un comportamiento resiliente (García, et al., 2016).

**Afrontamiento:** Se refiere al conjunto de respuestas conductuales, emocionales y cognitivas, que realiza una persona con el fin de lograr el mejor resultado posible frente a determinadas situaciones adversas (García, 2016).

**Bienestar psicológico:** Es el desarrollo de habilidades para la vida y crecimiento personal, siendo indicadores de desempeño positivo para un individuo (Díaz, et al., 2006).

**Calidad de vida:** Es la evaluación que hace una persona, desde una perspectiva objetiva y subjetiva de los diferentes aspectos de su vida (Urzúa y Caqueo, 2012).

**Felicidad:** Se comprende como la experiencia interior que tiene cada individuo, quienes emiten juicio sobre cómo se sienten y qué tan satisfechos están con su vida (Scorsolini y Santos, 2010).

**Satisfacción de vida:** Es esencialmente la evaluación cognitiva que hacen las personas sobre de la calidad de las propias experiencias vividas (Arita, 2005).

**Resiliencia:** Es la capacidad de adaptación a circunstancias adversas, respondiendo a ellas con conductas asertivas que permiten salir fortalecido de la experiencia (Huasmann y Chiale, 2020).

## IV. METODOLOGÍA

La investigación es de enfoque cuantitativo, según Hernández, Fernández y Baptista (2014), donde se emplea la recopilación de datos para probar la hipótesis, de acuerdo a la medición numérica y estadísticas, con el propósito de comprobar teorías.

### 4.1. Tipo y nivel de investigación

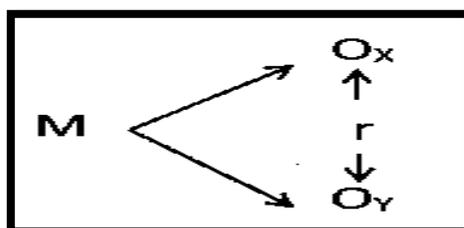
El estudio es de tipo aplicada de acuerdo a Carrasco (2009), el cual se caracteriza por tener objetivos prácticos que derivan desde la aplicación de los conocimientos científicos para modificar, actuar, transformar y producir cambios en grupo de realidad.

Por otro lado, es de corte transversal, teniendo a cuenta a Hernández, Fernández y Baptista (2014), donde sostienen que el propósito es describir las variables y analizar la correlación entre ambas, donde la recolección de datos se da en un único tiempo o momento.

Siendo de nivel correlacional, porque permite conocer y predecir el grado de relación entre dos variables o más, en un cierto contexto particular (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

### 4.2. Diseño de Investigación

El diseño del estudio es no experimental, descriptivo correlacional, desde la posición de Carrasco (2009), donde sostienen que no hay manipulación intencional o control en cuanto a la investigación, siendo la finalidad analizar y conocer sobre la realidad, así mismo determinar el nivel de relación de las variables estudiadas. La cual se representa de la siguiente manera:



Donde:

M = Muestra (Internos de psicología)

Ox = Resiliencia

Oy = Bienestar psicológico

r = Relación

#### 4.3. Población – Muestra

##### **Población**

Se conoce como un conjunto de todos los elementos que forman parte del ámbito de estudio y que poseen características específicas (Carrasco, 2009).

Es entonces que, la población estudiada está conformada por los estudiantes del IX y X ciclo, que se encuentran realizando el internado de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Privada “Andina Néstor Cáceres Velásquez” de Juliaca, Puno – 2021, que suman 200 estudiantes.

Tabla 1.

*Población de estudio*

Ciclo	Número de estudiantes
X	97
IX	103
Total	200

Fuente: Relación de estudiantes matriculados

##### **Muestra**

La muestra se considera como al sub grupo o una parte representativa de la población, donde poseen las mismas características y propiedades (Carrasco, 2009).

Para la selección de muestra se optó por utilizar la fórmula de poblaciones finitas, como se señala a continuación:

n= Tamaño de la muestra

n= ?

Z = Sigma = Nivel de Confianza (1-5)

Z= 1.96

N = Universo	N= 200
P = Posibilidad de éxito = 50%	P= 0.5
Q = Posibilidad de error = 50%	Q= 0.5
E = Error muestral (1-10)	E= 0.05

### **FORMULA DE POBLACIONES FINITAS**

$$n = \frac{Z^2 \cdot P \cdot Q \cdot N}{E^2 \cdot N + Z^2 \cdot P \cdot Q}$$

$$n = 132$$

### **FRACCIONAL MUESTRAL**

$$Fp = \frac{n \times 100}{N}$$

$$Fp = 66\%$$

De acuerdo a los resultados obtenidos, la muestra está constituida por 132 estudiantes del IX y X ciclo, que se encuentran realizando el internado de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Privada “Andina Néstor Cáceres Velásquez” de Juliaca, Puno – 2021.

Tabla 2.

*Muestra de estudio*

Ciclo	Número de estudiantes
X	64
IX	68
Total	132

### **Muestreo**

La selección de la muestra se realizó con la técnica del muestreo probabilístico, para lo cual se aplicó métodos estadísticos con la fórmula de poblaciones finitas.

#### **4.4. Hipótesis general y específicas**

##### **Hipótesis general**

Existe relación significativa entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

##### **Hipótesis específicas**

HE1. Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión aceptación/control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

HE2. Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión autonomía en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

HE3. Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno - 2021.

HE4. Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

#### **4.5. Identificación de variables**

##### **Variable X. Resiliencia**

###### **Dimensiones:**

D1. Confianza y sentirse bien solo

D2. Perseverancia

D3. Ecuanimidad

D4. Aceptación de uno mismo

##### **Variable Y. Bienestar psicológico**

###### **Dimensiones:**

D1. Aceptación/control

D2. Autonomía

D3. Vínculos

D4. Proyectos

#### 4.6. Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Resiliencia	Bojórquez, Velazco y García (2019), es la capacidad del desarrollo de adaptación y afrontamiento de cualquier tipo de circunstancias de vida, ya sean estresantes o no, donde incluyen principalmente la habilidad cognitiva, para la evaluación y análisis del entorno y circunstancias.	La variable resiliencia es operacionalizada mediante un cuestionario que es elaborado teniendo en cuenta las dimensiones establecidas en las bases teóricas.	Confianza y sentirse bien solo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad de creer en sí mismo.</li> <li>- Capacidad de autoconocimiento.</li> <li>- Capacidad de entenderse.</li> <li>- Ver la esencia de la libertad.</li> <li>- Satisfacción personal.</li> </ul>	Escala ordinal
			Perseverancia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Persistencia.</li> <li>- Sobresaliente.</li> <li>- Autodisciplina.</li> </ul>	
			Ecuanimidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilibrio.</li> <li>- Conductas moderadas.</li> <li>- Perspectiva balanceada.</li> </ul>	
			Aceptación de uno mismo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentirse valioso de sí mismo</li> <li>- Tener identidad de uno mismo.</li> <li>- Compresión de atribuir a la vida.</li> <li>- Darle significado a la vida</li> </ul>	

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Bienestar psicológico	Orejudo et al. (2014), Alude que es el sentido de sentirse feliz, que están determinados por la integración de los factores genéticos y personales, así como aspectos demográficos y circunstanciales, basados en las respuestas de la inclusión de motivación y actitud.	La variable bienestar psicológico es operacionalizada mediante un cuestionario que es elaborado teniendo en cuenta las dimensiones establecidas en las bases teóricas.	Aceptación/control	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estar satisfecho consigo mismo.</li> <li>- Aceptar las características individuales.</li> <li>- Adaptar el ambiente.</li> <li>- Sentir control.</li> </ul>	Escala ordinal
			Autonomía	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma de decisiones.</li> <li>- Independencia.</li> <li>- Asertividad.</li> </ul>	
			Vínculos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad de relaciones interpersonales.</li> <li>- Capacidad de empatía.</li> </ul>	
			Proyectos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad para establecer propósitos/planificación.</li> <li>- Establecer objetivos y metas.</li> <li>- Búsqueda de autorrealización.</li> </ul>	

#### 4.7. Recolección de datos

Se realizó los tramites respectivos, donde se solicitó a la Universidad Autónoma de Ica una carta membretada y solicitud de autorización, la cual se entregó por mesa de partes, siendo dirigida al director de la carrera profesional de Psicología de la universidad Privada Andina Néstor Cáceres Velásquez, con el propósito de solicitarle el permiso para comenzar la recolección de datos correspondientes de los estudiantes de carrera de psicología, después de los permisos dados los estudiantes reciben el consentimiento informado y posterior a ello reciben un link para acceder a las pruebas, con las siguientes técnicas:

**Encuesta:** Es una técnica de exploración y recolección de datos, que se dan por medio de preguntas formuladas, que son aplicadas directa o indirectamente al grupo de estudio que está siendo investigada (Carrasco, 2009).

#### **Instrumentos:**

**Escala para evaluar la resiliencia:** El instrumento tiene el propósito de evaluar actitudes o respuestas resilientes en relación a los factores de competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida de los estudiantes universitarios, donde de acuerdo a ellos se estructuro las dimensiones establecidas. La prueba tendrá un total de 25 ítems estructuradas en función a sus dimensiones: Ecuanimidad, perseverancia, confianza en sí mismo. satisfacción personal y sentirse bien solo. Se anexa la ficha técnica de ella:

#### **Ficha técnica del instrumento.**

Nombre del instrumento:	Escala de Resiliencia de Wagnild y Young.
Autor(a):	Wagnild y Young (1993).
Objetivo del estudio:	Evaluar nivel de resiliencia.
Procedencia:	Estados Unidos.
Adaptación peruana:	Castilla (2014).
Administración:	Individual y colectivo.
Duración:	25 a 30 minutos.

Muestra:	Estudiantes universitarios.
Dimensiones:	- Confianza y sentirse bien solo - Perseverancia. - Ecuanimidad. - Aceptación de uno mismo
Escala valorativa:	(1) Totalmente de desacuerdo. (2) Desacuerdo. (3) Algo en desacuerdo. (4) Ni en desacuerdo ni de acuerdo. (5) Algo de acuerdo. (6) Acuerdo. (7) Totalmente de acuerdo.
Validez:	Se dio por el criterio de juicio de expertos.
Confiabilidad:	Se tomo una muestra piloto, donde se aplicó el cuestionario y se aplicó Alfa de Cronbach, dando un puntaje de 0,924 que demuestra la confiabilidad que presenta.

Tabla 3.

*Baremación de la escala de resiliencia*

	Muy Bajo	Bajo	Medio/ Promedio	Alto
Confianza y sentirse bien solo	< 53	54 - 58	59 – 62	63 - 70
Perseverancia	< 27	28 – 29	30 – 31	32 - 35
Ecuanimidad	< 27	28 - 31	32 - 33	34 - 42
Aceptación de uno mismo	< 18	19 - 21	22 – 23	24 - 28
Resiliencia	1 – 126	127 - 139	140 – 147	148 - 175

Fuente: Castilla (2014).

**Escala para evaluar el bienestar psicológico:** El instrumento tiene el propósito de evaluar la situación de bienestar psicológico de los estudiantes universitarios; tomando como base sus dimensiones estructuradas respectivas. La prueba tendrá un total de 13 ítems en función a sus dimensiones: Aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos. Se anexa la ficha técnica de ella:

**Ficha técnica del instrumento.**

Nombre del instrumento:	Escala de Bienestar Psicológico - Adultos (BIEPS - A).
Autor(a):	Casullo (2002).
Objetivo del estudio:	Evaluar nivel de bienestar psicológico.
Procedencia:	Buenos Aires.
Adaptación Peruana:	Domínguez (2014)
Administración:	Individual y colectivo.
Duración:	15 minutos
Muestra:	Estudiantes universitarios.
Dimensiones:	- Aceptación/autocontrol. - Autonomía. - Vínculos. - Proyectos.
Escala valorativa:	(1) En desacuerdo. (2) Ni de acuerdo ni de desacuerdo. (3) De acuerdo.
Validez:	Se dio por el criterio de juicio de expertos.
Confiabilidad:	Se tomo una muestra piloto, donde se aplicó el cuestionario y se aplicó Alfa de Cronbach, dando un puntaje de 0,802 que viene a ser un resultado que muestra la confiabilidad que tiene la prueba.

Tabla 4.

*Baremación de la escala de bienestar psicológico.*

	Bajo	Regular	Alto
Aceptación/autocontrol	3 - 4	5 - 6	7 - 9
Autonomía	3 - 4	5 - 6	7 - 9
Vínculos	3 - 4	5 - 6	7 - 9
Proyectos	4 - 6	7 - 9	10 - 12
Bienestar psicológico	13 - 21	22 - 30	31 - 39

Fuente: Elaboración Propia

Al concluir la recolección de los datos. Teniendo en posesión un cúmulo de información, se procedió a organizar la información que permite extraer conclusiones para así poder responder a las interrogantes que llevaron a realizar la investigación. Una vez obtenidos los datos se procedió al análisis considerando los siguientes pasos:

1° Codificación: La información es seleccionada y se generó códigos para cada uno de los sujetos muestrales.

2° Calificación: Consiste en la asignación de un puntaje o valor según los criterios establecidos en la matriz del instrumento para la recolección de datos.

3° Tabulación de datos: En este proceso se elaboró una data donde se encuentran todos los códigos de los sujetos muestrales y en su calificación se aplicó estadígrafos que permiten conocer cuáles son las características de la distribución de los datos, por la naturaleza de la investigación se utiliza la media aritmética y desviación estándar.

4° Interpretación de los resultados: En esta etapa una vez tabulados los datos se presenta en tablas y figuras, estos son interpretados en función de la variable.

Para ver la correlación entre las variables se emplea un coeficiente de correlación, que mide el grado de asociación entre dos variables.

5° Comprobación de hipótesis: Las hipótesis de trabajo son procesadas a través de los métodos estadísticos.

## V. RESULTADOS

### 5.1. Presentación de Resultados

Tabla 5.

*Datos sociodemográficos de los estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

		Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Femenino	94	71,2%
	Masculino	38	28,8%
Edad	20 – 25	105	79,5%
	26 – 31	19	14,4%
	32 – 46	8	6,1%
Estado Civil	Casado	1	0,8%
	Conviviente	9	6,8%
	Soltero	122	92,4%
Religión	Católica	85	64,4%
	Evangélica	9	6,8%
	Ninguna Religión	19	14,4%
	Otras	19	14,4%
Condición Laboral	No trabaja	58	43,9%
	Trabaja	74	56,1%

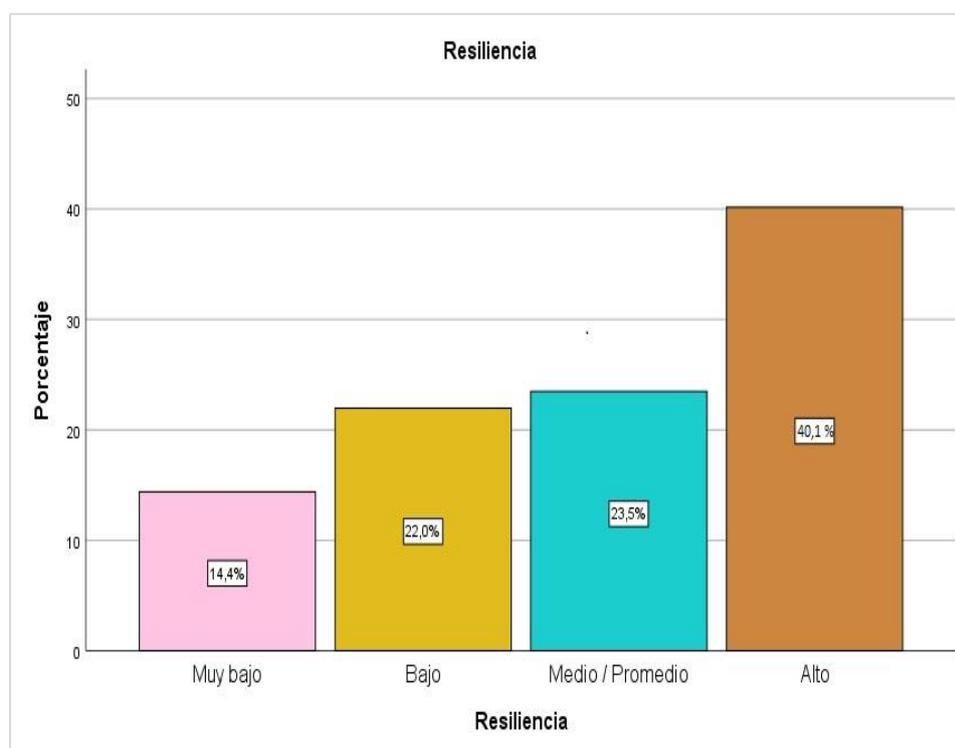
Fuente: Data de resultados.

Tabla 6.

*Resiliencia en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	19	14,4%
Bajo	29	22,0%
Medio / Promedio	31	23,5%
Alto	53	40,1%
Total	132	100,0%

Fuente: Data de resultados



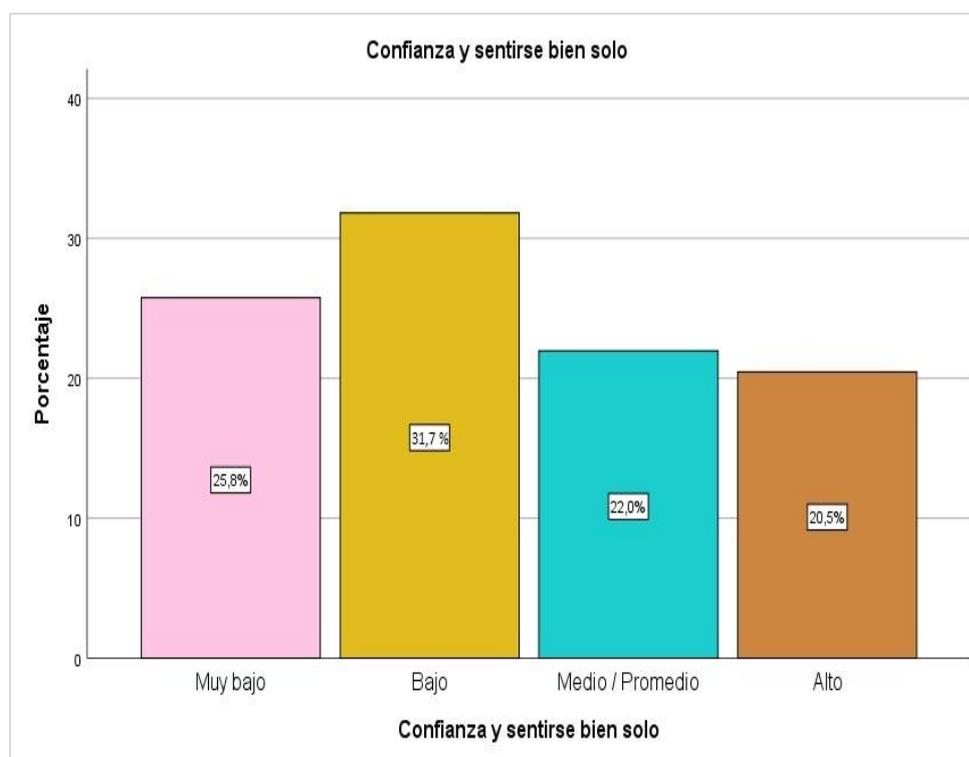
*Figura 1. Resiliencia en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

Tabla 7.

*Confianza y sentirse bien solo en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	34	25,8%
Bajo	42	31,7%
Medio / Promedio	29	22,0%
Alto	27	20,5%
Total	132	100,0%

Fuente: Data de resultados



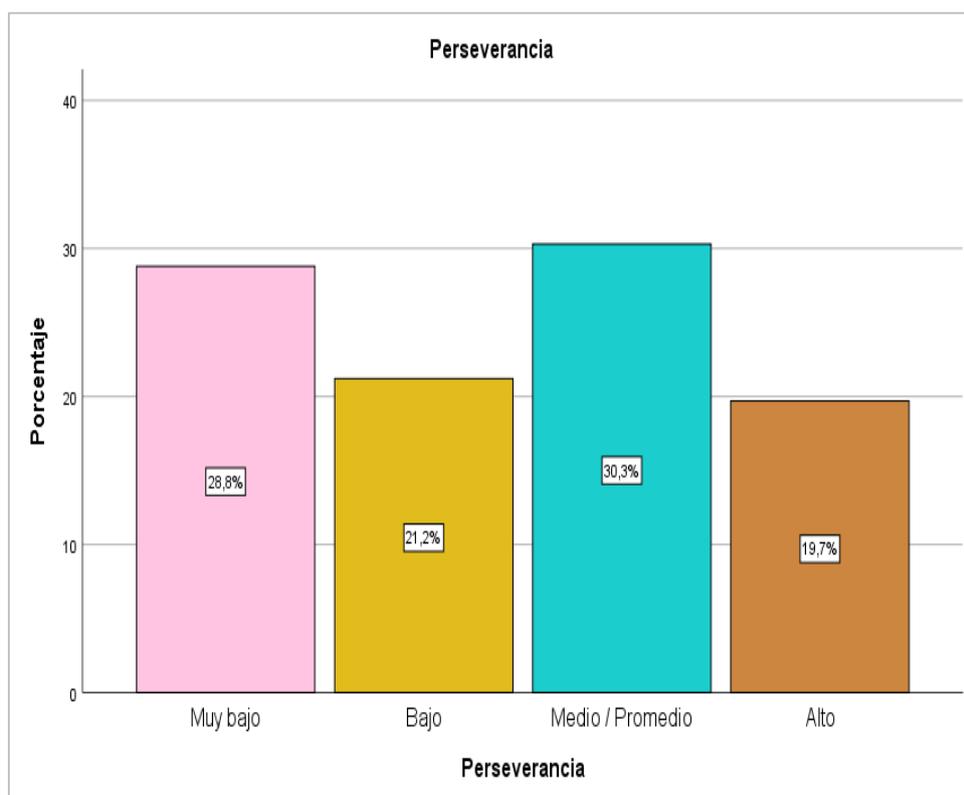
*Figura 2. Confianza y sentirse bien solo en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

Tabla 8.

*Perseverancia en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	38	28,8%
Bajo	28	21,2%
Medio / Promedio	40	30,3%
Alto	26	19,7%
Total	132	100,0%

Fuente: Data de resultados



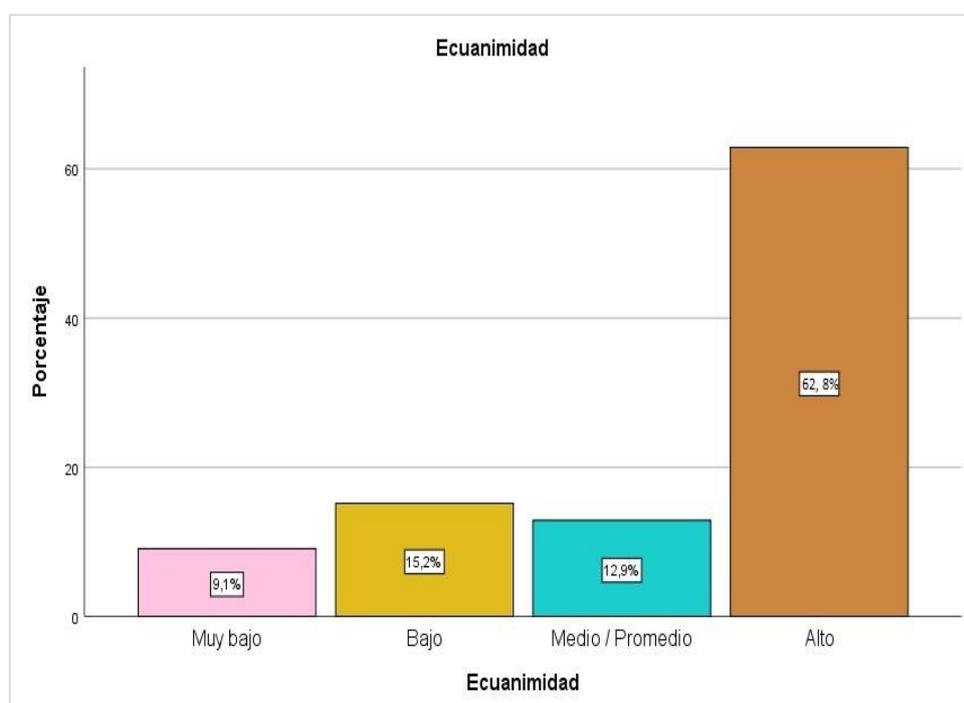
*Figura 3. Perseverancia en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

Tabla 9.

*Ecuanimidad en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	12	9,1%
Bajo	20	15,2%
Medio / Promedio	17	12,9%
Alto	83	62,8%
Total	132	100,0%

Fuente: Data de resultados



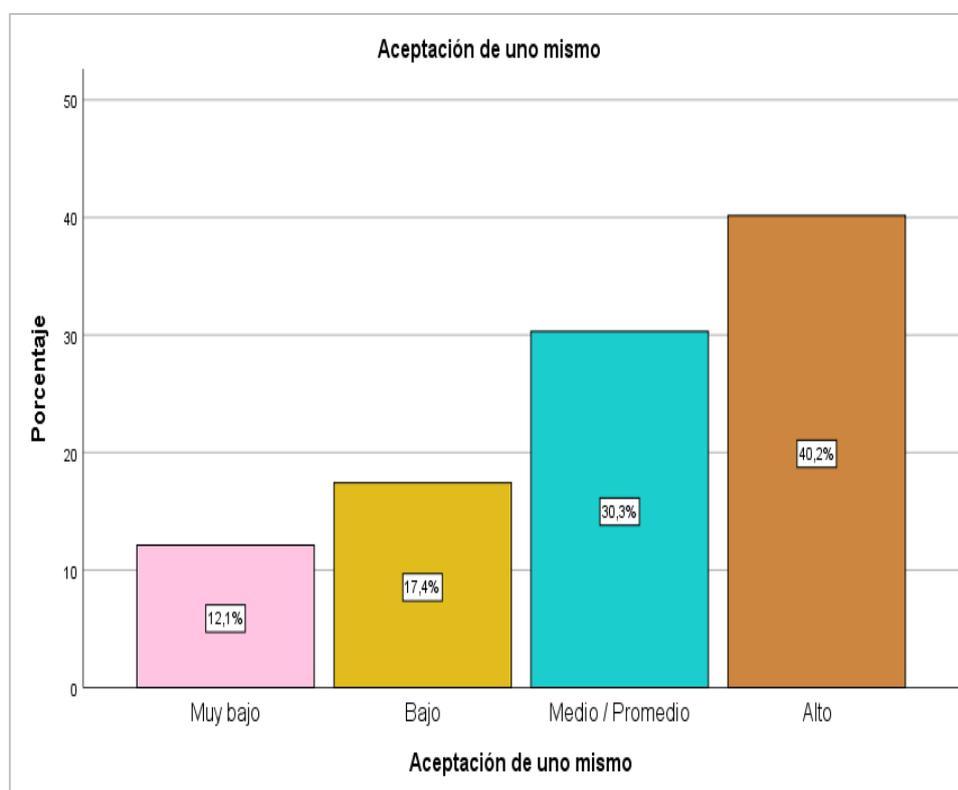
*Figura 4. Ecuanimidad en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

Tabla 10.

*Aceptación de uno mismo en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	16	12,1%
Bajo	23	17,4%
Medio / Promedio	40	30,3%
Alto	53	40,2%
Total	132	100,0%

Fuente: Data de resultados



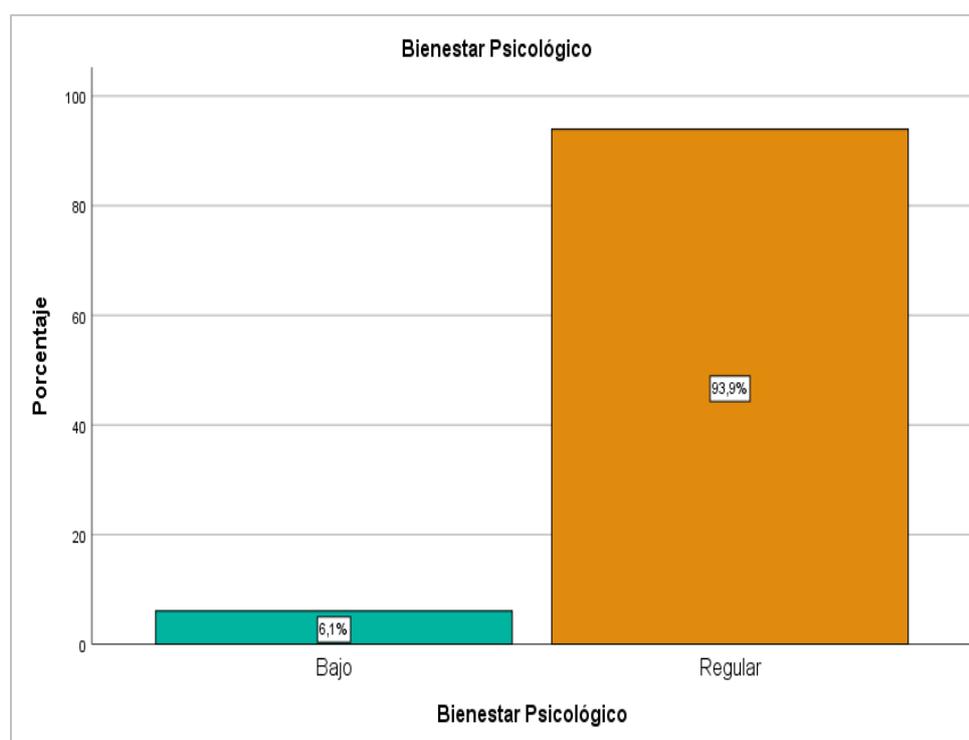
*Figura 5. Aceptación de uno mismo en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

Tabla 11.

*Bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	8	6,1%
Regular	124	93,9%
Total	132	100,0%

Fuente: Data de resultados



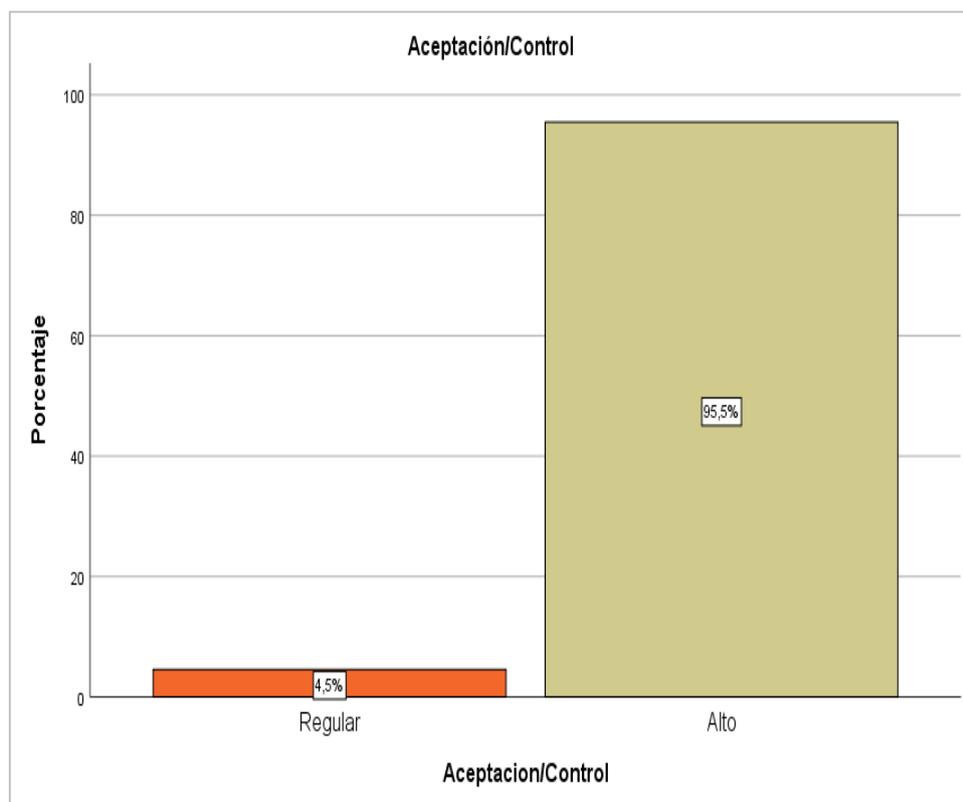
*Figura 6. Bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

Tabla 12.

*Aceptación/Control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

	Frecuencia	Porcentaje
Regular	6	4,5%
Alto	126	95,5%
Total	132	100,0%

Fuente: Data de resultados



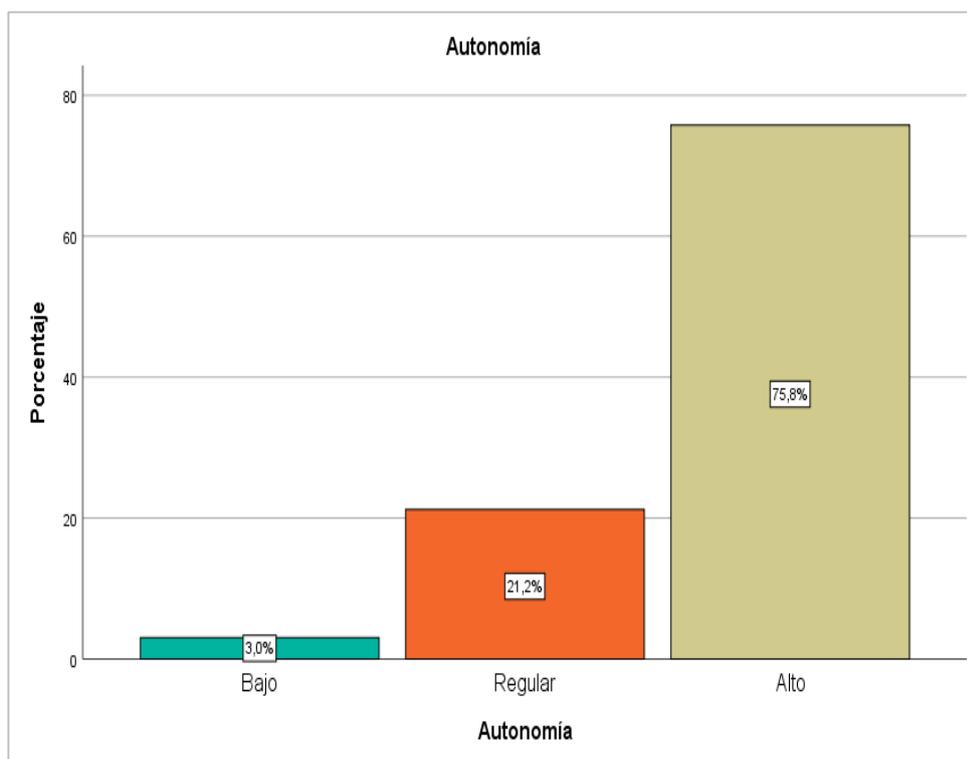
*Figura 7. Aceptación/Control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

Tabla 13.

*Autonomía en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	4	3,0%
Regular	28	21,2%
Alto	100	75,8%
Total	132	100,0%

Fuente: Data de resultados



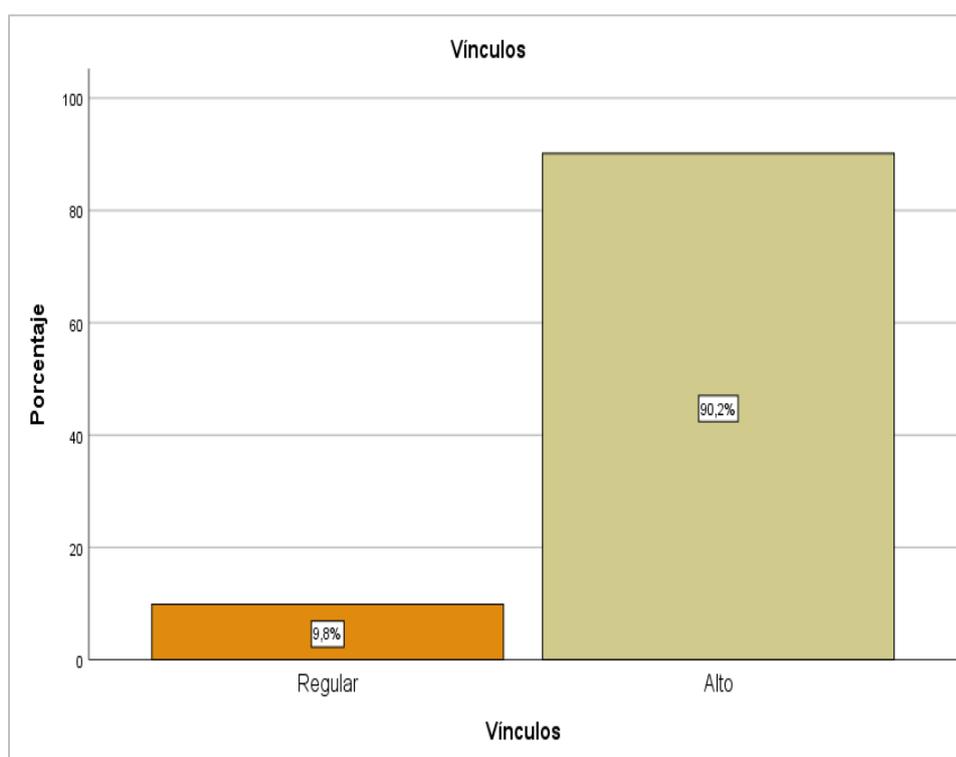
*Figura 8. Autonomía en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

Tabla 14.

*Vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

	Frecuencia	Porcentaje
Regular	13	9,8%
Alto	119	90,2%
Total	132	100,0%

Fuente: Data de resultados



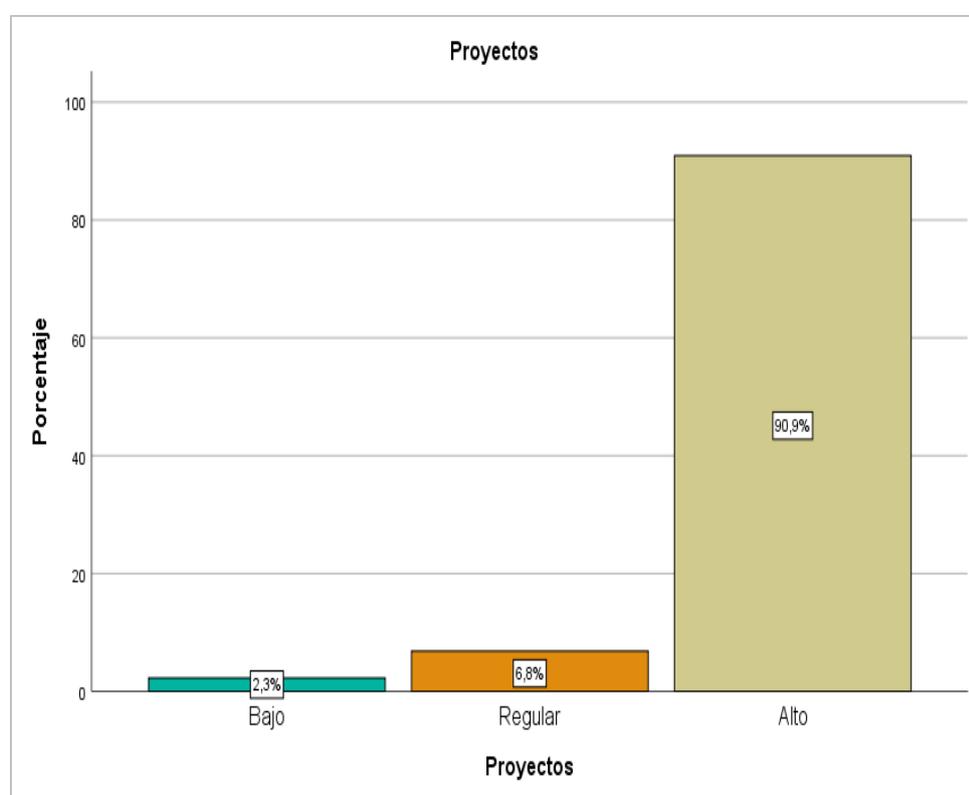
*Figura 9. Vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

Tabla 15.

*Proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	3	2,3%
Regular	9	6,8%
Alto	120	90,9%
Total	132	100,0%

Fuente: Data de resultados



*Figura 10. Proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.*

## **5.2. Interpretación de los resultados**

**En la tabla 6 y figura 1;** de acuerdo a los datos obtenidos de resiliencia en los estudiantes de la muestra estudiada, se aprecia que el 14,4% (19) presentan un nivel muy bajo; el 22,0% (29) presentan nivel bajo; el 23,5% (31) presentan nivel medio/promedio y 40,1% (53) presentan nivel alto.

**En la tabla 7 y figura 2;** de acuerdo a los datos obtenidos de confianza y sentirse bien solo en los estudiantes de la muestra estudiada, se aprecia que el 25,8% (34) presentan un nivel muy bajo; el 31,7% (42) presentan nivel bajo; el 22,0% (29) presentan nivel medio/promedio y el 20,5% (27) presentan nivel alto.

**En la tabla 8 y figura 3;** de acuerdo a los datos obtenidos de perseverancia en los estudiantes de la muestra estudiada, se aprecia que el 28,8% (38) presentan un nivel muy bajo; el 21,2% (28) presentan nivel bajo; el 30,3% (40) presentan nivel medio/promedio y el 19,7% (26) presentan nivel alto.

**En la tabla 9 y figura 4;** de acuerdo a los datos obtenidos de ecuanimidad en los estudiantes de la muestra estudiada, se aprecia que el 12 9,1% (12) presentan un nivel muy bajo; el 15,2% (20) presentan nivel bajo; el 12,9% (17) presentan nivel medio/promedio y el 62,8% (83) presentan nivel alto.

**En la tabla 10 y figura 5;** acuerdo a los datos obtenidos de aceptación de uno mismo en los estudiantes de la muestra estudiada, se aprecia que el 12,1% (16) presentan un nivel muy bajo; el 17,4% (23) presentan nivel bajo; el 30,3% (40) presentan nivel medio/promedio y el 40,2% (53) presentan nivel alto.

**En la tabla 11 y figura 6;** de acuerdo a los datos obtenidos de bienestar psicológico en los estudiantes de la muestra estudiada, se

aprecia que el 6,1% (8) presentan un nivel bajo y el 93,9% (124) presentan nivel regular.

**En la tabla 12 y figura 7;** de acuerdo a los datos obtenidos de aceptación/control en los estudiantes de la muestra estudiada, se aprecia que el 4,5% (6) presentan un nivel regular y el 95,5% (126) presentan nivel alto.

**En la tabla 13 y figura 8;** de acuerdo a los datos obtenidos de autonomía en los estudiantes de la muestra estudiada, se aprecia que el 3,0% (4) presentan un nivel bajo; el 21,2% (28) presentan nivel regular y el 75,8% (100) presentan un nivel alto.

**En la tabla 14 y figura 9;** de acuerdo a los datos obtenidos de vínculos en los estudiantes de la muestra estudiada, se aprecia que el 9,8% (13) presentan un nivel regular y el 90,2% (119) presentan nivel alto.

**En la tabla 15 y figura 10;** de acuerdo a los datos obtenidos de proyectos en los estudiantes de la muestra estudiada, se aprecia que el 2,3% (3) presentan un nivel bajo; el 6,8% (9) presentan nivel regular y el 90,9% (120) presentan nivel alto.

## VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### 6.1. Análisis descriptivo de los resultados

En este apartado del capítulo se realizó el análisis de estadísticos descriptivo para las dos respectivas variables, incluido las diferentes dimensiones de las mismas. Así mismo se aplicó la prueba de normalidad con el propósito de determinar si se está presente frente a una distribución paramétrica o no paramétrica, en seguida también se realizó para medir la relación que existe entre las variables y dimensiones. Por último, se procedió a ejecutar la prueba de hipótesis.

Tabla 16.

*Estadísticos descriptivos de la variable resiliencia y sus dimensiones.*

	N	Rango	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Desviación	Asimetría	Curtois
Resiliencia	132	132	43	175	140,67	20,664	-1,996	5,964
Confianza y sentirse bien solo	132	51	19	70	55,87	8,803	-1,874	5,303
Perseverancia	132	26	9	35	28,54	4,176	-1,794	5,098
Ecuanimidad	132	33	9	42	34,02	5,377	-1,722	4,863
Aceptación de uno mismo	132	22	6	28	22,25	3,896	-1,361	2,769
N válido (por lista)	132							

Fuente: Data de resultados

Para la variable resiliencia como valor mínimo se obtuvo 43 puntos, siendo su valor máximo 175; con una media de 140,67, ubicándose dentro de la categoría de 140 - 147 (Medio/promedio); con una desviación estándar de 20,664. De acuerdo a las medidas de forma, el coeficiente de asimetría fue de -1,996 presentando una curva

negativa. Finalmente se obtuvo un valor de curtosis de 5,964, resultando ser leptocúrtica.

En cuanto a la dimensión confianza y sentirse bien solo como valor mínimo se obtuvo 19 puntos, siendo su valor máximo 70; con una media de 55,87 ubicándose en la categoría 54 - 58 (Bajo), con una desviación estándar de 8,803. De acuerdo a las medidas de forma, el coeficiente de asimetría fue de -1,874, presentando una curva negativa. Finalmente se obtuvo un valor de curtosis de 5,303, resultando ser leptocúrtica.

Con respecto a la dimensión perseverancia como valor mínimo se obtuvo 9 puntos, siendo su valor máximo 35; con una media de 28,54 ubicándose en la categoría 28 - 29 (Bajo), con una desviación estándar de 4,176. De acuerdo a las medidas de forma, el coeficiente de asimetría fue de -1,794, presentando una curva negativa. Finalmente se obtuvo un valor de curtosis de 5,098, resultando ser leptocúrtica.

A cerca de la dimensión ecuanimidad como valor mínimo se obtuvo 9 puntos, siendo su valor máximo 42; con una media de 34,02 ubicándose en la categoría 34 - 42 (Alto), con una desviación estándar de 5,377. De acuerdo a las medidas de forma, el coeficiente de asimetría fue de -1,722, presentando una curva negativa. Finalmente se obtuvo un valor de curtosis de 4,863, resultando ser leptocúrtica.

Así mismo a la dimensión aceptación de uno mismo como valor mínimo se obtuvo 6 puntos, siendo su valor máximo 28; con una media de 22,25 ubicándose en la categoría 22 - 23 (Medio/promedio), con una desviación estándar de 3,896. De acuerdo a las medidas de forma, el coeficiente de asimetría fue de -1,361, presentando una curva negativa. Finalmente se obtuvo un valor de curtosis de 2,769, resultando ser leptocúrtica.

Tabla 17.

*Estadísticos descriptivos de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones.*

	N	Rango	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Desviación	Asimetría	Curtosis
Bienestar Psicológico	132	15	15	30	26,50	2,925	-1,258	2,288
Aceptación/Control	132	4	5	9	8,37	,992	-1,663	2,390
Autonomía	132	6	3	9	7,44	1,421	-,815	,562
Vínculos	132	4	5	9	7,76	1,099	-,590	-,179
Proyectos	132	7	5	12	11,30	1,307	-2,516	7,159
N válido (por lista)	132							

Fuente: Data de resultados

Para la variable bienestar psicológico como valor mínimo se obtuvo 15 puntos, siendo su valor máximo 30; con una media de 26,50, ubicándose dentro de la categoría de 22 - 30 (Regular); con una desviación estándar de 2,925. De acuerdo a las medidas de forma, el coeficiente de asimetría fue de -1,258 presentando una curva negativa. Finalmente se obtuvo un valor de curtosis de 2,288, resultando ser leptocúrtica.

En cuanto a la dimensión aceptación/control como valor mínimo se obtuvo 5 puntos, siendo su valor máximo 9; con una media de 8,37, ubicándose en la categoría 7 - 9 (Alto), con una desviación estándar de ,992. De acuerdo a las medidas de forma, el coeficiente de asimetría fue de -1,663, presentando una curva negativa. Finalmente se obtuvo un valor de curtosis de 2,390, resultando ser leptocúrtica.

Con respecto a la dimensión autonomía como valor mínimo se obtuvo 3 puntos, siendo su valor máximo 9; con una media de 7,44, ubicándose en la categoría 7 - 9 (Alto), con una desviación estándar

de 1,421. De acuerdo a las medidas de forma, el coeficiente de asimetría fue de  $-.815$ , presentando una curva negativa. Finalmente se obtuvo un valor de curtosis de  $.562$ , resultando ser leptocúrtica.

A cerca de la dimensión vínculos como valor mínimo se obtuvo 5 puntos, siendo su valor máximo 9; con una media de  $7,76$ , ubicándose en la categoría 7 - 9 (Alto), con una desviación estándar de  $1,099$ . De acuerdo a las medidas de forma, el coeficiente de asimetría fue de  $-.590$ , presentando una curva negativa. Finalmente se obtuvo un valor de curtosis de  $-.179$ , resultando ser platicúrtica.

Así mismo la dimensión proyectos como valor mínimo se obtuvo 5 puntos, siendo su valor máximo 12; con una media de  $11,30$ , ubicándose en la categoría 10 - 12 (Alto), con una desviación estándar de  $1,307$ . De acuerdo a las medidas de forma, el coeficiente de asimetría fue de  $-2,516$ , presentando una curva negativa. Finalmente se obtuvo un valor de curtosis de  $7,159$ , resultando ser leptocúrtica.

### Prueba de normalidad

$H_0$ : Los datos tienen distribución normal

$p > 0,05$

$H_1$ : Los datos no tienen distribución normal

Nivel de significancia:  $\alpha = 0.05$

Tabla 18.

*Prueba Kolmogorov-Smirnov de las variables resiliencia y bienestar psicológico, con sus respectivas dimensiones.*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Resiliencia	,161	132	,000	,842	132	,000
Confianza y sentirse bien solo	,168	132	,000	,847	132	,000
Perseverancia	,161	132	,000	,861	132	,000
Ecuanimidad	,128	132	,000	,874	132	,000
Aceptación de uno mismo	,179	132	,000	,898	132	,000
Bienestar Psicológico	,122	132	,000	,896	132	,000
Aceptación/Control	,373	132	,000	,673	132	,000
Autonomía	,167	132	,000	,878	132	,000
Vínculos	,189	132	,000	,861	132	,000
Proyectos	,370	132	,000	,601	132	,000

Fuente: Data de resultados

Para la prueba de normalidad, se tomó en cuenta la prueba de Kolmogorov – Smirnov, ya que el tamaño de muestra tomada fue mayor a 50 ( $n=132$ ), de acuerdo a los valores obtenidos resultaron ser menores y mayores 0.05; de tal forma que se rechaza la hipótesis nula, estando frente a datos que no tienen distribución normal (distribución no paramétrica), de manera que se aplicó la prueba de correlación de Rho Spearman

## Prueba de hipótesis general

### Hipótesis nula. $H_0: r_{xy} = 0$

No existe relación significativa entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

### Hipótesis alterna. $H_a: r_{xy} \neq 0$

Existe relación significativa entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

### Nivel de significación:

$\alpha = 0.05$  (prueba bilateral)

### Regla de decisión:

$p > \alpha$  = acepta  $H_0$  se rechaza la hipótesis alterna

$p < \alpha$  = rechaza  $H_0$  se acepta la hipótesis alterna

### Estadígrafo de Prueba:

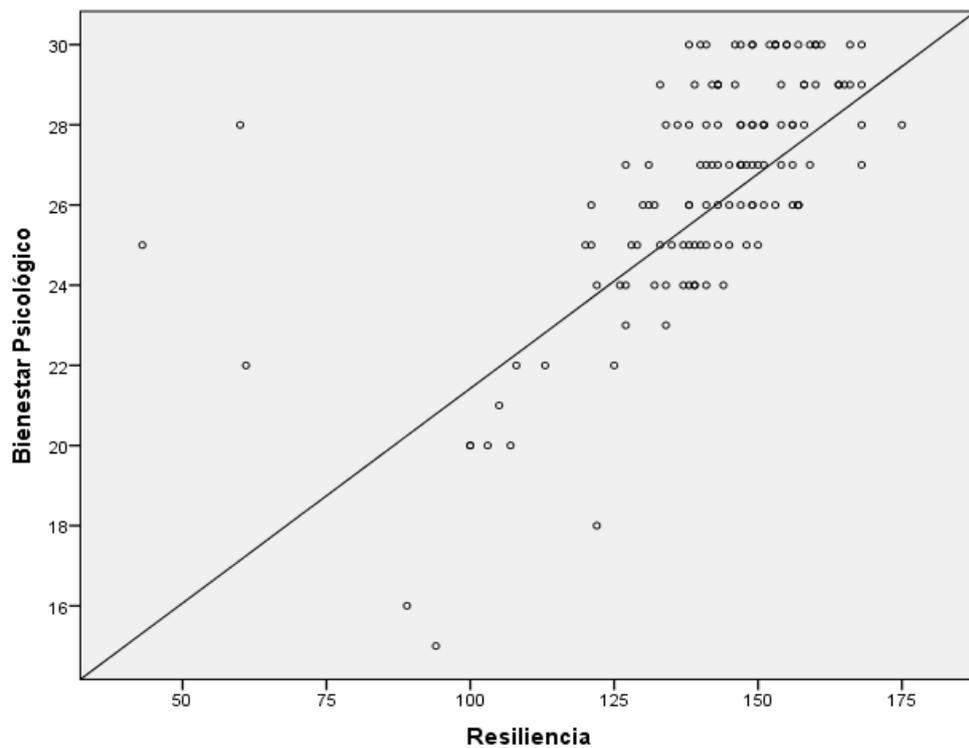
Coefficiente de Correlación de Rho de Spearman

			Resiliencia	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	1,000	,666**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	,666**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

El resultado del p valor (Sig = 0,00) es menor al valor de significancia 0,05, de tal forma que se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ); por lo tanto, existe una relación significativa entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una

universidad privada de Juliaca, Puno – 2021. Así también, de acuerdo al coeficiente de correlación de Rho Spearman que es igual a 0,666 es positiva moderada.

**Diagrama de dispersión:**



## Prueba de hipótesis específica 1

### Hipótesis nula. $H_0: r_{xy} = 0$

No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión aceptación/control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

### Hipótesis alterna. $H_a: r_{xy} \neq 0$

Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión aceptación/control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

### Nivel de significación:

$\alpha = 0.05$  (prueba bilateral)

### Regla de decisión:

$p > \alpha =$  acepta  $H_0$  se rechaza la hipótesis alterna

$p < \alpha =$  rechaza  $H_0$  se acepta la hipótesis alterna

### Estadígrafo de Prueba:

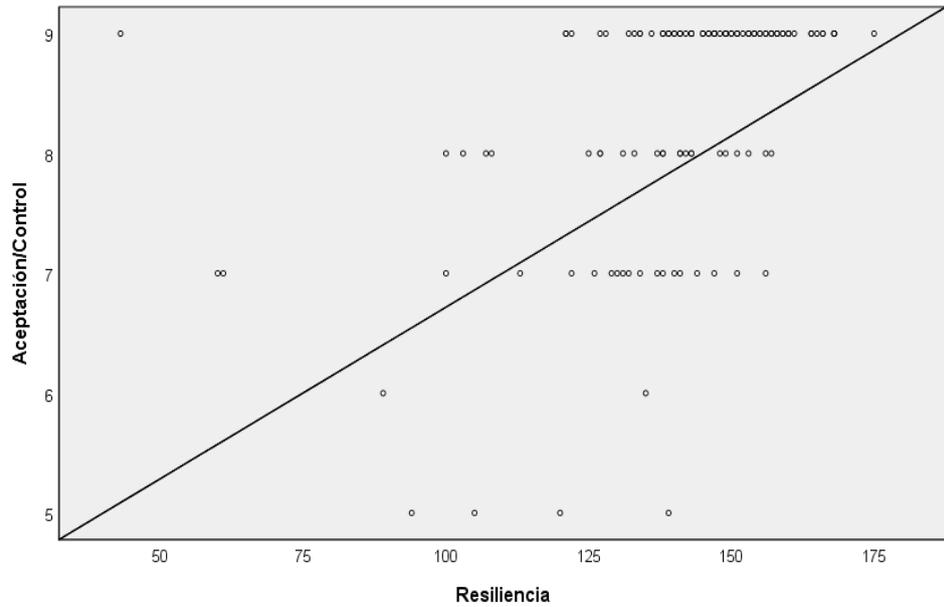
Coefficiente de Correlación de Rho de Spearman

			Resiliencia	Aceptación/ Control
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	1,000	,523**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Aceptación/ Control	Coefficiente de correlación	,523**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.	
	N	132	132	

El resultado del p valor (Sig = 0,00) es menor al valor de significancia 0,05, de tal forma que se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ); por lo tanto, existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión aceptación/control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021. Así también, de

acuerdo al coeficiente de correlación de Rho Spearman que es igual a 0,523 es positiva moderada.

**Diagrama de dispersión:**



Interpretación: En el diagrama obtenido la línea de referencia indica que existe una relación lineal positiva. El nivel de concentración de los puntos indica un grado apreciable en la relación entre la variable resiliencia y la dimensión de aceptación/control graficadas.

## Prueba de hipótesis específica 2

### Hipótesis nula. $H_0: r_{xy} = 0$

No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión autonomía en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

### Hipótesis alterna. $H_a: r_{xy} \neq 0$

Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión autonomía en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

### Nivel de significación:

$\alpha = 0.05$  (prueba bilateral)

### Regla de decisión:

$p > \alpha$  = acepta  $H_0$  se rechaza la hipótesis alterna

$p < \alpha$  = rechaza  $H_0$  se acepta la hipótesis alterna

### Estadígrafo de Prueba:

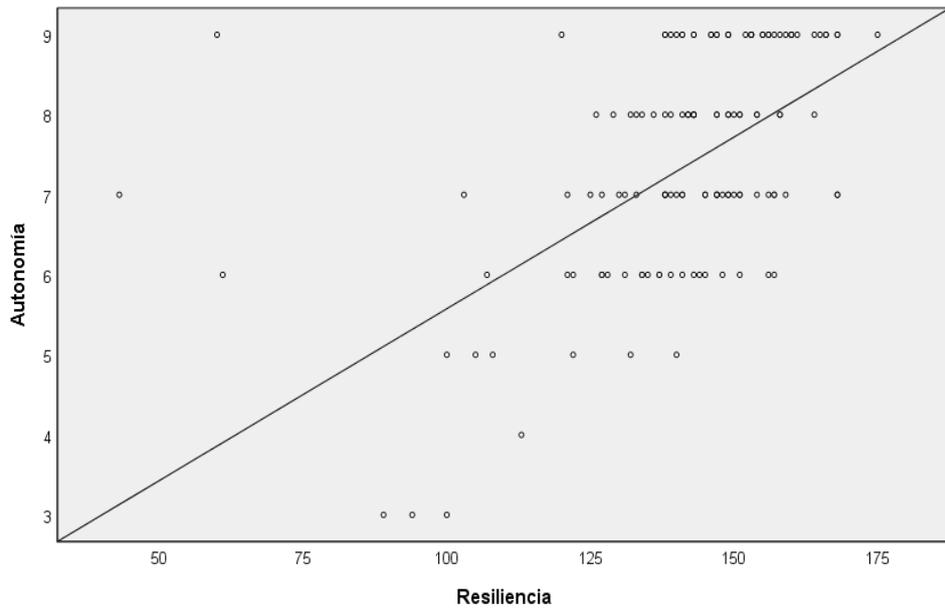
Coefficiente de Correlación de Rho de Spearman

			Resiliencia	Autonomía
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	1,000	,521**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Autonomía	Coefficiente de correlación	,521**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

El resultado del p valor (Sig = 0,00) es menor al valor de significancia 0,05, de tal forma que se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ); por lo tanto, existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión autonomía en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021. Así también, de

acuerdo al coeficiente de correlación de Rho Spearman que es igual a 0,521 es positiva moderada.

**Diagrama de dispersión:**



Interpretación: En el diagrama obtenido la línea de referencia indica que existe una relación lineal positiva. El nivel de concentración de los puntos indica un grado apreciable en la relación entre la variable resiliencia y la dimensión de autonomía graficadas.

### Prueba de hipótesis específica 3

**Hipótesis nula.  $H_0: r_{xy} = 0$**

No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

**Hipótesis alterna.  $H_a: r_{xy} \neq 0$**

Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

**Nivel de significación:**

$\alpha = 0.05$  (prueba bilateral)

**Regla de decisión:**

$p > \alpha =$  acepta  $H_0$  se rechaza la hipótesis alterna

$p < \alpha =$  rechaza  $H_0$  se acepta la hipótesis alterna

**Estadígrafo de Prueba:**

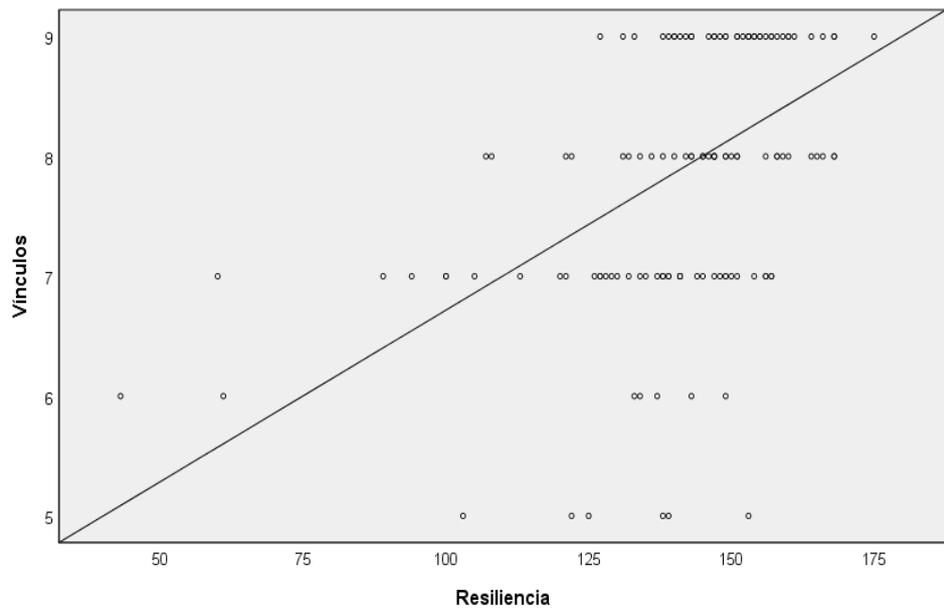
Coefficiente de Correlación de Rho de Spearman

			Resiliencia	Vínculos
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	1,000	,483**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Vínculos	Coefficiente de correlación	,483**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

El resultado del p valor (Sig = 0,00) es menor al valor de significancia 0,05, de tal forma que se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ); por lo tanto, existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión vínculos en estudiantes de una

universidad privada de Juliaca, Puno – 2021. Así también, de acuerdo al coeficiente de correlación de Rho Spearman que es igual a 0,483 es positiva moderada.

**Diagrama de dispersión:**



Interpretación: En el diagrama obtenido la línea de referencia indica que existe una relación lineal positiva. El nivel de concentración de los puntos indica un grado apreciable en la relación entre la variable resiliencia y la dimensión de vínculos graficadas.

#### Prueba de hipótesis específica 4

##### Hipótesis nula. $H_0: r_{xy} = 0$

No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

##### Hipótesis alterna. $H_a: r_{xy} \neq 0$

Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

##### Nivel de significación:

$\alpha = 0.05$  (prueba bilateral)

##### Regla de decisión:

$p > \alpha =$  acepta  $H_0$  se rechaza la hipótesis alterna

$p < \alpha =$  rechaza  $H_0$  se acepta la hipótesis alterna

##### Estadígrafo de Prueba:

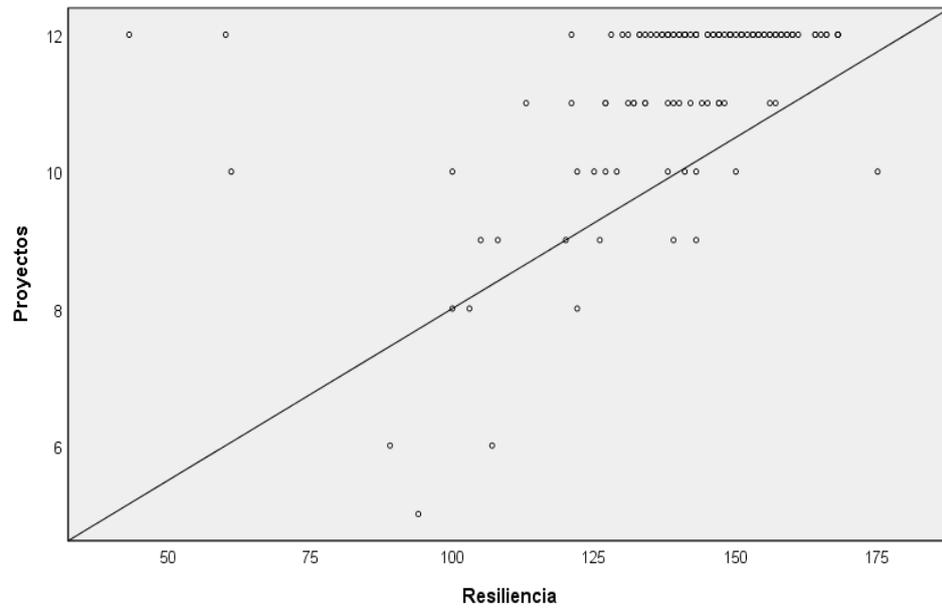
Coefficiente de Correlación de Rho de Spearman

			Resiliencia	Proyectos
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	1,000	,526**
		Sig. (bilateral)	.	,000
	N		132	132
	Proyectos	Coefficiente de correlación	,526**	1,000
Sig. (bilateral)		,000	.	
N		132	132	

El resultado del p valor (Sig = 0,00) es menor al valor de significancia 0,05, de tal forma que se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ); por lo tanto, existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021. Así también, de

acuerdo al coeficiente de correlación de Rho Spearman que es igual a 0,526 es positiva moderada.

**Diagrama de dispersión:**



Interpretación: En el diagrama obtenido la línea de referencia indica que existe una relación lineal positiva. El nivel de concentración de los puntos indica un grado apreciable en la relación entre la variable resiliencia y la dimensión de proyectos graficadas.

## **6.2. Comparación resultados con marco teórico**

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la resiliencia y el bienestar en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021. De igual modo busca determinar la relación entre cada una de las dimensiones de la variable bienestar psicológico (aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos) con la variable resiliencia.

Durante el desarrollo de la investigación la limitación principal que se tuvo fue la aplicación de los instrumentos de evaluación a los estudiantes; porque se aplicó de manera virtual, ya que por razones preventivas y por la seguridad de los participantes no se pudo llevar a cabo de manera presencial, por la pandemia mundial que se atraviesa, lo cual hizo que sea más complicada la aplicación.

Los instrumentos aplicados, han sido elaborados tomando en cuenta a las variables, así como a la muestra de estudio a la cual estuvo direccionado; logrando pasar por un proceso de validez y confiabilidad, para el primer proceso se recurrió a la búsqueda de expertos, siendo ellos con grado de maestría; luego se realizó la confiabilidad a través de una prueba piloto de los dos instrumentos, estas teniendo opciones de respuesta politómicas y se determinó con el valor de Alpha de Cronbach, habiendo obtenido para el primer instrumento un valor de 0,924, para el segundo instrumento se obtuvo un valor de 0,802, por lo que se afirma que estas pruebas son instrumentos confiables.

De acuerdo a los resultados se logró determinar que existe relación significativa entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021; habiéndose obtenido un p valor de 0,000, así también la correlación de Rho de Spearman fue de 0,666 siendo esta positiva y moderada.

Con respecto a la variable resiliencia, el 40,1% se ubican dentro de la categoría alto; siendo así que más de la mitad se encuentran dentro de la categoría promedio a muy bajo; estos resultados son similares a los de Huincho (2020) en la ciudad de Lima, quien señala que el 40,4% se encuentran en nivel alto; igualmente los resultados de Bojórquez, Velazco y García (2019) en México, muestran que el 48% se hallan en el nivel alto; sin embargo difiere de Campos y Garay (2021) en la ciudad de Huancayo, donde señala el 21,9% están dentro del nivel bajo y 25,9% muy bajo nivel; indistintamente Ticona (2020) en la provincia de Puno, muestra resultados de que el 64,0% no es resiliente, siendo estos la mayor parte los que no presentan resiliencia; desde otro ángulo Villalba y Avello (2019) en el departamento de Arequipa, datan resultados de que el 60% se encuentran en el nivel medio alto. Esta variable se fundamenta teóricamente en García (2016) quien define como la caracteriza de las habilidades para enfrentar las adversidades de la vida y crecer a través de las experiencias negativas de la vida.

En cuanto a la variable de bienestar psicológico, el 93,9% se ubican en la categoría regular; estos resultados se logran cotejar con Silva (2019) quien en su estudio realizado en Cajamarca, evidencio que el 32,55% se hallan dentro el nivel medio; por otro lado los resultados obtenidos por Castaño (2019) en Colombia, dieron que el 50% se encuentran en el nivel elevado y 26% nivel alto, es decir se la muestra estudiada en la mayoría están en un estado de bienestar psicológico muy bueno; igualmente Lamas (2018) quien realizó un estudio en Ica, obtuvo resultados de que el promedio del bienestar psicológico es de 5,37 considerándose en el nivel alto, donde los estudiantes universitarios se encuentran en promedio en el nivel alto, además señala que categoría está relacionada con la resiliencia. Esta variable se fundamenta en Rodríguez, Sánchez y Torres (2016) quienes señalan que es el desenvolvimiento de las fortalezas y el pleno funcionamiento en su entorno, los cuales permiten el desarrollo de habilidades y crecimiento personal.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### Conclusiones

- Primera:** Se determina que existe relación significativa entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021; habiendo obtenido un p valor de 0,000; así también la correlación de Rho de Spearman fue de 0,666 siendo esta positiva moderada.
- Segunda:** Se establece que existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión aceptación/control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021; habiendo obtenido un p valor de 0,000; así también la correlación de Rho Spearman fue de 0,523 siendo esta positiva moderada.
- Tercera:** Se establece que existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión autonomía en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021; habiendo obtenido un p valor de 0,000; así también la correlación de Rho Spearman fue de 0,521 siendo esta positiva moderada.
- Cuarta:** Se establece que existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021; habiendo obtenido un p valor de 0,000; así también la correlación de Rho Spearman fue de 0,483 siendo esta positiva moderada.
- Quinta:** Se establece que existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021; habiendo obtenido un p valor de 0,000; así también la correlación de Rho Spearman fue de 0,526 siendo esta positiva moderada.

## **Recomendaciones**

- Primera:** A las autoridades de la facultad de psicología se sugiere realizar talleres preventivos y promocionales direccionado a los estudiantes que realizan prácticas pre profesionales, para fortalecer la capacidad de resiliencia y así mismo para mejorar el estado de bienestar psicológico, de esta manera los estudiantes puedan desenvolverse de forma eficaz en el rendimiento académico, ser capaces de afrontar estresores, obtener estabilidad emocional, lograr realización profesional y personal, entre otros aspectos.
- Segunda:** A los estudiantes, acudir y participar en los talleres o programas que pueda brindar la universidad, así aprender nuevas habilidades para desarrollar la capacidad de resiliencia y mejorar o mantener su estado de bienestar psicológico.
- Tercera:** A los estudiantes, generar conciencia a nivel personal e interpersonal, en sus entornos cercanos (familia y compañeros) sobre la importancia de desarrollar capacidad de resiliencia en la vida y como esta pueda causar impacto sobre su salud emocional.
- Cuarta:** A los estudiantes, velar por el estado de bienestar psicológico en el que se encuentren, teniendo en cuenta actividades que resulten beneficiosas como, por ejemplo, hablar de sus emociones, escuchar música, realizar ejercicio, meditación, entre otros, ya que estas están tienen incidencia con la satisfacción con vida, felicidad y la salud emocional o mental.

**Quinta:** A los tesisistas, en futuras investigaciones abordar otras variables mediadoras que afecten o se relacionen con la resiliencia y bienestar psicológico, así también profundizar aspectos sociodemográficos que posibiliten la comparación con los resultados obtenidos de la presente investigación.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arita, B. (2005). Satisfacción por la vida y teoría homeostática del bienestar. *Psicología y Salud*, 15 (1), 121-126. <https://doi.org/10.25009/pys.v15i1.826>
- Bojórquez, C., Velazco, F., y Garcia, R. (2019). Relación entre los factores resilientes: regulación emocional, resiliencia y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios Sonorenses. *Revista Inclusiones de Humanidades y Ciencias Sociales de Sonora*, 6, 01-17. <http://revistainclusiones.org/pdf27/1%20VOL%206%20NUM%204%20SONORAMEXICO2019OCTUBDICIEMB19INCL.pdf>
- Bronfenbrenner, U. (2002). *La ecología de desarrollo humano. Experimentos en entornos naturales y diseñados*. 1.<sup>a</sup> ed. Barcelona: Paidós. [https://khoerulanwarbk.files.wordpress.com/2015/08/urie\\_bronfenbrenner\\_the\\_ecology\\_of\\_human\\_developbokos-z1.pdf](https://khoerulanwarbk.files.wordpress.com/2015/08/urie_bronfenbrenner_the_ecology_of_human_developbokos-z1.pdf)
- Builes, I., Manrique, H. y Henao, C., (2017). Individuación y adaptación: entre determinaciones y contingencias. *Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas*, 51 (2). <https://www.redalyc.org/pdf/181/18153284002.pdf>
- Calero, O., Quintana A., y Domínguez, S. (2015) Bienestar psicológico en psicólogos clínicos de Lima Metropolitana: el papel de la capacitación académica. *Revista Psicológica de Arequipa*, 5 (2), 231-248. [https://www.researchgate.net/publication/289530778\\_BIENESTAR\\_PSICOLOGICO\\_EN\\_PSICOLOGOS\\_CLINICOS\\_DE\\_LIMA\\_METROPOLITANA\\_EL\\_PAPEL\\_DE\\_LA\\_CAPACITACION\\_ACADEMICA](https://www.researchgate.net/publication/289530778_BIENESTAR_PSICOLOGICO_EN_PSICOLOGOS_CLINICOS_DE_LIMA_METROPOLITANA_EL_PAPEL_DE_LA_CAPACITACION_ACADEMICA)
- Campos, B. y Garay, A. (2020) *Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una universidad privada de Huancayo – 2020*. [Tesis para optar título profesional de Psicólogo de la Universidad Peruana de los Andes] <http://www.repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2247/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación de Profesorado*, 437, 8-19. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27419066004.pdf>
- Castaño, Y. (2019). *Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de ingeniería de la Universidad de Antioquia*. [Tesis para optar título profesional de Psicólogo, Universidad de Antioquia]. [https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/16348/1/CastañoYonathan\\_2019\\_BienestarPsicologicoRendimiento.pdf](https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/16348/1/Casta%C3%B1oYonathan_2019_BienestarPsicologicoRendimiento.pdf)
- Casullo, M. (2002). Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica. *Editorial Paidós*, 1. 9-107.
- Castilla, H. (2014), *Manual de la escala de resiliencia de Wagnild y Young*.
- Castilla, H., Caycho, T., Shimabukuro, M., Valdivia, A., y Torres, M. (2014) Análisis exploratorio de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en una muestra de adolescentes, jóvenes y adultos universitarios de Lima Metropolitana. *Revista Psicológica de Arequipa*, 4 (1) 80-93. [https://www.researchgate.net/publication/312092117\\_Analisis\\_exploratorio\\_de\\_la\\_Escala\\_de\\_Resiliencia\\_de\\_Wagnild\\_y\\_Young\\_en\\_una\\_muestra\\_de\\_adolescentes\\_jovenes\\_y\\_adultos\\_universitarios\\_de\\_Lima\\_Metropolitana](https://www.researchgate.net/publication/312092117_Analisis_exploratorio_de_la_Escala_de_Resiliencia_de_Wagnild_y_Young_en_una_muestra_de_adolescentes_jovenes_y_adultos_universitarios_de_Lima_Metropolitana)
- Cárdenas, A. y Moreno, M. (2014). De la adversidad al éxito: Voces de la resiliencia desde la discapacidad. *Editorial Universidad Nacional de Colombia*, 1, 1-92. [https://www.academia.edu/10495576/DE\\_LA\\_ADVERSIDAD\\_AL\\_EXITO\\_Voces\\_de\\_la\\_resiliencia\\_desde\\_la\\_Discapacidad](https://www.academia.edu/10495576/DE_LA_ADVERSIDAD_AL_EXITO_Voces_de_la_resiliencia_desde_la_Discapacidad)
- Carrasco S. (2009), *Metodología de investigación científica*. 2.<sup>a</sup> ed. San Marcos, Perú.
- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C. y Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18 (3), 572-577. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72718337.pdf>
- Domínguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de Lima: Un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: avances de la*

- disciplina*, 8 (1), 23-31.  
<http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v8n1/v8n1a03.pdf>
- Forés, A. y Grané, J. (2013). La resiliencia en entornos socioeducativos. *Ediciones Narcea, S.A. Madrid*, 62 (3), 1-118. <https://ilera.com.mx/wp-content/uploads/2019/11/La-resiliencia-en-entornos-socioeducativos-Anna-Fores-Miavalles-Jordi-Grane-Ortega.pdf>
- Freire, C. (2014). *El bienestar psicológico en los estudiantes universitarios: operativización del constructo y análisis de su relación con las estrategias de afrontamiento*. [Tesis para optar doctorado, Universidad de A Coruña, España] <https://core.ac.uk/download/pdf/61913475.pdf>
- García, J., García, Á., López, C., y Dias, P. (2016) Conceptualización teórica de la resiliencia psicosocial y su relación con la salud. *Redalyc, salud y drogas*, 16 (1), 59-68. <https://www.redalyc.org/pdf/839/83943611006.pdf>
- García, C. (2005). El bienestar psicológico: Dimensión subjetiva de la calidad de vida. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 8 (2). <http://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/viewFile/19260/18262>
- García, M. y Domínguez, E. (2012). 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. <https://www.redalyc.org/pdf/773/77325885001.pdf>
- García, J. (2016). Afrontando la adversidad. Resiliencia, optimismo y sentido de la vida. *Col. Cuadernos de Psicología 04, Laguna (Tenerife): Latina*, 1, 1-167. <http://www.cuadernosartesanos.org/Psicologia/2016/cdp04.pdf>
- Gaxiola, J. y Palomar, J. (2016). *El Bienestar Psicológico: Una mirada desde Latinoamérica*. 1.<sup>a</sup> ed. Hermosillo: Universidad de Sonora/Qartuppi. <http://doi.org/10.29410/QTP.16.09>
- Gómez, D. Delgado, U., Martínez, F., Ortiz, M. y Avilés, R. (2021). Resiliencia, género y rendimiento académico en jóvenes universitarios del Estado de Morelos. *Revista ConCiencia EPG*, 6(1), 36-51. <http://revistaconcienciaepg.edu.pe/ojs/index.php/55551/article/view/108/85>

- González, D. (2021). Bienestar psicológico, resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Guatemalteca de Educación Superior*, 4 (1), 43-58. <https://revistages.com/index.php/revista/article/view/53/106>
- González, R., Valle, A., Arce, R. y Fariña, F. (2010). Calidad de vida, bienestar y salud. <http://dx.doi.org/10.13140/RG.2.1.4446.4726>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. 6.<sup>a</sup> ed. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Huincho, M. (2020) *Nivel de felicidad y nivel de resiliencia en alumnos de una Universidad Privada Limeña* [Tesis para optar el Título en Licenciada en psicología, Universidad Peruana de los Andes] <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1796/TESIS%20FINAL%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Huasmann, G. y Chiale, G. (2020). Resiliencia, recurso para adversidades. 1.<sup>a</sup> ed. Nuevo Extremo S.L. Barcelona, España.
- Ita, J. (2019) *Resiliencia y desarrollo de habilidades sociales en una universidad privada, 2019*. [Tesis para optar grado académico de Maestría, de la Universidad Cesar Vallejo] [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47183/Ita\\_RJL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47183/Ita_RJL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Lamas, H. (2018) *Bienestar (subjetivo, psicológico y social) y resiliencia en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud, universidad Autónoma de Ica. Chincha 2018*. [Tesis para optar el grado de Licenciatura, de la Universidad Autónoma de Chincha] <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/484>
- Moreta, R., López, C., Gordón, P., Ortiz, W., y Gaibor, I., (2018). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y social como predictores de la salud mental en ecuatorianos. *Portal de Revistas Académicas, Actualidades en Psicología*, 32 (124), 112-126. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133257151009>

- Murrugarra, A. y Lamas, H. (2006, 01 de marzo). *Resiliencia e intervención psicosocial*. [conferencia] Perú, Sociedad Peruana de Resiliencia. <http://psiqu.com/1-3015>
- Navascués, A, Calvo, D. y Martín, B. (2016). Efectos del bienestar subjetivo y psicológico en los resultados terapéuticos en un hospital de día. *Acción psicológica*, 13 (2), 143-156. <http://dx.doi.org/10.5944/ap.13.2.15818>
- Orejudo, S., Royo, F. Soler, J., Aparicio, L., Berruete, C., Casales, C., Carrillo, F., Cuartero, N., García, C., Hue, C., Marcos, B., Royo, A., y Zapatero, J. (2014). *Inteligencia emocional y bienestar* Zaragoza. 1.<sup>a</sup> ed. Asoc. Aragonesa de Psicopedagogía. [https://www.psicoaragon.es/sites/default/files/libro\\_inteligenciareducido.pdf](https://www.psicoaragon.es/sites/default/files/libro_inteligenciareducido.pdf)
- Rodríguez, Y., Sánchez, I., y Torres, M. (2016) *El Bienestar Psicológico: Una mirada desde Latinoamérica*. 1.<sup>a</sup> ed. Hermosillo: Universidad de Sonora/Qartuppi. <http://doi.org/10.29410/QTP.16.09>
- Romero, A., Brustad, R. y García A. (2007). Bienestar psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el deporte. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 2 (2), 31-52. <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126258003.pdf>
- Seligman, M. (2011). *Floreecer: La nueva psicología positiva y la búsqueda de bienestar*. 1.<sup>a</sup> ed. Editorial Océano de México.
- Silva, R. (2019). *Funcionamiento familiar, bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de segundo ciclo de dos universidades de la ciudad de Cajamarca 2018*. [Tesis para optar grado de Maestría en Psicología Clínica, Universidad Peruana Cayetano Heredia] [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/7099/Funcionamiento\\_SilvaGuzman\\_Ricardo.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/7099/Funcionamiento_SilvaGuzman_Ricardo.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Scorsolini, F. y Santos M. (2010). El estudio científico de la felicidad y la promoción de la salud: revisión integradora de la literatura. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 18 (3). <https://www.scielo.br/j/rlae/a/TvRZgKWYptwx6YMYsLMkRZG/?format=pdf&lang=es>

- Ticona, M. (2020). *Árbol de decisiones para el análisis de la felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de universidades licenciadas en el departamento de Puno – Perú 2019* [Tesis para optar el grado académico de doctor en estadística e informática, de la Universidad Nacional del Altiplano Puno] [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13990/Ticona\\_Condori\\_Madeleine\\_Nanny.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13990/Ticona_Condori_Madeleine_Nanny.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista Psicodidáctica*. 10 (2), 61-79. <https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>
- Urzúa, A. y Caqueo, A. (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. *Sociedad Chilena de Psicología Clínica* 30 (1), 61-71. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v30n1/art06.pdf>
- Villalba, K. y Avello, R. (2019). Resiliencia como factor determinante para la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Artículo de Educación Médica Superior de la Universidad Nacional de San Agustín. Arequipa, Perú y Universidad de Cienfuegos, Cuba*, 33 (3). <http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v33n3/1561-2902-ems-33-03-e1845.pdf>
- Wagnild, G. M. & Young, H. M. (1993) Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178. <https://cyberleninka.org/article/n/255719.pdf>

## **ANEXOS**

### Anexo1. Matriz de consistencia

**TITULO:** Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.

**AUTOR:** Yaneth Rutmery Ccarita Pelaez

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p><b>Problema General</b> ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y el bienestar Psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021?</p> <p><b>Problemas Específicos</b> PE1. ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión aceptación/control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021?</p> <p>PE2. ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión autonomía en estudiantes de una</p>	<p><b>Objetivo General</b> Determinar la relación que existe entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.</p> <p><b>Objetivos Específicos</b> OE1. Establecer la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión aceptación/control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.</p> <p>OE2. Establecer la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión autonomía en estudiantes</p>	<p><b>Hipótesis General</b> Existe relación significativa entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.</p> <p><b>Hipótesis Específicas</b> HE1. Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión aceptación/control en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.</p> <p>HE2. Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión autonomía en estudiantes</p>	<p><b>Variable X.</b> <b>Resiliencia</b> Dimensiones: D1. Confianza y sentirse bien solo D2. Perseverancia D3. Ecuanimidad D4. Aceptación de uno mismo</p> <p><b>Variable Y.</b> <b>Bienestar psicológico</b> Dimensiones: D1. Aceptación/control D2. Autonomía D3. Vínculos D4. Proyectos</p>	<p><b>Tipo:</b> Aplicada</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental, descriptivo correlacional.</p> <p><b>Población:</b> 200 estudiantes universitarios de psicología.</p> <p><b>Muestra:</b> 132 estudiantes universitarios de psicología.</p> <p><b>Técnica:</b> Encuesta</p>

<p>universidad privada de Juliaca, Puno – 2021?</p> <p>PE3. ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021?</p> <p>PE4. ¿Cuál es la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021?</p>	<p>de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.</p> <p>OE3. Establecer la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.</p> <p>OE4. Establecer la relación que existe entre la resiliencia y la dimensión proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.</p>	<p>de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.</p> <p>HE3. Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión vínculos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.</p> <p>HE4. Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión proyectos en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno – 2021.</p>		<p><b>Instrumentos:</b></p> <p>-Escala para evaluar Resiliencia</p> <p>-Escala para evaluar el Bienestar Psicológico</p>
--	---	---	--	--

**Anexo 2. Instrumentos de recolección de datos**  
**ESCALA PARA EVALUAR RESILIENCIA**

**Sexo:** (F) (M)

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Estado civil:** Casada ( ) Conviviente( ) Soltero( )

**Religión:** Católica ( ) Evangélica( ) Ninguna religión( ) Otras( )

**Condición Laboral:** Trabaja ( ) No trabaja( )

**Indicaciones:** A continuación, ubicará 25 proposiciones en relación a la resiliencia, éstas tienen 7 alternativas como respuesta y tendrá que marcar la que cree más adecuada.

**Recuerda:** Tu respuesta es confidencial y anónima, se sinceró ¡por favor!

ITEM	Totalmente en desacuerdo	Desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni en desacuerdo ni de acuerdo	Algo de acuerdo	Acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Es importante para mí enfocarme en las cosas que me interesan.							
2. Dependo más de mí mismo(a) que de otras personas.							
3. Me mantengo interesado(a) en las cosas.							
4. Generalmente tengo la capacidad de resolver mis problemas.							
5. Puedo lograr estar solo(a) si tengo que hacerlo.							
6. El creer en mí mismo me ayuda a superar los momentos difíciles.							
7. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.							
8. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una solución.							
9. Mi vida tiene sentido.							
10. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.							
11. Cuando planeo algo lo realizo.							

12. Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera.							
13. Generalmente puedo encontrar una salida.							
14. Soy amigo(a) de mí mismo.							
15. No me preocupo de las situaciones que no tengo control.							
16. Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.							
17. Tomo cada situación de forma detallada.							
18. Usualmente veo las cosas a largo plazo.							
19. Tengo autodisciplina.							
20. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
21. Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.							
22. Consigo superar las dificultades porque anteriormente pude enfrentarlas.							
23. Soy decidido(a).							
24. Por lo general, encuentro de que reírme.							
25. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.							

Fuente: Adaptado de Castilla et al. (2014).

## ESCALA PARA EVALUAR EL BIENESTAR PSICOLÓGICO

**Código:** \_\_\_\_\_ **Fecha:** \_\_\_\_\_

**Indicaciones:** A continuación, ubicará 13 proposiciones en relación al bienestar psicológico, éstas tienen 3 alternativas como respuesta y tendrá que marcar la que cree más adecuada.

**Recuerda:** Tu respuesta es confidencial y anónima, se sinceró ¡por favor!

ITEMS	De acuerdo	Ni de acuerdo ni de desacuerdo	En desacuerdo
1. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
2. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
3. Me importa pensar que haré en el futuro.			
4. Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas			
5. Por lo general le caigo bien a la gente.			
6. Siento que podré lograr las metas que me proponga.			
7. Cuento con personas que me ayudan si los necesito.			
8. Creo que en general me llevo bien con la gente.			
9. Usualmente hago lo que quiero, soy poco influenciado.			
10. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
11. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			
12. Puedo tomar decisiones sin dudar mucho.			
13. Enfrento sin mayores problemas mis obligaciones diarias.			

Fuente: Adaptado de Casullo (2002).

**Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición**  
**Validación y confiabilidad del cuestionario para evaluar la resiliencia**

**INFORME DE VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES**

Título de la Investigación: RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO – 2021.

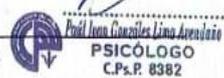
Nombre del Experto: Mg. Psic. Paul Ivan Gonzales Lima Avendaño

**II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO DE RESILIENCIA**

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

**III. OBSERVACIONES GENERALES**

*El Test es aplicable.*

  
  
 Nombre: **PSICÓLOGO**  
 N°. DNI: **C.Ps.P. 8382**  
**29614239.**

## INFORME DE VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO - 2021.

Nombre del Experto: Mg. Maritza Rodríguez Pineda

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO DE RESILIENCIA

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

  
  
Nombre: C.Ps.P. 11865  
Nº. DNI: 02433258

## Confiabilidad

### Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	26	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	26	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,924	25

## Validación y confiabilidad del cuestionario para evaluar el bienestar psicológico

### INFORME DE VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

#### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO – 2021.

Nombre del Experto: Mg. Paul Juan Gonzales Lima Avendaño.

#### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple.	

#### III. OBSERVACIONES GENERALES

*Es aplicable.*



Paul Juan Gonzales Lima Avendaño  
PSICÓLOGO  
O.Pa.R. 8382  
HOSPITAL "CARLOS MONGE MEDRANO"

Nombre:

Nº. DNI:

29614239

## INFORME DE VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

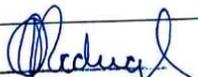
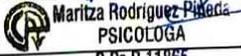
Título de la Investigación: RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO – 2021.

Nombre del Experto: Mg. Maritza Rodríguez Pineda

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

Nombre:  
Nº. DNI: 02433258

## Confiabilidad

### Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	26	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	26	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,802	13

### Anexo 4: Data de resultados

Nº	VARIABLE X. RESILIENCIA																								
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25
1	6	6	5	6	7	6	5	6	4	6	5	2	5	6	2	6	4	6	5	4	5	6	4	5	5
2	7	3	6	5	7	6	5	5	7	7	5	2	5	7	6	7	5	5	5	2	5	7	6	7	7
3	7	7	7	7	7	7	6	6	7	7	7	6	6	7	6	7	6	7	7	6	5	7	7	6	7
4	6	6	6	6	4	5	6	5	6	6	4	5	4	6	4	5	4	6	6	5	5	6	5	4	6
5	6	6	7	6	7	5	5	6	7	7	5	6	6	6	5	5	6	7	4	4	5	6	5	6	5
6	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	2	6	6	2	7	7	4	6	6	5	6	6	7	7
7	7	7	7	7	6	7	6	6	7	7	6	6	6	6	2	7	6	6	6	5	5	5	6	6	6
8	6	7	6	6	7	7	6	7	6	7	7	6	6	7	2	6	4	4	4	4	4	6	4	6	7
9	6	5	6	6	5	6	4	5	5	7	5	6	5	6	2	7	6	6	2	5	5	6	5	5	6
10	7	6	6	6	7	7	6	6	7	6	7	5	6	7	5	6	7	7	6	6	3	6	7	6	7
11	6	7	6	6	6	7	7	7	7	5	7	7	7	7	6	6	5	5	7	6	5	6	7	6	5
12	7	6	7	6	7	6	6	6	7	7	6	5	6	7	4	2	6	4	5	5	4	6	6	6	6
13	6	4	3	5	7	3	5	5	1	4	5	6	5	5	4	6	3	1	2	4	2	5	4	7	5
14	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	7	7	6	7	7	7	7	7	7	7
15	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6	2	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
16	7	5	6	7	7	7	6	6	7	7	6	4	7	7	6	6	5	6	5	5	5	6	5	6	7
17	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	6	6	6	5	5	5	6	6	5	6
18	5	4	5	3	6	4	3	3	4	5	4	5	3	4	5	6	3	2	3	4	6	3	2	6	2
19	6	5	6	6	7	6	5	5	7	7	5	7	5	5	4	4	6	4	5	4	5	6	7	7	6
20	4	7	1	1	7	4	4	4	1	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	7	4	4	7	1
21	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	2	6	6	6	6
22	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	2	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6
23	5	6	6	5	5	6	2	6	5	4	4	6	5	5	2	6	2	3	4	5	5	5	5	7	6
24	6	6	6	6	6	7	5	5	6	6	6	6	5	7	4	6	5	5	6	5	6	5	5	6	6
25	7	6	6	6	6	6	5	6	6	6	6	5	5	6	5	6	6	6	6	6	5	6	5	5	7
26	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	4	3	7	7	7	7
27	7	6	6	5	7	7	6	6	6	7	7	5	6	6	2	5	6	6	5	6	4	6	6	6	6
28	7	7	6	6	6	6	5	6	6	7	7	7	7	7	5	5	5	7	7	7	5	6	5	7	7
29	7	7	6	5	6	6	6	6	6	6	6	5	6	7	6	6	6	6	6	5	5	6	6	7	6
30	6	6	6	5	5	5	5	5	6	6	5	4	5	5	2	6	5	5	5	5	5	5	5	6	6
31	6	6	6	7	7	6	7	6	7	7	6	5	6	6	5	4	6	6	7	6	5	6	6	6	6
32	7	7	5	6	6	5	6	5	7	7	7	4	5	6	3	5	6	5	5	5	4	6	5	7	6

33	6	6	6	6	6	7	5	5	7	6	6	2	6	4	2	6	5	5	5	3	4	6	6	6	7
34	7	7	7	7	6	7	7	6	7	7	7	6	6	7	6	7	6	6	6	6	6	7	7	6	7
35	7	1	7	7	7	7	7	7	7	7	5	1	6	6	7	7	6	2	2	2	7	6	6	7	7
36	7	5	7	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	6	5	7	6	7	7	7	7	7	7	7
37	6	6	6	6	6	6	5	6	6	5	6	6	6	6	2	6	5	5	5	5	6	6	5	6	6
38	5	5	6	5	6	6	5	5	6	6	6	6	5	6	5	7	5	6	5	5	5	5	5	5	6
39	7	7	6	7	6	7	7	6	7	7	6	2	6	4	4	6	6	7	6	4	5	7	7	6	7
40	7	7	7	7	7	7	5	6	7	7	6	5	6	7	3	5	7	6	7	6	6	7	4	2	7
41	6	7	6	7	7	7	5	5	6	5	5	3	5	7	3	6	5	6	5	6	6	5	5	7	6
42	7	7	6	7	7	7	6	7	7	7	6	4	7	7	4	7	6	6	7	5	6	7	6	6	7
43	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	5	7	7	3	5	7	5	7	3	2	7	7	7	7
44	6	5	6	6	6	7	6	7	5	6	6	5	6	6	6	7	6	6	2	6	7	6	5	7	6
45	7	7	6	7	7	7	6	7	7	7	6	5	7	7	7	5	7	5	6	7	1	7	7	6	6
46	7	7	7	7	4	6	7	7	7	7	7	5	5	7	6	5	7	7	7	7	7	7	7	7	7
47	6	6	6	6	5	6	6	6	6	6	5	5	6	6	4	6	5	5	5	5	4	5	5	5	6
48	7	7	6	6	6	7	7	7	7	7	6	5	6	7	4	2	6	6	7	6	4	6	7	6	6
49	6	7	7	6	5	7	6	6	7	7	6	6	6	7	5	7	6	7	6	6	5	7	6	7	6
50	7	7	1	6	6	7	6	5	6	7	6	4	6	5	2	7	6	6	5	4	6	5	6	6	6
51	5	5	6	5	6	7	4	5	7	6	5	3	5	5	5	5	3	3	3	3	5	6	5	4	5
52	7	7	7	7	7	6	5	7	7	7	6	5	6	6	6	6	5	5	6	5	6	7	6	6	6
53	7	5	6	7	7	7	5	6	7	7	6	5	6	7	2	6	5	6	5	5	5	7	5	6	7
54	7	6	6	7	6	7	6	6	7	7	7	5	6	7	5	7	5	6	7	6	5	7	6	7	6
55	7	7	5	7	7	5	4	7	4	4	5	7	7	4	1	7	4	4	4	7	1	4	4	4	5
56	4	4	4	4	4	6	5	6	7	7	6	4	6	6	2	6	4	4	4	4	4	6	4	4	5
57	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	5	6	6	3	5	6	6	6	5	2	6	6	5	6
58	2	3	2	1	1	1	2	2	2	4	4	2	2	2	3	2	2	3	4	3	3	1	4	4	2
59	7	6	6	6	6	7	6	6	7	7	6	3	6	6	6	6	5	5	6	4	4	6	6	7	7
60	5	5	5	6	7	7	5	6	7	6	4	3	6	5	3	6	2	6	2	3	5	5	3	7	3
61	7	7	6	7	7	7	6	7	7	6	6	5	6	7	2	6	4	5	5	6	5	6	5	7	7
62	6	7	6	6	7	6	4	6	6	6	4	4	6	7	5	7	4	5	4	6	3	5	4	6	7
63	6	5	5	5	7	5	5	4	6	5	5	4	5	6	6	7	3	5	4	6	5	4	3	5	5
64	7	6	6	6	6	4	6	4	7	7	4	4	5	7	3	6	4	4	6	4	6	6	6	6	4
65	7	7	6	5	6	7	5	4	7	7	6	2	6	7	6	6	4	6	6	5	6	5	5	7	7
66	6	3	5	6	7	6	5	6	6	4	5	7	7	7	7	7	5	4	3	6	5	5	5	6	5
67	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	4	4	1	3	4	1	1	2	1
68	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	7	7	1	7	7	3	7	7	7	7	7	1	7

69	1	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	4	7	6	5	7	7	4	7	6	7	7
70	6	3	3	5	7	5	3	4	6	7	5	5	5	5	6	6	4	4	3	2	3	1	3	5	7
71	6	6	6	5	7	6	7	6	7	7	7	5	7	7	5	7	6	5	7	6	4	7	7	6	7
72	6	4	6	6	4	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	5	5	5	5	6	6	6	6
73	7	1	5	5	5	5	5	5	7	7	5	5	5	7	5	7	5	5	5	5	5	5	5	5	5
74	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	7	7	2	1	7	5	7	7	1	7	7	7	7
75	7	6	7	7	6	7	6	6	6	7	6	6	7	7	6	6	7	7	6	6	2	7	6	7	7
76	6	7	6	6	5	7	6	5	7	7	7	6	7	6	3	6	6	6	6	6	5	6	6	5	6
77	6	6	7	6	6	6	5	6	7	7	5	6	6	6	7	5	6	6	5	5	6	6	6	6	6
78	5	3	4	4	4	3	5	5	4	4	5	3	3	5	3	5	5	3	3	5	5	5	4	4	4
79	6	7	7	7	5	6	6	6	6	6	7	5	6	6	2	3	4	5	6	5	4	5	7	5	6
80	7	2	3	3	5	4	4	5	7	6	2	5	4	4	2	6	4	4	4	4	6	4	3	4	6
81	6	5	5	6	7	6	5	6	6	6	5	3	6	6	6	5	5	5	4	4	5	6	5	6	5
82	6	2	6	6	7	6	6	6	7	7	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	5	7	7	6	7
83	7	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	4	2	6	4	6	6	6	6	6	5	6	6	6	6
84	7	2	4	6	6	7	5	6	7	7	5	7	6	7	4	7	5	5	6	5	4	7	6	7	5
85	6	6	5	6	6	6	6	6	7	6	5	5	6	6	2	6	5	5	5	5	4	6	6	6	6
86	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	5	7	7	6	7	7	6	6	5	6	7	7	7	7
87	5	5	5	6	7	6	5	5	5	5	5	3	5	5	5	6	5	4	5	6	3	5	5	5	6
88	6	6	6	6	6	6	3	6	6	6	6	5	6	6	3	6	6	5	5	6	6	6	5	4	6
89	6	6	5	6	5	5	7	5	7	6	6	6	5	6	4	5	6	4	6	4	5	6	6	5	6
90	7	7	6	7	7	7	5	6	7	7	7	5	6	6	4	6	5	5	6	6	5	5	6	6	5
91	7	4	7	6	5	6	6	6	7	7	6	7	6	6	6	6	6	4	4	7	6	6	4	6	7
92	5	3	5	2	3	3	5	2	2	5	5	6	2	2	2	7	5	1	2	2	6	4	2	2	6
93	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	6	2	6	7	6	5	6	6	6	6	2	7	7	6	7
94	6	7	5	7	6	7	6	7	7	7	7	4	7	6	3	6	6	7	5	5	6	7	7	6	7
95	7	7	1	6	6	6	7	6	7	7	6	5	7	6	5	6	5	6	5	6	5	6	7	6	6
96	6	7	6	7	7	7	7	6	7	7	6	5	7	7	6	5	6	6	6	5	6	7	7	7	7
97	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	7	7	7	7	7	7	7	7	2	7	7	7	7
98	7	6	6	7	7	6	6	7	7	6	6	6	5	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	7	7
99	7	6	6	6	6	5	6	6	7	7	5	6	6	6	5	6	5	5	5	6	6	6	6	7	7
100	2	1	1	1	1	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	6	2	5	5	2	2	2	2
101	6	6	5	6	6	6	6	5	6	7	5	5	5	5	7	6	5	6	6	6	5	5	6	5	5
102	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
103	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	2	7	7	3	6	7	6	6	6	6	7	6	7	6
104	6	5	5	5	5	5	6	5	5	5	5	5	5	6	5	5	5	6	6	5	5	5	5	6	5

105	6	5	5	7	6	5	3	6	6	5	3	5	6	6	6	2	6	5	6	5	3	5	6	5	5	
106	6	5	6	3	5	6	5	5	6	6	5	3	5	6	2	5	5	5	3	6	6	6	6	5	7	5
107	6	6	6	6	7	6	7	6	6	5	6	6	6	6	7	6	6	5	6	7	7	6	6	6	6	
108	6	5	6	6	6	5	5	5	6	6	2	2	5	5	6	6	5	6	5	5	6	7	5	6	6	
109	6	7	6	6	6	7	7	2	6	6	6	4	6	6	5	6	6	6	6	5	5	6	5	6	6	
110	7	7	7	6	6	7	6	6	6	6	7	3	6	6	5	2	7	6	7	6	5	6	6	6	5	
111	5	5	5	6	6	6	5	6	6	5	6	4	6	5	5	6	5	5	6	5	5	6	5	5	6	
112	6	6	6	5	6	5	5	6	6	5	5	4	5	6	5	3	5	6	6	5	5	6	6	5	6	
113	5	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	4	7	7	6	5	6	6	6	6	6	7	6	7	7	
114	7	7	7	5	6	6	6	5	6	6	6	7	5	6	5	6	5	6	5	5	3	6	6	3	6	
115	6	7	6	5	3	6	6	5	6	6	6	3	5	6	6	6	5	6	5	6	5	6	6	7	5	
116	6	2	6	7	7	6	6	6	6	6	6	5	6	6	6	6	5	6	5	6	7	5	7	7		
117	3	5	6	3	3	5	6	6	6	5	5	5	3	5	3	3	3	3	2	6	2	3	3	5	6	
118	5	7	5	1	6	6	3	2	5	3	5	6	5	6	2	2	5	5	5	2	2	5	2	2	3	
119	6	6	6	7	7	7	6	7	6	6	7	7	7	7	6	6	6	5	6	6	6	7	6	7	7	
120	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	6	7	6	5	6	6	7	7	7	7	
121	7	7	6	6	6	6	6	6	7	7	7	4	7	7	5	6	6	7	6	6	6	7	6	6	5	
122	6	5	5	6	5	6	6	5	6	5	5	3	6	6	3	5	5	6	6	5	2	6	6	6	5	
123	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6	6	2	6	6	6	2	6	6	6	6	2	6	6	7	5	
124	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	6	5	6	6	2	5	6	5	3	5	5	5	5	5	
125	7	6	7	6	7	7	6	6	7	6	6	2	6	6	6	5	5	6	6	6	5	5	6	6	6	
126	7	7	6	5	5	5	6	5	7	7	7	6	6	6	5	5	6	6	6	5	6	5	5	6	6	
127	7	7	7	6	5	6	6	7	7	7	7	6	7	7	6	7	7	6	6	6	6	5	6	7	7	
128	6	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	5	4	7	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	7	
129	6	5	6	5	5	6	6	6	6	6	6	6	5	6	6	6	5	5	5	6	6	6	6	5	5	
130	6	6	6	7	7	7	7	7	7	6	5	6	7	7	6	7	7	6	5	5	6	6	5	7	7	
131	6	6	7	7	7	7	6	5	6	6	7	4	7	7	5	5	6	6	6	6	5	7	7	6	6	
132	6	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	4	6	6	6	6	5	5	5	5	6	6	6	6	6	

VARIABLE Y. BIENESTAR PSICOLÓGICO													
Nº	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13
1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3
2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
4	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2
5	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3
6	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
9	2	3	3	1	2	3	3	3	2	3	3	2	1
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
11	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3
12	3	2	3	2	3	3	3	3	2	1	3	2	3
13	1	3	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	3
14	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3
15	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
16	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3
17	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
18	2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	1	3
19	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2
20	1	1	2	1	2	1	3	2	1	1	2	1	2
21	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
23	2	1	3	3	2	2	3	2	3	2	1	3	3
24	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3
25	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3
26	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3
27	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3
28	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3
29	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3
30	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2
31	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
32	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3
33	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
34	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3

35	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2
36	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
37	2	3	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3
38	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2
39	3	3	2	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3
40	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3
41	3	3	2	3	2	2	3	2	1	3	3	3	3	3
42	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3
43	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
44	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2
45	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
46	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
47	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3
48	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
49	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3
50	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2
51	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3
52	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
53	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
54	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3
55	2	3	3	2	2	2	1	2	3	3	3	3	2	2
56	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3
57	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
58	2	3	3	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2
59	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
60	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2
61	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
62	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2
63	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2
64	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3
65	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3
66	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2
67	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3
68	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
69	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
70	3	3	3	2	2	2	2	3	1	3	3	3	1	1

71	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2
72	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
73	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2
74	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
75	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
76	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3
77	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
78	2	3	1	3	2	2	1	2	2	3	3	2	2
79	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3
80	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	1	2
81	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3
82	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3
83	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
84	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3
85	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
86	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
87	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2
88	3	3	3	2	1	3	1	3	2	3	3	3	2
89	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3
90	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3
91	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3
92	1	3	1	1	2	3	3	2	1	1	2	1	1
93	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3
94	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3
95	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3
96	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
97	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
98	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2
99	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2
100	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	1
101	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3
102	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
103	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
104	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3
105	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3
106	3	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	2	3

107	3	3	3	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3
108	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3
109	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
110	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3
111	3	1	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2
112	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3
113	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
114	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2
115	3	1	3	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2
116	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3
117	2	2	3	1	3	2	1	3	2	2	2	2	1
118	2	3	3	1	3	2	1	3	1	3	2	1	2
119	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
120	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
121	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
122	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3
123	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
124	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	3	2	3
125	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
126	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
127	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
128	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
129	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
130	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
131	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
132	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2

## Anexo 5: Consentimiento informado



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Fecha:.....

Yo:....., identificada con DNI (carnet de extranjería o pasaporte de extranjeros) N°....., acepto participar voluntariamente de la tesis titulada: **RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO – 2021**, la cual pretende determinar la relación que existe entre resiliencia y bienestar psicológico, con ello autorizo que se me pueda realizar una entrevista y aplicar el instrumento compuesto por dos encuestas (escala para evaluar Resiliencia y escala para evaluar el Bienestar Psicológico), comprometiéndome a responder con veracidad cada uno de ellos, además se me informo que dicho instrumento es anónimo y solo se usarán los resultados para fines del estudio, asimismo autorizo la toma de una foto como evidencia de la participación. Con respecto a los riesgos, el estudio no representará ningún riesgo para mi salud, así como tampoco seme beneficiará económicamente por él, por ser una decisión voluntaria en ayuda de la investigación.

---

FIRMA DE LA INVESTIGADORA:

Yaneth Rutmery Ccarita Pelaez

DNI. 61689675

---

FIRMA DE LA PARTICIPACIÓN

## Anexo 6: Documentos administrativos

### Solicitud de autorización



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
**DE ICA**

"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de  
Independencia"

Chincha Alta, 07 de agosto del 2021

#### OFICIO N°252-2021-UAI-FCS

UNIVERSIDAD ANDINA NÉSTOR CÁCERES VELÁZQUEZ  
RONAL FERNÁNDEZ REVILLA  
DIRECTOR DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA  
DISTRITO DE JULIACA PROVINCIA DE PUNO

PRESENTE.-

De mi especial consideración:  
Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, proyección y extensión universitaria y bienestar universitario.

En tal sentido, nuestros estudiantes de los últimos semestres académicos se encuentran en el desarrollo de su Trabajo de Investigación, que le permitirán obtener el Título Profesional anhelado, de acuerdo con las líneas de investigación de nuestra Facultad, para los programas académicos de Enfermería y Psicología. Los estudiantes han tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **AUTORIZACIÓN** de la Institución elegida, para que los estudiantes puedan poder proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la Carta de Presentación de las estudiantes con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación que será de gran utilidad para su institución.

Sin otro particular y en la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.

  
  
Mg. Georgina A. Apujje Cárdenas  
DECANO (a)  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

## Carta de presentación



UNIVERSIDAD  
AUTÓNOMA  
DE ICA

### CARTA DE PRESENTACIÓN

El Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

#### Hace Constar:

Que, CCARITA PELAEZ YANETH RUTMERY, identificada con DNI: 61689675 y del Programa Académico de Psicología, quien viene desarrollando la Tesis Profesional: **"RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO – 2021."**

Se expide el presente documento, a fin de que el responsable de la Institución, tenga a bien autorizar a los interesados en mención, aplicar su instrumento de investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 07 de Agosto del 2021

Mg. Giorgis A. Aguilar Cárdenas  
DECANO (a)  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

---

Av. Abelardo Alva Maúrtua 489 - 499 | Chincha Alta - Chincha - Ica

☎ 056 269176

🌐 [www.autonomadeica.edu.pe](http://www.autonomadeica.edu.pe)

## Constancia de autorización



### UNIVERSIDAD ANDINA "NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ" FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

---

#### CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

QUIEN SUSCRIBE: DIRECTOR DE  
LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD  
ANDINA "NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ" - JULIACA.

#### HACE CONSTAR:

Que, Yaneth Rutmery Ccarita  
Pelaez, quien ha solicitado autorización para la aplicación de la investigación  
titulada: **RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE  
UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO – 2021**, queda **autorizada**  
para realizar la mencionada investigación.

Sin otro particular, se firma al pie  
de documento en señal de conformidad.

Juliaca, 08 de setiembre del 2021

Mg. Ronal Fernández Revilla  
Director de la EP. Psicología

## Constancia de aplicación



**UNIVERSIDAD ANDINA**  
**“NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ”**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

---

### CONSTANCIA DE APLICACIÓN

QUIEN SUSCRIBE: DIRECTOR DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD ANDINA “NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ” - JULIACA.

#### HACE CONSTAR:

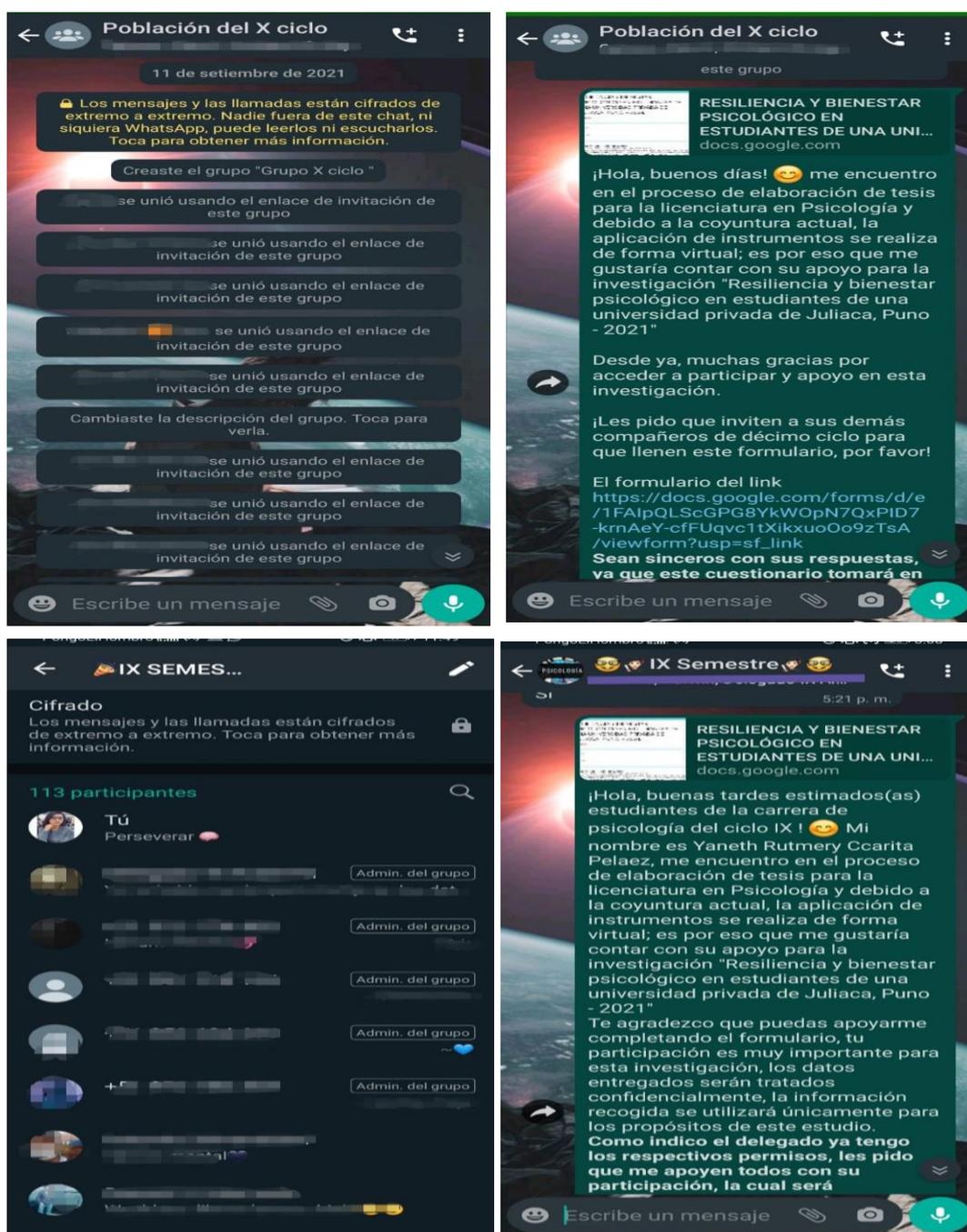
Que, Yaneth Rutmery Ccarita Pelaez, estudiante del Programa Académico de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica; con su tesis titulada: **RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO – 2021**, aplicó de manera satisfactoria sus instrumentos de investigación en esta institución.

Se expide la presente constancia a solicitud de la parte interesada, para los fines que estime conveniente.

Juliaca, 15 de octubre del 2021

Mg. Ronal Fernández Revilla  
Director de la EP. Psicología

## Anexo 7: Evidencias fotográficas/otras evidencias



Se observa en las imágenes, cuando se creó dos grupos de WhatsApp para la muestra de estudio del décimo y noveno ciclo de los estudiantes de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velázquez, donde se realizó las coordinaciones e indicaciones para que los alumnos llenen el formulario en el link que se envió, en la cual incluía las escalas para evaluar la resiliencia y bienestar psicológico.

Sección 1 de 2

## RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO – 2021.



Descripción del formulario

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado(a) estudiante de la carrera de psicología del ciclo IX y X.  
Estoy realizando una investigación sobre "RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO – 2021", la cual pretende determinar la relación que existe entre resiliencia y bienestar psicológico, en donde se realizará una entrevista y aplicación de instrumentos compuesto por dos encuestas (escala para evaluar resiliencia y escala para evaluar bienestar psicológico); te agradezco que puedas apoyarme completando los siguientes formularios, tu participación es voluntaria y anónima, los datos entregados serán tratados confidencialmente, la información recogida se utilizará únicamente para los propósitos de este estudio.

¿Acepta participar voluntariamente en la investigación? \*

Sí  No

Ac  
Ve

DNI \*

Texto de respuesta breve

Edad \*

Texto de respuesta breve

Nombres y apellidos \*

Texto de respuesta breve

Sexo \*

Masculino

Femenino

Ac  
Ve

**ESCALA PARA EVALUAR RESILIENCIA**

Indicaciones: A continuación, ubicará 25 proposiciones en relación a la resiliencia, estas tienen 7 alternativas como respuesta y tendrá que marcar la que cree más adecuada.  
Recuerda: Tu respuesta es confidencial y anónima, se sinceró ¡por favor!

1. Es importante para mí enfocarme en las cosas que me interesan. \*

- Totalmente en desacuerdo
- Desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Ni en desacuerdo ni de acuerdo
- Algo de acuerdo
- Acuerdo
- Totalmente de acuerdo

Act  
Ve a

**ESCALA PARA EVALUAR BIENESTAR PSICOLÓGICO**

Indicaciones: A continuación, ubicará 13 proposiciones en relación al bienestar psicológico, estas tienen 3 alternativas como respuesta y tendrá que marcar la que cree más adecuada.  
Recuerda: Tu respuesta es confidencial y anónima, se sinceró ¡por favor!

1. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida. \*

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni de desacuerdo
- En desacuerdo

2. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo. \*

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni de desacuerdo
- En desacuerdo

Act  
Ve a

En las imágenes se observa el formulario que se les envió vía virtual, donde se encontraban las escalas para evaluar la resiliencia y bienestar psicológico, así también para ver los datos sociodemográficos e informar sobre el consentimiento informado.

## Anexo 8: Informe de turnitin al 20% de similitud

### RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE JULIACA, PUNO - 2021

#### INFORME DE ORIGINALIDAD



#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.autonomadeica.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>14%</b>
<b>2</b>	<b>uancv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>Submitted to Universidad Peruana Los Andes</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>repositorio.uct.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>