



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

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

TESIS

**RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL
CONTEXTO DE COVID-19 EN TRABAJADORES DE UNA
EMPRESA PRIVADA DE ICA 2021**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO

PRESENTADO POR
MARCIA FIORELLA HUAMAN URIBE
CLAUDIA ALESSANDRA AYQUIPA ROJAS

TESIS DESARROLLADA PARA OBTENER EL TÍTULO
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

DOCENTE ASESOR
MG. CECIL MASSIEL CANDELA LEVANO
CÓDIGO ORCIN N°000-0003-2616-0670

CHINCHA, 2022

DEDICATORIA:

El presente trabajo se lo dedicamos a Dios por estar presente en nuestras vidas brindándonos sabiduría y bienestar y finalmente a nuestros padres Arturo Ayquipa y Luzmila Rojas, Julio Huamán y Lucila Uribe. Por el apoyo y amor incondicional, por ser el impulsor a seguir nuestros sueños y metas en nuestra vida.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, expresar nuestro agradecimiento a Dios por estar presente en nuestros caminos como guía y protector, a nuestros padres que son el pilar de nuestro crecimiento personal y profesional

Nuestra gratitud a la universidad autónoma de Ica y la asesora Cecil Candela Lévano por brindarnos la enseñanza y la facilidad para hacernos acreedoras de nuestro título profesional.

Por ultimo expresar nuestros agradecimientos a todas las personas que se involucraron y que nos brindaron su apoyo durante este proceso.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021

Método: estudio de tipo básico correlacional no experimental, la población y muestra estuvo conformada por 100 subordinados de una empresa privada en la ciudad de Ica. La técnica empleada para la recolección de datos fue encuesta y los instrumentos metodológicos fueron la Escala de resiliencia wagnild y young y escala de bienestar psicológico Riff. Los datos obtenidos se procesaron con el programa SPSS, versión 23 y se aplicó el estadístico Rho de Spearman.

Resultados: Los resultados indican una correlación significativa ($p=0,000$; $<0,05$) positiva considerable entre la dimensión confianza y sentirse bien solo y la variable bienestar psicológico. Asimismo, una relación significativa ($p=0,000$ $<0,05$) positiva media entre la dimensión perseverancia y la variable bienestar psicológico. Además, una relación significativa ($p=0,000$ $<0,05$) positiva muy fuerte entre la dimensión ecuanimidad y la variable bienestar psicológico. Finalmente, se encontró una relación significativa ($p=0,000$ $<0,05$) positiva considerable entre la dimensión aceptación de uno mismo y la variable bienestar psicológico.

Conclusiones: Se halló una correlación altamente significativa entre resiliencia y bienestar psicológico en el contexto de la pandemia en los trabajadores de una empresa privada de Ica - 2021

Palabras claves: *resiliencia, bienestar psicológico, COVID-19*

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between resilience and psychological well-being in the context of COVID-19 in workers of a private company in Ica 2021

Method: non-experimental correlational basic type study carried out on the population and sample consisted of 100 subordinates of a private company in the city of Ica. The technique used for data collection was a survey and the methodological instruments were the Wagnild and Young Resilience Scale and the Riff Psychological Well-Being Scale. The data obtained were processed with the SPSS program, version 23, and the Spearman's Rho statistic was applied.

Results: The results indicate a significant positive correlation ($p=0.000$; <0.05) between the trust dimension and feeling good alone and the psychological well-being variable. Likewise, a significant positive relationship ($p= 0.000$ <0.05) between the perseverance dimension and the psychological well-being variable. In addition, a significant positive relationship ($p= 0.000$ <0.05) was very strong between the equanimity dimension and the psychological well-being variable. Finally, a significant positive relationship ($p= 0.000$ <0.05) was found between the self-acceptance dimension and the psychological well-being variable.

Conclusions: A highly significant enhancement was found between resilience and psychological well-being in the context of the pandemic in the workers of a private company in Ica - 2021

Keywords: *resilience, psychological well-being, COVID-19*

Índice general

Dedicatoria	2
Agradecimiento	3
Resumen	4
Palabras clave	4
Abstract	5
Índice general	6
Índice de figuras y cuadros	8
I. INTRODUCCIÓN	12
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
2.1.Descripción del problema	14
2.2.Pregunta de investigación general	17
2.3.Pregunta de investigación específica	17
2.4.Objetivo general y específico	18
2.5.Justificación e importancia	19
2.6.Alcances y limitaciones	20
III. MARCO TEÓRICO	21
3.1.Antecedentes	21
3.2.Bases teóricas	26
3.3.Marco conceptual	37
IV. METODOLOGÍA	39
4.1.Tipo y Nivel de investigación	39
4.2.Diseño de la investigación	40
4.3.Operacionalización de variables	39
4.4.Hipótesis general y específicas	41
4.5.Población – muestra	41
4.6.Técnicas e instrumentos: validación y confiabilidad	42
4.7.Recolección de datos	46
4.8.Técnicas de análisis e interpretación de datos	46
V. RESULTADOS	48

5.1.Presentación de resultados descriptivos	48
5.2.Presentación de resultados tablas cruzadas	23
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	31
6.1.Análisis de los resultados - prueba de hipótesis	31
6.2.Comparación resultados con antecedentes	39
CONCLUSIONES	42
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	44
ANEXOS	50
Anexo 01: Matriz de consistencia	91
Anexo 02: Operacionalización de variables	93
Anexo 03: Instrumento de recolección de datos	95
Anexo 04: Ficha de validación de instrumentos de medición	99
Anexo 05: Base de datos	101
Anexo 06: Documentos administrativos	104
Anexo 07: Informe de turnitin al 28%	107
Anexo 08: Evidencia fotográfica	108

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Características sociodemográficas.....	47
Tabla 2. Nivel de resiliencia.....	48
Tabla 3. Nivel de la dimensión confianza y sentirse bien solo.....	49
Tabla 4. Nivel de la dimensión perseverancia.....	50
Tabla 5. Nivel de la dimensión ecuanimidad.....	51
Tabla 6. Nivel de la dimensión aceptación de uno mismo.....	52
Tabla 7. Nivel de bienestar psicológico.....	53
Tabla 8. Nivel de la dimensión auto aceptación.....	54
Tabla 9. Nivel de la dimensión relaciones positivas.....	56
Tabla 10. Nivel de la dimensión autonomía.....	57
Tabla 11. Nivel de la dimensión propósito en la vida.....	58

Tabla 12. Nivel de la dimensión crecimiento personal.....	60
Tabla 13. Nivel de la dimensión dominio del entorno	58
Tabla 14. Frecuencia y porcentaje de la resiliencia y bienestar psicológico.....	78
Tabla 15. Frecuencia y porcentaje de la confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico.....	59
Tabla 16. Frecuencia y porcentaje de la perseverancia y bienestar psicológico.....	61
Tabla 17. Frecuencia y porcentaje de la ecuanimidad y bienestar psicológico.....	63
Tabla 18. Frecuencia y porcentaje de la aceptación de uno mismo y bienestar psicológico.....	64
Tabla 19. Pruebas de normalidad de kolmogorov-smirnov.....	66
Tabla 20. Correlación entre resiliencia y bienestar psicológico.....	67
Tabla 21. Correlación entre confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico.....	69

Tabla 22. Correlación entre perseverancia y bienestar psicológico.....70

Tabla 23. Correlación entre ecuanimidad y bienestar psicológico.....71

Tabla 24. Correlación entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico.....73

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Grafico 1. Nivel de Resiliencia.....	47
Grafico 2. Nivel de la dimensión Confianza y sentirse bien solo	48
Grafico 3. Nivel de la dimensión Perseverancia	49
Grafico 4. Nivel de la dimensión Ecuanimidad	50
Grafico 5. Nivel de la dimensión Aceptación de uno mismo.....	51
Grafico 6. Nivel de Bienestar Psicológico.....	52
Grafico 7. Nivel de la dimensión Autoaceptación	53
Grafico 8. Nivel de la dimensión Relaciones Positivas	54
Grafico 9. Nivel de la dimensión Autonomía.....	55
Grafico 10. Nivel de la dimensión Propósito en la vida.....	56
Grafico 11. Nivel de la dimensión Crecimiento Personal.....	58
Grafico 12. Nivel de la dimensión Dominio del entorno	59
Grafico 13. frecuencia de la resiliencia y bienestar psicológico.....	45
Grafico 14. Frecuencia de la Confianza y sentirse bien solo y Bienestar Psicológico	60
Grafico 15. Frecuencia de la Perseverancia y Bienestar Psicológico	62
Grafico 16. Frecuencia de la Ecuanimidad y Bienestar Psicológico	63
Grafico 17. Frecuencia de la Aceptación de uno mismo y Bienestar Psicológico	65

I. INTRODUCCIÓN

Bienestar psicológico y resiliencia son dos términos complejos que han atravesado una serie de teorías que tratan de describir su naturaleza y el cómo influencia en cada persona, asimismo, son diversas las investigaciones puestas a análisis en varios entornos, sin embargo, ninguno de ellos ha sido realizado en conjunto ni en una situación pandémica, como es la que actualmente atraviesa el Perú y el mundo.

La manera usual de contestar o encarar un acontecimiento estresante, sumado a la función de resistir y adaptarnos a situaciones desfavorables, resultan muy relevantes para cada persona, puesto que ello nos posibilita superar los retos que nos muestra la vida, en cada fase de nuestro desarrollo y en todo entorno social que participemos. No obstante, hay situaciones particulares que, individualmente y como sociedad, no experimentamos constantemente, como una crisis de salud global que afrontamos actualmente y que ataca a la mayor parte de individuos, por esto, son en dichos entornos poco comunes donde se ponen de manifiesto nuestros propios estilos de afrontamiento y niveles de resiliencia, más aún existen personas que durante esta pandemia sus actividades no cesaron, diversas empresas donde sus trabajadores continuaron con sus jornadas laborales experimentando cargas laborales a la par de la adaptación que la crisis actual conlleva.

Por todo ello el presente estudio tuvo como objetivo principal conocer la relación los niveles de resiliencia y bienestar psicológico durante el contexto del COVID-19 en trabajadores de una empresa privada de Ica – 2021.

Por lo tanto, ésta investigación estuvo distribuida en cuatro capítulos: El capítulo I nos presenta el planteamiento del problema, objetivos, hipótesis y justificación e importancia del estudio; en el capítulo II se

presenta los antecedentes, la revisión de la literatura desarrollando los conceptos de bienestar psicológico y resiliencia y marco conceptual; en el capítulo III presenta la metodología, tipo y diseño de la investigación, población y muestra, instrumentos y procedimientos; finalmente el capítulo IV presenta el análisis e interpretación de resultados, discusión, conclusiones y sugerencias.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

En la actualidad, nos encontramos en una crisis de salud global llamado COVID-19 presentando un inmenso desafío en el campo de la salud pública, tiempos de inseguridad, temor y cambios drástico en la vida de las personas. Las condiciones que acompañan a una enfermedad pandémica integran diversas fuentes de estrés para las personas, es aquí donde entra en juego la resiliencia personal unida al grado de estrés al que está sometida cada individuo.

Debido a lo reciente de la patología se cuenta con escasa evidencia disponible, no obstante, diversos especialistas reportan una secuencia de actitudes y estados psicológicos vigilados en la población, por lo que es necesario conocer la realidad problemática.

A nivel internacional, la organización mundial de la salud (OMS 2020) realizo un estudio que abarca 130 países aportando así los primeros datos mundiales acerca de las consecuencias devastadoras de la COVID-19 donde hace mención que la pandemia por COVID-19 a paralizado los servicios de salud mental esenciales del 93% de países a nivel mundial

Asimismo, Hernández (2020) menciona que la salud mental de la población y de otros grupos poblacionales vulnerables puede verse afectada de forma significativa por el contexto actual de la pandemia COVID-19, además nos dice que la COVID-19 puede también traer consecuencias psicosociales en aquellos individuos que se sienten estresados y preocupados, impactando la actividad física, sus

interacciones y comportamientos en múltiples niveles, principalmente a nivel emocional donde las actividades de autoaislamiento y distanciamiento social pueden causar problemas de salud mental como ansiedad y depresión o incluso afectar problemas de salud mental preexistentes.

Por otro lado, en China (Wang, Pan, Wan et al., 2020) realizaron una encuesta a 1210 personas de varias ciudades, encontrando así que el 53.8% de la población encuestada calificó el impacto psicológico de la pandemia como moderado o severo, el 16.5% manifestaron síntomas depresivos moderados a severos, el 28.8% indicó síntomas de ansiedad moderada a severa y 8.1% informaron niveles de estrés moderados a severos. Además de esto el 84.7% de los encuestados informó pasar de 20 a 24 horas por día en casa y un 75.2% indicaba preocupación de que sus familiares se contagiaran. Dicha investigación a pesar de haber sido realizada durante los primeros meses del confinamiento por pandemia ya evidenciaba el impacto psicológico de la por COVID-19 en las personas.

Por otra parte, con respecto a resiliencia, el neurólogo psiquiatra y psicoanalista francés Boris Cyrulnik, máximo exponente de la resiliencia, indica que la misma es la que nos ayuda a generar respuestas positivas dentro de contextos de adversidad, asimismo define la resiliencia, como un proceso que necesita de diferentes componentes, internos y externos que posibiliten un desarrollo para poder sobreponerse a las adversidades. (Salazar, K. 2020).

Así también, Espinosa, Mesa, Díaz, Caraballo y Mesa (2020) en su investigación realizada en estudiantes de una ciudad de Cuba señala que la enfermedad pandémica ha tenido un efecto

psicológico importante, por lo cual la mayor parte presentan niveles de estrés elevados, y puntuaciones bajas en las dimensiones de resiliencia. Obteniendo como resultado que el 79,4 % de los alumnos mantuvo un comportamiento resiliente mientras tanto que solo un 20,6 % enseñó bajos niveles de resiliencia

A nivel nacional, existe muy poca investigación sobre la salud mental post pandemia por COVID-19 ni del nivel de respuesta resiliente que ha tomado la población frente a la problemática actual, sin embargo, el instituto nacional de salud mental (INSM 2020) del (MINSA), llevo a cabo un análisis epidemiológico para conocer el efecto de la enfermedad pandémica en la salud psicológica poblacional adulta que habita en la ciudad de Lima, realizada con una muestra de 1823 personas este estudio revelo que el 52.2 % poblacional de Lima Metropolitana sufre de estrés de moderado a severo, provocado primordialmente por los inconvenientes de salud, económicos o problemas familiares, como resultado del coronavirus, otra cifra del mismo análisis sugiere que el 54.6% ha presentado inconvenientes para dormir que ameritarían atención.

En Lima, (Castagnola, Cotrina, & Aguinaga 2021) realizaron una investigación, obteniendo como resultado que el 19.16% de los encuestados manifestaron un nivel muy alto dentro de la dimensión de aceptación de uno mismo de la escala de resiliencia, 14.94% un nivel alto, 36.02% un nivel normal, 29.89% bajo y 22.99% un nivel muy bajo. concluyeron que la aceptación a sí mismo, arroja un grado de resiliencia bastante bajo post enfermedad pandémica tanto en los adolescentes como en los adultos encuestados advirtiendo que los encuestados que se hallan proclives a un estado de depresión y ansiedad.

Es innegable el impacto que ha causado el confinamiento en el aspecto psicológico, el cómo los factores de resiliencia adoptados por el hombre favorecen la adaptación y el afrontamiento a la adversidad. Solano (2020) señala que la pandemia por COVID-19 ha ocasionado un complejo problema que necesita del estudio intensivo de distintas disciplinas.

Por ello se considero importante conocer y describir la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en un contexto por pandemia para así ampliar las bases teóricas que nos permitirá identificar oportunidades de mejora en beneficio de la salud mental, con el propósito de brindar información a los profesionales de la salud mental entidades sanitarias y gobierno central el cual se enfoca en minimizar el efecto de la enfermedad pandémica del coronavirus en la salud psicológica poblacional fortalecimiento de sus capacidades de resiliencia.

Es por ello que nos planteamos la presente pregunta de investigación:

2.2. Pregunta de investigación general

¿Cuál es la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021?

2.3. Pregunta de investigación específica

P.E.1: ¿Cuál es la relación entre confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021?

P.E.2: ¿Cuál es la relación entre perseverancia y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021?

P.E.3: ¿Cuál es la relación entre ecuanimidad y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de empresa privada en Ica 2021?

P.E.4: ¿Cuál es la relación entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de empresa privada en Ica 2021?

2.4. Objetivo general y específico

2.4.1. Objetivo general

Determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021

2.4.2. Objetivos específicos

O.E.1: Determinar la relación entre confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

O.E.2: Identificar la relación entre perseverancia y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

O.E.3: identificar una relación entre ecuanimidad y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

O.E.4: Determinar una relación entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

2.5. Justificación e importancia

2.5.1. Justificación

A nivel teórico, las condiciones actuales de emergencia sanitaria y la escasa información e investigación de las consecuencias psicológicas en la población, motivó la realización de la presente investigación para aportar aspectos teóricos de las condiciones que afectan la resiliencia, y el cómo se relaciona con el bienestar psicológico, todo esto dentro del contexto de la pandemia por COVID-19, de esta manera aportar a los vacíos que quedan sobre esta problemática y contribuir a los estudios de profesionales de la salud mental y estudiantes de otras universidades.

En el plano práctico, la presente investigación sirvió para conocer la interacción que existe entre las variables y sus dimensiones puesto que permitirá que se creen nuevas estrategias de intervención en los ámbitos que influyen en la variable, de esta forma mejorar las condiciones de su entorno.

Finalmente, la presente investigación estableció una ruta metodológica, tomando en cuenta el tipo y diseño de la investigación, teniendo como técnica de recolección de datos la

encuesta, para ello se va a aplicar los instrumentos correspondientes que medirán cada variable, la escala de resiliencia de wagnild & Young de adaptación peruana por Castilla (2014) y escala de bienestar psicológico de ryff.

2.5.2. **Importancia**

La presente investigación se consideró importante ya que nos permitió conocer la significativa relación entre las dimensiones de la resiliencia con el bienestar psicologico. Teniendo en cuenta que este último se ha visto afectada por las condiciones actuales de emergencia sanitaria.

Por tanto, la información obtenida proporcionara el desarrollo de futuros estudios, así como también elaborar programas de intervención como parte de una labor preventiva para el bienestar y mejoría de los ámbitos que intervienen en la variable.

2.6. **Alcances y limitaciones**

2.6.1. **Alcances**

- **Delimitación social:** la presente investigación tuvo como participantes trabajadores de ambos sexos en una empresa privada en Ica
- **Delimitación espacial:** la investigación se desarrolló en las instalaciones de la impreña Helena S.A.C de Ica
- **Delimitación temporal:** la investigación se llevó a cabo entre octubre de 2021 – y enero 2022

2.6.2. **Limitaciones**

- La principal limitación fue que debido a los protocolos de bio seguridad dentro de la empresa las evaluaciones se dieron en grupos de dos personas lo que hizo tomar más tiempo de lo calculado para culminar la evaluación.
- Como segunda limitación fue que parte del personal de la empresa de mantienen en trabajo remoto por lo que parte de las evaluaciones se tuvieron que realizar de manera virtual.
- Encontramos facultades para obtener información o referencias bibliográficas locales debido a lo reciente de la situación pandémica y a la carencia de información en el sector local.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

3.1.1. Internacionales

En México, Hernández León, Caldera Montes, Reynoso González, Caldera Zamora y Salcedo Orozco (2020) realizaron una investigación con la finalidad de realizar una comparación entre los niveles de resiliencia en universitarios y en jóvenes trabajadores. El diseño fue de tipo cuantitativo, comparativo y descriptivo. La muestra estuvo conformada por 188 adultos de ambos sexos. El instrumento utilizado fue la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados indican que los jóvenes universitarios tienen niveles mayores en la variable de estudio en comparación con los jóvenes trabajadores. Se concluye que un adecuado nivel de estudios contribuye a fortalecer la capacidad de resiliencia y funciona como factor protector de la misma.

En Ecuador. Núñez Almeida (2018) realizó un estudio con el objetivo de determinar la influencia entre el bienestar psicológico y el asertividad en colaboradores administrativos. El estudio fue de tipo no experimental, cuantitativo y correlacional. La muestra estuvo compuesta por 74 colaboradores de ambos sexos. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Evaluación del Bienestar Psicológico (BIEPS- A) y la Escala Multidimensional de Asertividad. Los resultados indican que el 42% presentan un nivel alto en referencia al bienestar psicológico y el 79% presenta un nivel adecuado de asertividad. Se concluye que el bienestar psicológico es independiente en función a la asertividad en la muestra seleccionada.

En Colombia, Mogollón Camacho, Ríay Correa y Toquica Gil (2018) realizaron un estudio con la finalidad de establecer la relación entre el estrés y la resiliencia en trabajadores administrativos y comerciales de una empresa en Colombia. El estudio fue de tipo cuantitativo, no experimental y correlacional. La muestra estuvo conformada por 81 colaboradores de ambos sexos. Los instrumentos de evaluación utilizados fueron la Escala de estrés laboral de la OIT y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados indican que los participantes presentan niveles altos de resiliencia, asimismo, presentaron en su mayoría niveles elevados de estrés. Se concluye que existe una relación positiva significativa entre ambas variables de estudio.

En Argentina, Blanco (2018) realizó una investigación con la finalidad de establecer la relación entre el bienestar psicológico y las habilidades sociales del personal de enfermería de la ciudad de Buenos Aires. El estudio fue de tipo cuantitativo, no experimental y correlacional. La muestra estuvo compuesta por 100 profesionales

de la carrera de enfermería de ambos sexos. Los instrumentos de evaluación utilizados fueron la escala de bienestar psicológico de Ryff y la escala de habilidades sociales (EHS). Los resultados muestran que el personal de enfermería muestra niveles elevados de bienestar psicológico, así como un nivel elevado en las habilidades sociales. Se concluye que existe una relación significativa positiva entre ambas variables de estudio.

En Chile, Díaz Sánchez y Barra Almagiá (2017) realizaron un estudio con la finalidad de establecer la relación entre la resiliencia y la satisfacción laboral en docentes de institución educativa. El estudio tuvo un diseño cuantitativo, no experimental y correlacional. La población estuvo conformada por 119 docentes de ambos sexos. Los instrumentos de evaluación utilizados fueron la Escala de resiliencia SV- RES y la Escala de satisfacción laboral versión para profesores ESL- VP. Los resultados indican que la mayoría de docentes presentan niveles elevados en relación a la resiliencia, en contraste con los niveles de satisfacción laboral que se presentan en su mayoría en un nivel bajo. Se concluye que existe una relación positiva significativa entre ambas variables de estudio.

3.1.2. Nacionales

En Trujillo, Nuñez Huamán y Silva Pérez (2021) realizaron un estudio con la finalidad de establecer la resiliencia en los trabajadores de una empresa de calzado. El estudio fue de tipo descriptivo, comparativo. La muestra estuvo compuesta por 211 trabajadores de ambos sexos. El instrumento utilizado fue la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados indican que los trabajadores víctimas presentan niveles altos en su capacidad de resiliencia, mientras que los colaboradores no víctimas de la pandemia presentan indicadores bajos en su mayoría en su

capacidad de resiliencia. Se concluye que existen diferencias significativas entre los trabajadores víctimas y no víctimas de la pandemia por COVID-19.

En Cajamarca, Quintana Tirado y Cárdenas Bazán (2021) realizaron una investigación con la finalidad de establecer la relación entre estrés laboral y bienestar psicológico en policías de una comisaria de Cajamarca. El estudio fue de tipo cuantitativo, no experimental y correlacional. Los instrumentos de evaluación fueron el Cuestionario de Estrés de la Universidad Javeriana y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. La muestra estuvo conformada por 50 efectivos policiales. Los resultados indican que el 58% presenta un nivel elevado de estrés y el 30% presenta un bienestar psicológico bajo. Se concluye que existe una relación negativa significativa entre ambas variables de estudio.

En Arequipa, Chipana Puraca y Rimachi Quispe (2021) realizaron una investigación con la finalidad de establecer la relación entre los estilos de afrontamiento y la resiliencia en bomberos voluntarios. El estudio fue de tipo cuantitativo, correlacional y no experimental. La muestra estuvo compuesta por 84 bomberos de ambos sexos. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés COPE y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados arrojan que existen relaciones significativas directas entre ambas variables. Se concluye que existe una relación positiva significativa entre ambas variables de estudio.

En Puerto Maldonado, Estrada Araoz y Mamani Uchasara (2020) realizaron una investigación con el propósito de establecer la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de un instituto de Puerto Maldonado. El estudio fue de tipo

cuantitativo, no experimental y correlacional. La muestra estuvo compuesta por 134 estudiantes adultos. Los instrumentos de evaluación utilizados fueron la Escala de Bienestar Psicológico de Sánchez y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados indican una correlación de 0,702 entre ambas variables. Por lo tanto, se concluye que existe una relación positiva significativa entre ambas variables de estudio.

En Lima, Chavarría Hajar (2019) realizó un estudio con la finalidad de establecer la relación entre el bienestar psicológico y engagement laboral en colaboradores de una empresa privada. El estudio fue de tipo cuantitativo y correlacional. La muestra estuvo conformada por 130 colaboradores de ambos sexos. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y la Escala Utrecht de Engagement del Trabajo. Los resultados indican que existe una relación directa baja entre ambas variables. Se concluye que existe una relación positiva significativa entre las variables de estudio propuestas.

3.1.3. Locales

En Chincha, Sessarego Román y Rojas Chacaltana (2021) realizaron una investigación con la finalidad de establecer la relación entre la resiliencia y el estrés laboral en colaboradores de un centro de salud de Pueblo Nuevo. El diseño de la investigación fue cuantitativo, no experimental y correlacional. Los instrumentos de evaluación fueron la Escala de Estrés laboral de la OIT y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. La muestra estuvo conformada por 45 trabajadores de ambos sexos. Los resultados indican una relación negativa entre ambas variables ($r=-,358$). Se concluye que existe una relación significativa negativa entre las variables de estudio planteadas.

En Chincha, Villaverde Pérez (2020) realizó un estudio con el objetivo de determinar la relación entre calidad de vida y bienestar psicológico en socios de un programa financiero. El estudio fue de tipo correlacional, cuantitativo y no experimental. La muestra estuvo conformada por 120 adultos. Los instrumentos de evaluación fueron la Escala de calidad de Olson y la escala de bienestar psicológico de Ryff. Los resultados indican que el 70% de la muestra tienen niveles de calidad de vida con tendencia a lo malo, así como el 89% con un nivel bajo de bienestar psicológico. Se concluye que existe una relación negativa no significativa entre ambas variables de estudio.

3.2. Bases teóricas

3.2.1. Resiliencia

3.2.1.1. Desarrollo Histórico del concepto de Resiliencia

El concepto resiliencia, utilizado extensamente en diversos campos, viene del inglés “resilience”, que a su vez procede del latín “resilio”, que significa brincar, rebotar. La primera ciencia en utilizar el término resiliencia ha sido la física que la uso para describir cómo los metales pese a estar expuestos a fuentes de calor bastante intensos que modifican su consistencia, poseen la función de retomar su estado regular. Asimismo, se utilizó y usa en la ingeniería civil y en la metalurgia para calcular la función de ciertos materiales para recuperarse o volver a su postura original una vez que han soportado ciertas cargas o impactos (Chipana y Rimachi, 2021)

El concepto ha sido incorporado en las ciencias sociales a partir de la década de 1960 y caracteriza la capacidad que poseen los individuos para realizarse mentalmente sanos y exitosos a pesa

de vivir en entornos de elevado peligro, como ámbitos de pobreza y familias disfuncionales, situaciones de estrés prolongado etc. (Uriarte, 2005)

Desde ello, varios expertos de la salud y de la enseñanza se han sorprendido al verificar cómo sujetos que viven situaciones difíciles son capaces de sobreponerse y llevar una vida usual, Esta característica de los individuos ha estado presente a partir de los principios de la especie humana, pero no fue hasta los años ochenta donde tomo una mayor trascendencia identificar los componentes que la determinan

3.2.1.2. **Definición**

La definición de resiliencia que se utilizará en el presente estudio será la propuesta por Wagnild y Young (1993) quien define que la resiliencia es una capacidad del individuo para poder restar los efectos del estrés. El marco teórico de referencia utilizado es el propuesto por Wagnild y Young (1993) en su teoría del rasgo de personalidad sobre la resiliencia.

Garmezy (1991) considera que la resiliencia es la capacidad para poder recuperar y sostener una conducta que se adapte frente a una situación estresante. Asimismo, Luthar (2003) considera que la resiliencia es una manifestación de poder adaptarse de manera funcional a las situaciones adversas que pueden presentarse en la vida.

Además, Fergus y Zimmerman (2005) consideran que la resiliencia es un proceso mediante el cual el individuo enfrenta de manera exitosa situaciones difíciles. En la misma línea Masten (2001) refiere que la resiliencia es mucho más frecuente de lo pensado en los seres humanos, sin embargo, se promueve

y fortalece con las relaciones sociales y mediante experiencias del individuo.

Por otro lado, Chipana, (2005) refiere que los profesionales en Resiliencia reconocen que hay 2 generaciones de investigadores: La Primera Generación que se ocuparon de la resiliencia desde un enfoque “genetista individualista” y centraron su atención en las propiedades genéticas, dichas propiedades realizan el desarrollo de la resiliencia en niños y jóvenes.

No obstante, a partir de 1999 nace una segunda generación de estudiosos que basaron los estudios en un enfoque “interaccional – ecológico” en el que se estima a la resiliencia como “un proceso dinámico dentro del cual el ambiente y la persona poseen mutuamente una relación.”

Para Infante (2005) siguiendo la línea de la primera generación define que la Resiliencia intenta comprender cómo los niños y niñas, jóvenes y los individuos adultos son capaces de sobrevivir y superar adversidades pese a vivir en condiciones de pobreza, maltrato dentro de la familia, o pese a las secuelas de una catástrofe natural.

Bajo la segunda generación se encuentran definiciones como la de (Luthar et, al 2000) entienden la Resiliencia como un proceso dinámico donde las influencias del ambiente y del sujeto interactúan en una e forma recíproca que le permite a el individuo adaptarse pese a la adversidad.

3.2.1.3. Teoría humanista de resiliencia

Las personas tienen una serie de características que funcionan en bloque frente a una situación difícil. Así como un sistema de control que permite tener una tendencia al equilibrio (Sevilla Martín, 2014).

En la misma línea Rogers (1987) considera que ciertas crisis por las que pasa el individuo generan un impulso de querer mantener el equilibrio dentro del mismo y ello conlleva a realizar diversas acciones en búsqueda del ansiado equilibrio, por consecuencia dichas acciones generan una maduración a nivel personal.

Asimismo, la psicología humanista considera que el individuo se va adaptando mediante la superación de situaciones difíciles que va pasando, es así que se postula que el individuo posee un mecanismo interno que contribuye a regular a la persona y lo incita a mejorar su situación cuando se encuentra en situaciones difíciles la cual es llamada resiliencia (Maslow, 1983).

3.2.1.4. Teoría de rasgos de personalidad de Wagnild y Young

La teoría propuesta por Wagnild y Young (1993) considera que la resiliencia es una característica positiva sobre la personalidad que tiene la función de moderar las consecuencias negativas que puede ocasionar el estrés, de esa manera promueve una adaptación a situaciones estresantes, para explicar su modelo utiliza los siguientes factores:

- Competencia personal, hace referencia a la confianza en sí mismo, a su independencia y su poder de decisión frente a situaciones cotidianas y en situaciones que le generan mucho

estrés al individuo, donde se evidencia su ingenio, perseverancia e ingenio.

- Perseverancia: Es la persistencia de seguir luchando frente a la adversidad y edificar una vida permaneciendo involucrado y practicando la autodisciplina.

- Ecuanimidad: Capacidad de mantener una perspectiva balanceada de la vida propia y sus vivencias, enfrentar las situaciones adversas de una manera calmada, moderando la reacción frente a los inconvenientes.

- Aceptación de sí mismo y de la vida, hace referencia a su capacidad de adaptarse a los diversos contextos, su flexibilidad para poder llevar una vida equilibrada que permita observar de manera positiva las situaciones que le ocurran a pesar de situaciones adversas.

- Sentirse bien solo: Capacidad de entender que la vida es exclusiva y le forma parte de cada individuo, tienen la posibilidad de compartir varias vivencias, sin embargo, hay otras que tienen que enfrentarse solo, el sentirse bien solo da un sentido de libertad.

3.2.1.5. **Características que influyen en la resiliencia**

Anturio, Magaly y Guevara (2016) Nos hablan acerca de las características que diversos autores se han encargado de clasificar. Siendo una de las mas importantes la realizada por Plok (1999) quien encontró cuatro patrones en la resiliencia siendo el primero de ellos el patrón disposicional, que se basa en los atributos físico y psicológicos involucrados con el ego, El

patrón relacional incluye las propiedades de los roles e interrelaciones que influyen en la Resiliencia , El patrón situacional se refiere a la aproximación característica a las situaciones o estresores y se plantea como las capacidades de valoración cognitiva, habilidades de solución de problemas, así como los atributos que indican una capacidad para el accionar ante una situación estresora. Al final está el patrón filosófico el cual se expone por las creencias individuales.

Algunas características que pueden influir en la resiliencia es la pérdida de alguna persona significativa para el individuo, debido a que un duelo posee a su vez tres factores que afectan directamente dicha capacidad, dentro de los cuales se encuentra el dolor y sufrimiento debido a una nueva realidad en la cual dicha persona no se encuentra, además tenemos la disminución de recursos de la persona o su pérdida de los mismos lo cual hace que su resiliencia se vea afectada; finalmente dicha situación que es irreversible afecta la percepción de resolver problemas. Cabe resaltar, que una pérdida no solo afecta su resiliencia, sino que puede afectar su salud mental y en algunos casos generar malestar corporal o de otro tipo en el individuo (Caplan, 1990).

3.2.1.6. **Personalidad resiliente**

Una persona que posee una resiliencia adecuada puede desarrollar habilidades y acciones que parte desde el auto control, un adecuado discernimiento a nivel emocional para fortalecer su resistencia frente al estrés. Además, implica un adecuado desarrollo de relaciones interpersonales en las cuales puede comunicarse de manera asertiva y expresar puntos de vista de manera adecuada. Por otro lado, también implica el

poder lidiar con posibles fracasos que surjan en su día a día, así como ser empático con las personas que le rodean (Brooks y Goldstein, 2010).

Asimismo, además de la capacidad de sobreponerse frente a una situación adversa, las personas con una adecuada resiliencia son capaces de tomar decisiones y motivar que los factores protectores personales contribuyan a los factores sociales y de esa manera contribuir a la sociedad en una cultura de resiliencia, lo cual de manera inherente generaría una percepción positiva acerca de la salud (Medina y Santos, 2009).

3.2.2. Bienestar psicológico

3.2.2.1. Definición

La definición de bienestar psicológico que se utilizará en el presente estudio será la propuesta por Ryff (1989) quien refiere que el bienestar psicológico es la percepción que realiza un individuo sobre las áreas de su vida y percibe de manera positiva las emociones que dicha evaluación le genera. El marco teórico de referencia utilizado es el propuesto por Ryff (1989) sobre el bienestar psicológico y su modelo multidimensional.

Espinoza Maldonado y Bustamante Granda (2016) consideran que el bienestar psicológico es la relación de los individuos con sus metas personales y el lograr dichas metas trazadas. Asimismo, Torres (2003) refiere que el bienestar es la evaluación que realiza un individuo considerando la ausencia de emociones negativas.

En la misma línea Tánori, Vera y Arita (2009) refiere que el bienestar psicológico es la unión de los pensamientos y

sentimientos favorables que poseen los individuos acerca de sí mismos. Por otro lado, Uribe (2006) considera que el bienestar psicológico es parte de la salud y tiene injerencia en todas las áreas de desempeño del individuo.

Por otro lado, para Durante y Sandoval (2010), el bienestar psicológico, es lo obtenido de la relación entre lo psicológico y lo social, y donde lo social tiene un intenso impacto sobre la atribución de sentido de las vivencias y lo psicológico trata sobre la postura que asume el individuo ante la vida. Por consiguiente, el bienestar psicológico estaría definido por el parentesco entre eso que se procura lograr, las metas trazadas, y los logros obtenidos.

3.2.2.2. Teoría Multidimensional de Carol Ryff

La finalidad del bienestar psicológico es poder identificar la carencia de cierto concepto que tiene relación con el crecimiento personal y de esa manera poder descubrir el potencial de cada individuo. Ryff y Singer (1998) plantearon un modelo con una definición de bienestar relacionada al crecimiento personal y sus capacidades.

Asimismo, dicho modelo multidimensional toma en cuenta la dinámica que posee el individuo debido a su desarrollo y su crecimiento, por lo cual el bienestar psicológico no es estático ni lineal es variable y en algunos casos cíclico porque depende de la maduración de las personas, necesidades y motivaciones (Vargas, 2014).

Ryff (2013) considera que la felicidad es una finalidad suprema de los individuos, por ello es lo más anhelado, considerando la

felicidad no como un placer sino como la virtud de encontrar el equilibrio del ser humano entre sus metas y satisfacer sus necesidades básicas.

Esta mirada del sujeto de forma multidimensional, da más grande hincapié a la probabilidad de un manejo positivo mediado por el desarrollo de la capacidad personal y el crecimiento individual (Díaz, et al., 2006). El desarrollo de cada área o dimensión no precisamente es paralelo en todo instante. El modelo concibe las fluctuaciones y las diferencias en el proceso de maduración, por lo cual el individuo puede detectar fortalezas en cada área a medida que realiza otras.

3.2.2.3. **Teoría del modelo arriba- abajo y abajo- arriba**

Para explicar el bienestar psicológico Diener, Sandvick y Pavot (1991) considera que se pueden utilizar dos relatos para ejemplificar dicho constructo, los cuales son los siguientes:

- El modelo arriba- abajo, hace referencia que las personas tienen una tendencia a centrarse en los aspectos negativos de su vida, por ello buscan la felicidad para sentir satisfacción y por ende bienestar. centradas en identificar qué necesidades o factores externos al sujeto afectan a su bienestar

- El modelo abajo- arriba, hace referencia a que el bienestar psicológico es un conjunto de experiencias que pueden ser positivas o negativas y cuando las experiencias agradables durante su vida son mayores que las desagradables este modelo se interesai por encontrar los componentes internos que determinan cómo el individuo siente sus circunstancias vitales, independientemente de cómo sean éstas objetivamente, y de

qué modo estos componentes afectan a los juicios o valoraciones que desarrolla sobre su felicidad o confort individuales.

3.2.2.4. **Dimensiones del bienestar psicológico**

Ryff (1998) considera que el bienestar psicológico puede ser medido y analizado bajo dimensiones, las cuales son las siguientes:

- Auto aceptación, hace referencia a la evaluación y auto conocimiento en referencia a su conducta y emociones, además de una evaluación positiva acerca de sus experiencias y limitaciones de forma realista (Ryff y Singer, 2008).

- Dominio del entorno, hace referencia a la capacidad del individuo de poder ejercer dominio sobre el ambiente que le rodea y de esa manera poder controlar el contexto que le rodea y de esa manera poder cumplir con sus objetivos trazados (Jahoda, 1958).

- Relaciones positivas, hace referencia a que el aspecto de las relaciones interpersonales influye en gran manera a la percepción del individuo acerca de su bienestar y como indicador de su identidad, cabe resaltar que en un adulto el propiciar lazos adecuados con el ambiente que le rodea contribuye a un adecuado desarrollo (Erikson, 1963).

- Crecimiento personal, hace referencia a las habilidades que posee el individuo para poder desarrollarse de manera adecuada y poder ejercer su proyecto de vida orientado en objetivos personales. La elaboración del proyecto de vida

contribuye a disminuir la angustia del individuo y para lo cual se necesita acciones positivas y capacidades para poder realizarlas (Sartre, 1956).

- Autonomía, hace referencia a que la persona realiza una evaluación adecuada de sus capacidades y por ende es consciente de sus limitaciones, así como de sus capacidades lo cual le permite conocer hasta donde puede actuar de manera independiente (Rogers, 1961) y de esa manera tener una menor vulnerabilidad frente a la presión social que puede ejercerse en su entorno (Jung, 1954).

- Propósito en la vida, hace referencia al establecimiento de objetivos personales para realizarlos en un tiempo específico planteado por el mismo individuo y dicho cumplimiento genera bienestar en la persona (Frankl, 1946).

3.2.2.5. **Características del bienestar psicológico**

Las características del bienestar psicológico se pueden agrupar en tres niveles (Chávez Carlos, 2015), los cuales son los siguientes:

- Experiencial, hace referencia a la percepción de los individuos frente a sus experiencias, es decir el nivel de satisfacción que le genera determinadas experiencias y la forma en como actuaron frente a dicha situación.

- Medición, hace referencia a la evaluación de los aspectos positivos y no solamente a la ausencia de los negativos, porque el bienestar implica la medición de satisfacción que tiene el individuo frente a la vida.

- Evaluación, hace referencia a la evaluación a nivel global en donde se evalúa a la persona como un proceso de evolución con aquellas experiencias positivas y negativas que pueden generar emociones agradables o desagradables en la persona.

3.2.2.6. **Categorías del bienestar psicológico**

Según Diener (1995) el bienestar psicológico puede agruparse en tres categorías dependiendo las definiciones que se utilicen, las cuales son las siguientes:

- Descriptiva, hace referencia a las valoraciones que realiza el individuo y considera como positivas.
- Preponderancia de los afectos positivos sobre los negativos, hace referencia a la regulación de los afectos positivos en contraposición con los afectos negativos, de esa manera se origina bienestar en el individuo.
- Felicidad, hace referencia al valor inherente al bienestar, es decir la felicidad en su máxima expresión en relación a la satisfacción personal en un determinado momento.

3.3. **Marco conceptual**

3.3.1. **Resiliencia**

capacidad de recuperarse, sobreponerse y ajustarse exitosamente ante la adversidad, esto involucra desarrollar competencia social, académica y vocacional, a pesar de estar expuesto a un estrés grave o sencillamente a las tensiones inherentes al mundo presente (*Henderson y Milstein, et al., 2003*, citado en Morales. 2014).

3.3.2. **Bienestar psicológico**

se define como el desarrollo de las habilidades y el incremento personal, donde la persona muestra indicadores de desempeño positivo

3.3.3. Bienestar subjetivo

(Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999, p. 277) definen el bienestar subjetivo como una vasta categoría de fenómenos que incluye las respuestas emocionales de los individuos, la satisfacción con los dominios, y los juicios globales sobre la satisfacción con la vida.

3.3.4. Competencia

En el campo de la resiliencia se ha evaluado muchas veces como la competencia social (ej., aprobación por los iguales) o el triunfo o buen rendimiento académico. En ocasiones se hace equiparable a la adaptación (Braverman, 1999)

3.3.5. Autoaceptación

Auto aceptación, hace referencia a la evaluación y auto conocimiento en referencia a su conducta y emociones, además de una evaluación positiva acerca de sus experiencias y limitaciones de forma realista (Ryff y Singer, 2008).

3.3.6. Dominio del entorno

La capacidad del individuo de poder ejercer dominio sobre el ambiente que le rodea y de esa manera poder controlar el contexto que le rodea y de esa manera poder cumplir con sus objetivos trazados (Jahoda, 1958).

3.3.7. Ecuanimidad

Es la capacidad de comprender las respuestas del individuo frente a diversas experiencias adversas, dicha capacidad contribuye a que la persona pueda aceptar de manera realista lo que le sucede y encontrar un aspecto positivo frente a las situaciones que se le presente. (Beardslee, 1989)

3.3.8. Perseverancia

hace referencia a la capacidad del individuo a resistir en una posición a pesar de las dificultades que puedan presentarse, implica auto disciplina (Salgado, 2016).

3.3.9. Autoaceptación,

hace referencia a la evaluación subjetiva que realiza el individuo acerca de sus objetivos alcanzados y el comportamiento que realiza si se encuentra en consonancia con los ideales personales (Torres y Galvis, 2007).

3.3.10. Salud mental

Es el estado de equilibrio y habituación activa y suficiente que posibilita al sujeto interactuar con su medio, de forma innovadora, propiciando su aumento y confort personal, y el de su ambiente social cercano y lejano, intentando encontrar mejorar las condiciones de la vida poblacional acorde a sus particularidades, (Vidal, y Alarcón, 1986).

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y Nivel de investigación

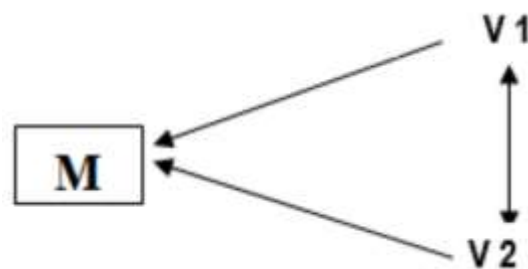
La presente investigación fue de tipo básico ya que según Espinoza (2015) estipula que este tipo de estudio tiene como finalidad mejorar el conocimiento científico.

De acuerdo al nivel de investigación, corresponde un nivel relacional porque tiene como finalidad conocer la interacción o nivel

de relación que existente entre dos o más conceptos o variables.
Vara (2012)

4.2. Diseño de la investigación

Para la presente investigación se utilizó un diseño no experimental este diseño según Hernández, Fernández y Baptista (2014) la describen como la investigación que se realiza sin manipular deliberadamente las variables, es decir, observar los fenómenos tal como en su contexto natural, y de corte transversal dado que recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único Hernández et al (2014)



Donde:

M = La muestra (trabajadores).

V1 = variable 1, Resiliencia

V2= variable 2, Bienestar Psicológico

r = correlación entre las dos variables

4.3. Operacionalización de variables

Variable	Tipo De Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Nº De Ítems	Valor Final	Criterio Para Asignar Valores
Resiliencia	Cualitativa	La capacidad humana de superar la adversidad". En otras palabras, es "un conjunto de cualidades personales positivas". Arranz, (2007).	la Resilience Scale (RS), de Wagnild & Young (1993), se encuentra formada por 25 ítems en escala tipo likert que va de 1 a 7, compuesta por cuatro dimensiones: competencia personal y de aceptación de sí mismo y de su vida.	Confianza y sentirse bien solo	Habilidad para creer en sí mismo, significado de libertad	10 ítems: 2, 3, 4, 5, 6, 8, 15, 16, 17, 18.	Alto Promedio Bajo Muy bajo	Alto 63 -69 Promedio 59-62 Bajo 54 – 58 M. bajo 19 - 52
				Perseverancia	Persistencia ante la adversidad.	5 ítems: 1, 10, 21, 23, 24	Alto Promedio Bajo Muy bajo	Alto 32 -35 Promedio 30-31 Bajo 28 – 29 M. bajo 10 - 27
				Ecuanimidad	Perspectiva balanceada de la vida	6 ítems: 7, 9, 11, 12, 13, 14	Alto Promedio Bajo Muy bajo	Alto 34 – 42 Promedio 32-33 Bajo 28 – 31 M. bajo 12 - 27
				Aceptación de uno mismo	Comprender el significado de la vida	4 ítems: 19, 20, 22, 25	Alto Promedio Bajo Muy bajo	Alto 24 - 28 Promedio 22-23 Bajo 19 – 21 M. bajo 7 - 18

Variable	Tipo De Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	N° De Ítems	Valor Final	Criterio Para Asignar Valores
Bienestar psicológico	Cualitativa	(Ryff y Keyes, 1995) Relaciona el bienestar psicológico con el estado mental y emocional que establece la actividad psíquico efectivo del individuo según su modelo individual y la forma de adaptarse a requerimientos internas y externas del área físico y social.	Se utiliza la definición de medida dada por el instrumento: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff	Auto aceptación	Actitud positiva hacia uno mismo	7 ítems: 1, 7, 8, 11, 17, 25, 34	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 31 – 36 N. alto 29 - 30 Normal 25 – 28 N. bajo 23 - 24 • Bajo 0 - 22
				Relaciones Positivas	relaciones interpersonales cálidas, satisfactorias y confiables.	7 ítems: 2, 13, 16, 18, 23, 31, 38	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 37 – 42 N. alto 32 - 36 Normal 30 – 31 N. bajo 26 - 29 • Bajo 0 – 25
				Autonomía	independencia y autodeterminación, capacidad de resistir las presiones sociales para tomar decisiones	8 ítems: 6, 19, 26, 29, 32, 36, 39	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 26 – 30 N. alto 23 - 25 Normal 21 – 22 N. bajo 18 - 20 • Bajo 0 - 17
				Propósito en la vida	sentido de autodirección, objetivos y metas en la vida	8 ítems: 9, 12, 14, 20, 22, 28, 33, 35	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 46 – 48 N. alto 41 - 45 Normal 35 – 40 N. bajo 31 - 34 • Bajo 0 - 30
				Crecimiento personal	sentimiento de desarrollo continuo	5 ítems: 4, 21, 24, 30, 37	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 31 – 36 N. alto 29 - 30 Normal 25 – 28 N. bajo 23 - 24 Bajo 0 - 22
				Dominio del entorno	Orientación con la realidad	6 ítems: 5, 11, 16, 22, 28 39	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 29 – 30 N. alto 27 – 28 Normal 24 – 26 N. bajo 22 - 23 • Bajo 0 - 21

4.4. Hipótesis general y específicas

4.4.1. Hipótesis general

La resiliencia se relaciona significativamente con el bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

4.4.2. Hipótesis específicas

H.E.1: Existe una relación significativa confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

H.E.2: Existe una relación significativa entre perseverancia y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

H.E.3: Existe una relación significativa entre ecuanimidad y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

H.E.4: Existe una relación significativa entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

4.5. Población – muestra

4.5.1. Población

Hernández et al (2014) define una población como es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones.

Para la presente investigación, la población estuvo conformada por 100 adultos trabajadores de la empresa privada Helena ubicada en la ciudad de Ica.

4.5.2. Muestra

“La muestra es, un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que llamamos población” (Hernández, et al. 2014).

Por otro lado, (Vara, 2012, p.222) precisa que, si la población es pequeña y se puede acceder a ella sin restricciones, entonces es mejor trabajar con toda. Por tanto, se trabajó con la totalidad de la población con el método no probabilístico debido a que la muestra no depende de probabilidades, sino en función a las características de la investigación (Hernández, et al., 2014 p176)

4.6. Técnicas e instrumentos: validación y confiabilidad

4.6.1. Técnica

La técnica que se utilizó en la investigación fue la encuesta, de acuerdo con Hernández et al. (2014) Un cuestionario consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir. Debe ser congruente con el planteamiento del problema e hipótesis.

4.6.2. Instrumentos

Para la recopilación de datos se utilizó como instrumentos la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y la Escala de bienestar psicológico de Ryff

1. Variable: Resiliencia

Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

Ficha técnica:

<i>Nombre del instrumento</i>	: Escala de Resiliencia (ER)
<i>Autores</i>	: G. M. Wagnild & H. M. Young
<i>Año</i>	: 1993
<i>Adaptado por</i>	: Humberto Castilla. et. al.
<i>Año de adaptación</i>	: 2014
<i>Ámbito de aplicación</i>	: Adolescentes y adultos
<i>Administración</i>	: Individual y colectiva

Descripción:

La Escala de Resiliencia (ER), es una prueba desarrollada por Wagnild y Young (1993) que puede servir como instrumento para establecer el nivel de resiliencia en los adolescentes y adultos, está compuesta por 25 ítems tipo Likert de siete puntos, cuya valoración está entre 1 (Totalmente en desacuerdo) y 7 (Totalmente de acuerdo), con una puntuación máxima posible de 175 y una mínima de 25.

La versión original contaba con 5 dimensiones, sin embargo, la adaptación hecha por Castilla et. al. (2014) obtuvo 4 factores compuesta por 10, 5, 6 y 4 ítems respectivamente.

Factor/ Dimensión	Ítems	Puntuación mínima	Puntuación máxima
F1. Confianza y sentirse bien solo	2, 3, 4, 5, 6, 8, 15, 16, 17, 18.	10	70
F2. Perseverancia	1, 10, 21, 23, 24.	5	35
F3. Ecuanimidad	7, 9, 11, 12, 13, 14.	6	42
F4. Aceptación de uno mismo	19, 20, 22, 25.	4	28

Validez

La determinación de la validez de constructo de la Escala de Resiliencia se emplearon las medidas de Kaiser-Meyer-Olkin (K-M-O) y el Test de Esfericidad de Barlett. La medida de adecuación KMO obtiene una puntuación de 0.919, calificado como meritoria, mientras que el test de Esfericidad de Barlett presentan un valor de 3483,503 significativo ($p= 0.000$)

Fiabilidad:

La escala total presenta una elevada consistencia interna mediante el coeficiente Alfa de Cronbach ($\alpha =.906$). Además, se ha determinado el coeficiente de mitades de Spearman-Brown (longitudes desiguales) $r= .848$; lo que respalda la alta confiabilidad de la Escala.

2. Variable: Bienestar psicológico

Escala de bienestar psicológico de Ryff

Ficha técnica:

Nombre del instrumento : Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

Autores : Carol Ryff.

<i>Año</i>	:1995
<i>Adaptado por</i>	: Pérez Basilio, Madelinne.
<i>Año de adaptación</i>	: (2017)
<i>Ámbito de aplicación</i>	: Adolescentes y adultos
<i>Administración</i>	: Individual y colectiva

Descripción:

La Escala de Bienestar Psicológico fue creada por Carol Ryff en el año 1995, adaptada al español por Diaz, et.al. (2006). La misma que fue adaptada y estandarizada por Pérez Basilio, Madelinne (2017) en la ciudad de Lima, dicha escala está compuesta por 39 ítems a los que los participantes responden utilizando un formato de respuesta tipo Likert, con puntuaciones comprendidas entre 1 al 6 según las siguientes opciones de respuesta: 6= “totalmente de acuerdo”, 5= “bastante de acuerdo”, 4 = “muy de acuerdo”, 3 = “medianamente de acuerdo”, 2 = “poco de acuerdo” y 1 = “totalmete desacuerdo”, para un total de 234 puntos como máximo. Además, esta escala cuenta con 5 ítems negativos es decir su valor de respuesta es inverso, dichos ítems son los siguientes: 17, 23, 15, 26, 21.

DIMENSIONES	ITEMS
Auto aceptación	1, 7, 13, 19, 25, 31
Dominio del entorno	5, 11, 16, 22, 28, 39
Relaciones positivas	2, 8, 14, 20, 26, 32
Crecimiento personal	24, 30, 34, 35, 36, 37, 38
Autonomía	3, 4, 9, 10, 15, 21, 27, 33
Propósito en la vida	6, 12, 17, 18, 23, 29

Validez

La escala bienestar psicológico, ha sido adaptado y validado en nuestro país por Pérez Basilio Madelinne (2017), el cual se realizó un estudio de normalización de la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff. Para determinar la validez de la escala se ejecutó un estudio de correlación entre la versión española, los cuales indicaron que representa bien los elementos teóricos esenciales de cada una de las dimensiones, siendo así en el análisis factorial confirmatorio no evidencio un nivel de ajuste satisfactorio al modelo teórico planteado, por lo cual, para mejorar la propiedad psicométrica, se desarrolló una versión corta (Pérez, 2017)

Fiabilidad:

El coeficiente de confiabilidad para la escala de bienestar psicológica fue de 0,84 a 0,70 (Pérez, 2017).

4.7. Recolección de datos

En cuanto al procedimiento de la recolección de datos, primero se solicitó los permisos pertinentes a la empresa Helena S.A.C el cual fue recibido por el jefe de recursos humanos, aceptada la solicitud se procedió a asistir a las instalaciones para aplicar los instrumentos, en seguida se procedió a encuestar a los trabajadores en la modalidad presencial través de los cuestionarios y escalas físicos, ambas de manera individual, la aplicación de los instrumentos de evaluación tuvieron una duración de 20 minutos por participante, aplicando a 100 trabajadores en total, una vez resueltos los cuestionarios, se procedió a trasladar los datos al programa SPSS versión 23 para el análisis estadístico considerando la hipótesis.

4.8. Técnicas de análisis e interpretación de datos

En cuanto al análisis e interpretación

Ya obtenida la información a través de la aplicación del cuestionario se inició el análisis de manera sistemática y centrada en los objetivos de la investigación, posteriormente se llevó a cabo la tabulación de los datos en la matriz de base que se procesó. Luego se elaboraron las tablas de frecuencias y porcentajes para dar paso a los gráficos estadísticos y finalmente se presentan los resultados correlacionales para la contratación de hipótesis.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de resultados descriptivos

Tabla 1. Características sociodemográficas

Sexo		
	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Femenino	65	65%
Masculino	35	35%
Edad		
18 a 23 años	49	49%
24 a 35 años	45	45%
36 a 55 años	5	5%
56 a 70 años	1	1%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

Se observa en la tabla 1 que el sexo femenino prevaleció en la muestra seleccionada, representando el 65% de los trabajadores; mientras que el 35% restante pertenecen al sexo masculino.

Con respecto a la edad, el grupo etario comprendido entre los 18 a 23 años fue el predominante con 49%, seguido del grupo conformado por trabajadores de 24 a 35 años con 45%. Seguidamente el grupo de 36 a 55 años representa el

5% y finalmente el grupo minoritario fue el conformado por trabajadores de 56 a 70 años representando el 1% de la muestra.

Tabla 2. Nivel de resiliencia

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Muy bajo	0	0%
Bajo	0	0%
Promedio	25	25%
Alto	75	75%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

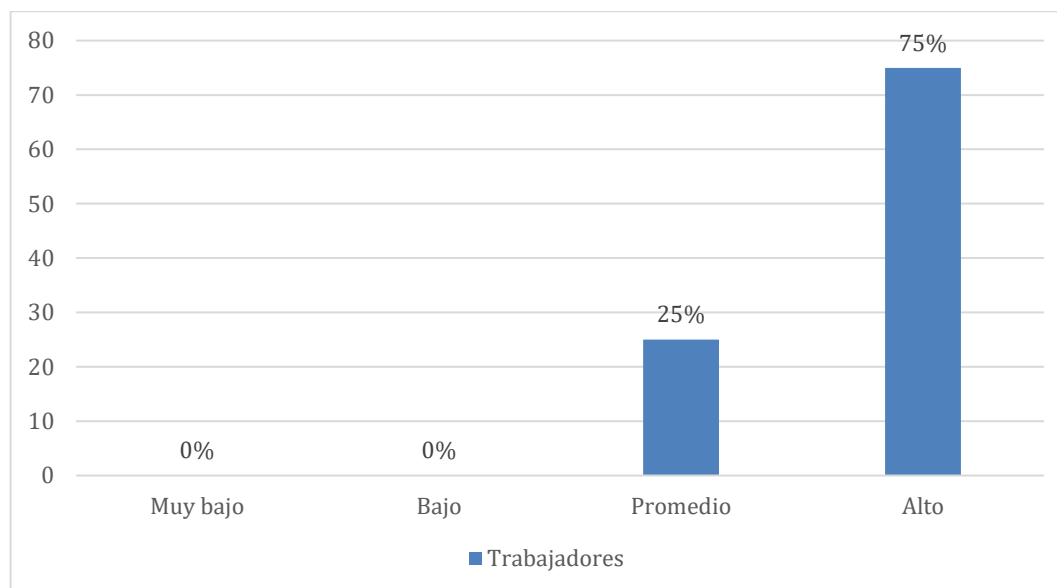


Grafico 1. Nivel de resiliencia

En la tabla 2 y el gráfico 1, se observa que el 75% de los trabajadores presenta un nivel alto de resiliencia y el 25% restante presenta un nivel promedio de resiliencia. Se puede evidenciar que la mayoría de encuestados presenta un nivel alto de resiliencia.

Tabla 3. Nivel de la dimensión confianza y sentirse bien solo

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Muy bajo	30	30%
Bajo	30	30%
Promedio	28	28%
Alto	12	12%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

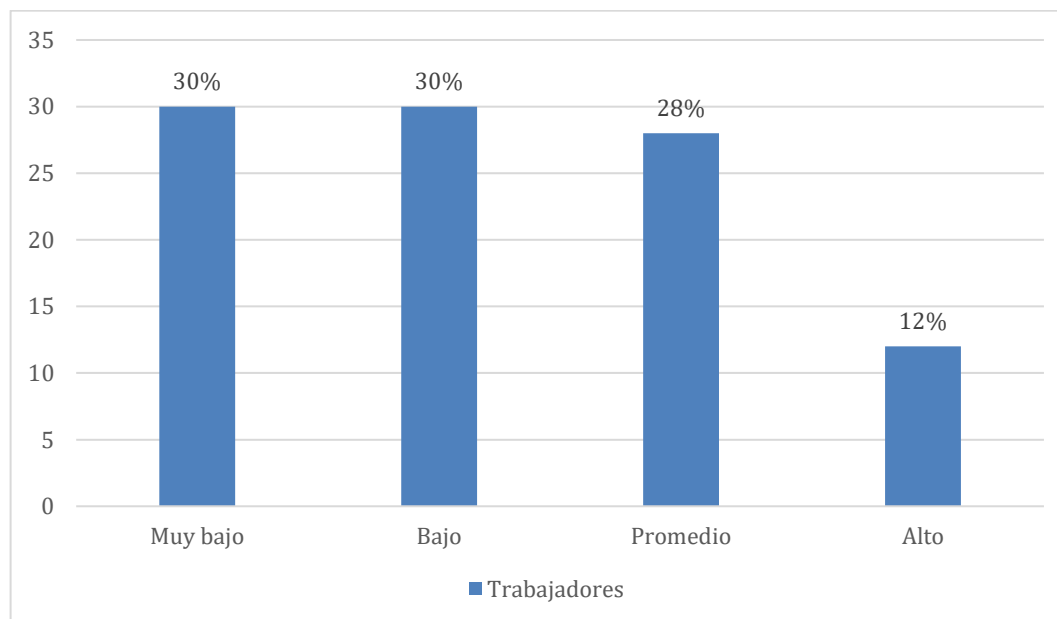


Grafico 2. Nivel de la dimensión confianza y sentirse bien solo

En la tabla 3 y el gráfico 2 se observa los resultados obtenidos en la dimensión confianza y sentirse bien solo de la variable resiliencia. El 30% de los encuestados presento un nivel muy bajo y bajo en dicha dimensión, seguido del 28% que presenta un nivel promedio. Finalmente, el 12% de los trabajadores presenta un nivel alto en dicha dimensión. Ello indica que una minoría de la muestra de estudio presenta nivel alto en la dimensión confianza y sentirse bien solo.

Tabla 4. Nivel de la dimensión perseverancia

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Muy bajo	28	28%
Bajo	27	27%
Promedio	29	29%
Alto	16	16%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

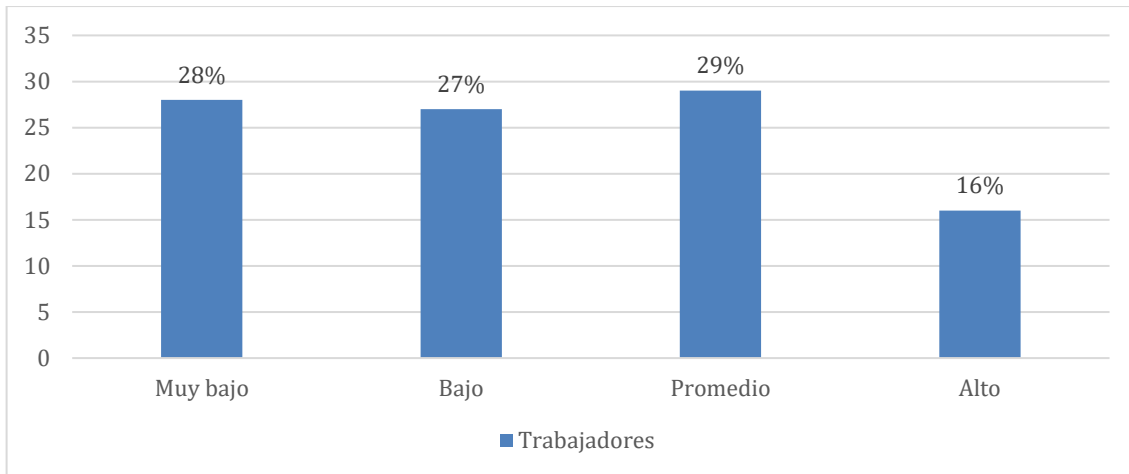


Grafico 3. Nivel de la dimensión perseverancia

En la tabla 4 y el gráfico 3 se muestran los resultados obtenidos en la dimensión perseverancia de la variable resiliencia. Se puede apreciar que el 29% de los encuestados presenta un nivel promedio en dicha dimensión, seguido del 28% que presenta un nivel muy bajo. Asimismo, el 27% presenta un nivel bajo y finalmente el 16% presenta un nivel alto en la dimensión perseverancia. Por ello, se puede apreciar que la mayor cantidad de trabajadores presentan un nivel por debajo del promedio en la dimensión perseverancia.

Tabla 5. Nivel de la dimensión ecuanimidad

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Muy bajo	9	9%
Bajo	20	20%
Promedio	8	8%
Alto	63	63%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

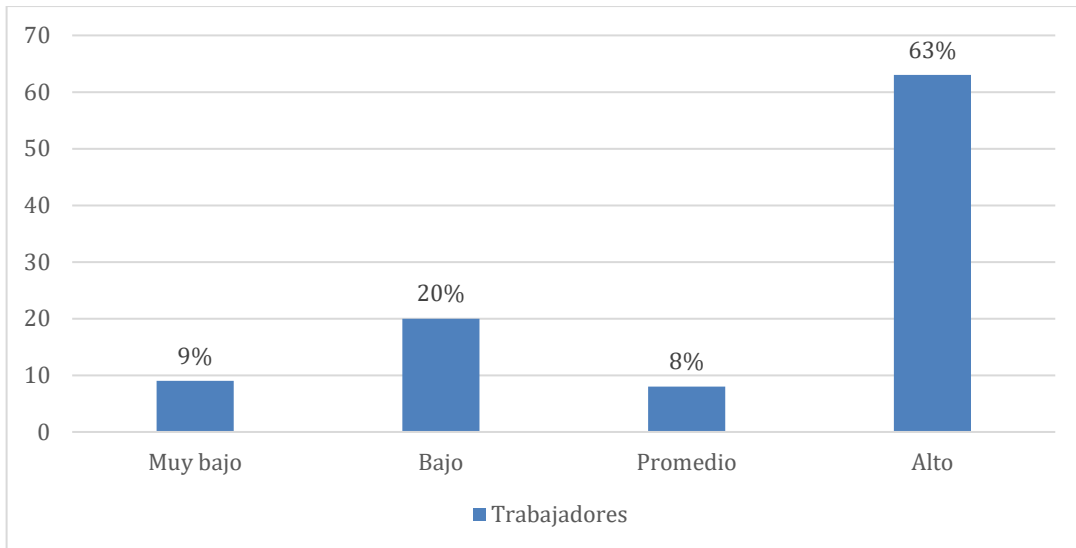


Grafico 4. Nivel de la dimensión ecuanimidad

En la tabla 5 y el gráfico 4 se observa los resultados obtenidos en la dimensión ecuanimidad de la variable resiliencia. Se observa que el 63% presenta un nivel alto en dicha dimensión, seguido del 20% que presenta un nivel bajo. Asimismo, el 9% presenta un nivel muy bajo y finalmente, el 8% presenta un nivel promedio en la dimensión ecuanimidad. Por ello, se puede observar que la mayoría de colaboradores presenta un nivel alto en dicha dimensión.

Tabla 6. Nivel de la dimensión aceptación de uno mismo

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Muy bajo	14	14%
Bajo	27	27%
Promedio	17	17%
Alto	42	42%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

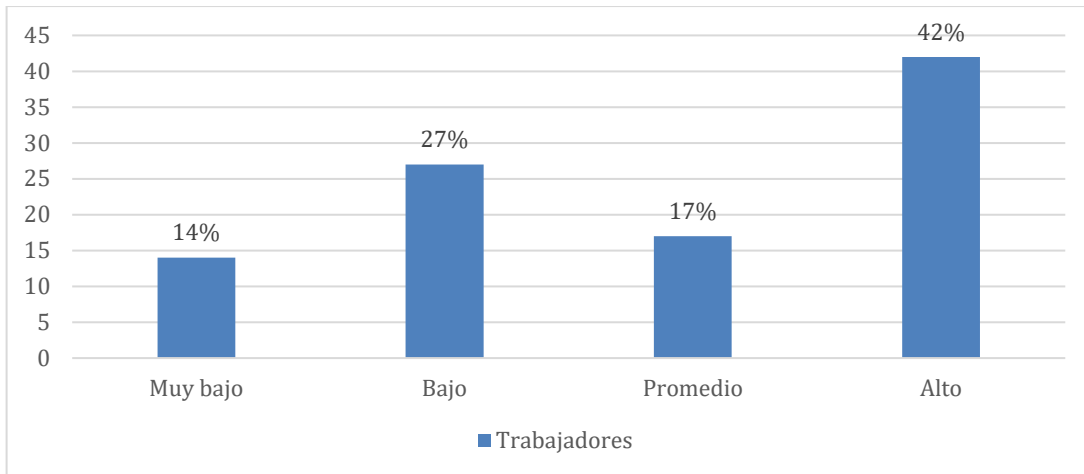


Grafico 5. Nivel de la dimensión aceptación de uno mismo

En la tabla 6 y el gráfico 5 se observa los resultados obtenidos en la dimensión aceptación de uno mismo de la variable resiliencia. Se observa que el 42% presenta un nivel alto, seguido del 27% que presenta un nivel bajo en dicha dimensión. Asimismo, el 17% presenta un nivel promedio y finalmente, el 14% presenta un nivel muy bajo en la dimensión aceptación de uno mismo. Por ello, se puede observar que la mayoría de trabajadores presentan un nivel alto en dicha dimensión.

Tabla 7. Nivel de Bienestar Psicológico

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Bajo	0	0%
Normal bajo	7	7%
Normal	7	7%
Normal alto	62	62%
Alto	24	24%
Total	100	100%

Fuente: Data de instrumento utilizado

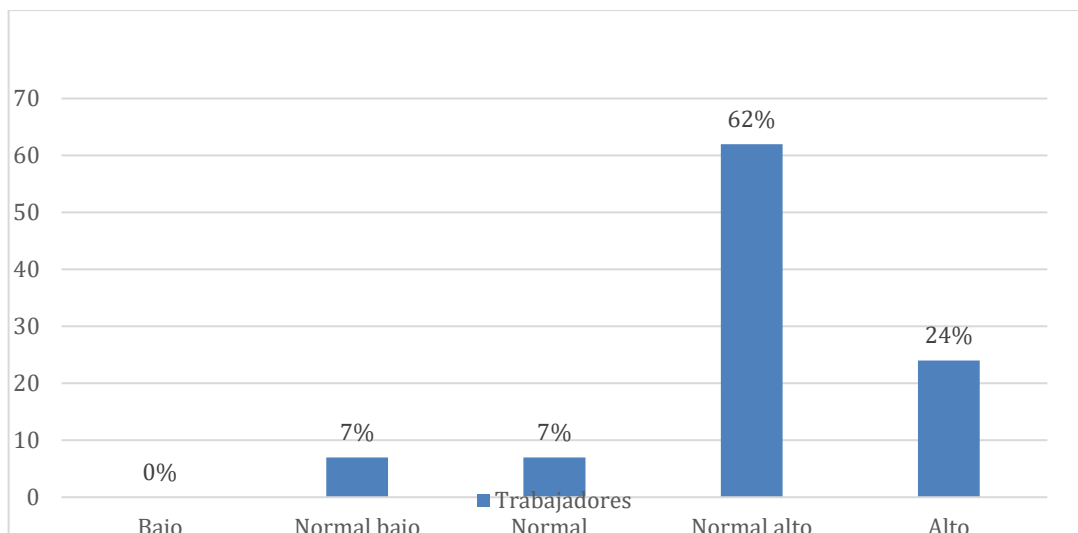


Grafico 6. Nivel de bienestar psicológico

En la tabla 7 y el gráfico 6 se puede observar los resultados obtenidos del nivel de bienestar psicológico, donde se puede observar que el 62% presenta un nivel normal alto, seguido del 24% que presenta un nivel alto. Asimismo, el 7% presenta un nivel normal y normal bajo. Por ello, se puede indicar que la mayor cantidad de trabajadores presenta un nivel normal alto de bienestar psicológico.

Tabla 8. Nivel de la dimensión autoaceptación

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Bajo	14	14%
Normal bajo	8	8%
Normal	21	21%
Normal alto	16	16%
Alto	41	41%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

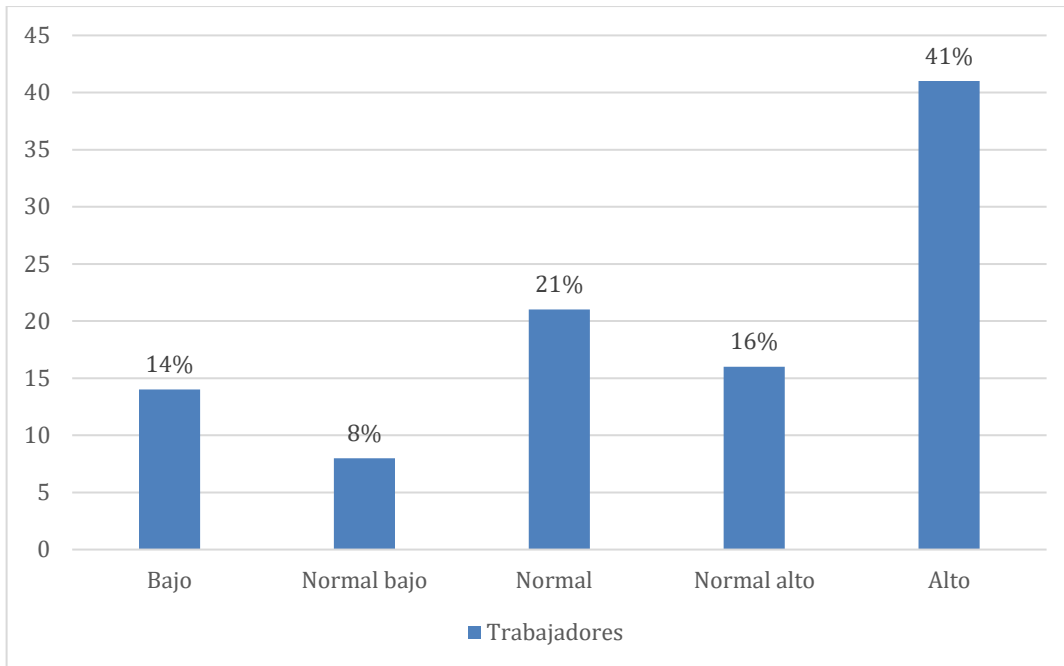


Grafico 7. Nivel de la dimensión autoaceptación

En la tabla 8 y el gráfico 7 se observa los resultados obtenidos de la dimensión autoaceptación de la variable bienestar psicológico. El 41% de los encuestados presenta un nivel alto, seguido del 21% que presenta un nivel normal. Asimismo, el 16% presenta un nivel normal alto, seguido del 14% que presenta un nivel bajo, finalmente, el 8% presenta un nivel normal bajo. Por ello, se puede indicar que la mayoría de trabajadores presenta un nivel alto en la dimensión autoaceptación.

Tabla 9. Nivel de la dimensión relaciones positivas

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Bajo	19	19%
Normal bajo	30	30%
Normal	5	5%
Normal alto	35	35%
Alto	11	11%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

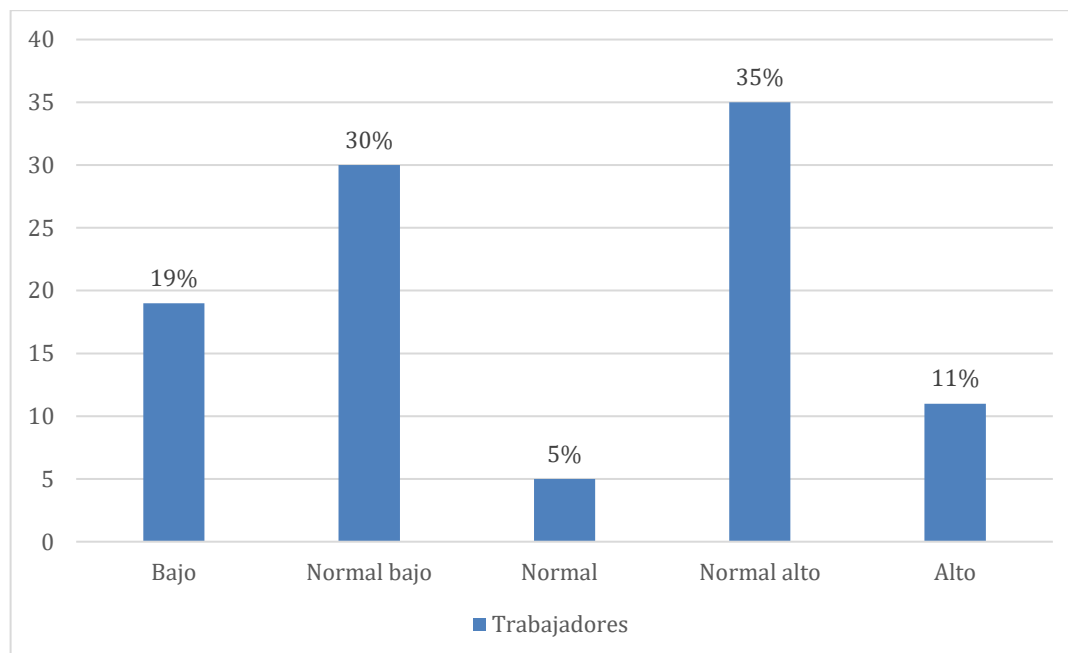


Gráfico 8. Nivel de la dimensión relaciones positivas

En la tabla 9 y el gráfico 8 se observa los resultados obtenidos en la dimensión relaciones positivas de la variable bienestar psicológico. Se observa que el 35% presenta un nivel normal alto, seguido del 30% que presenta un nivel normal

bajo. Asimismo, el 19% presenta un nivel bajo, seguido del 11% que presenta un nivel alto; finalmente, el 5% presenta un nivel normal. Por ello, se puede visualizar que la mayoría de trabajadores presenta un nivel normal alto.

Tabla 10. Nivel de la dimensión autonomía

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Bajo	7	7%
Normal bajo	5	5%
Normal	1	1%
Normal alto	2	2%
Alto	85	85%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

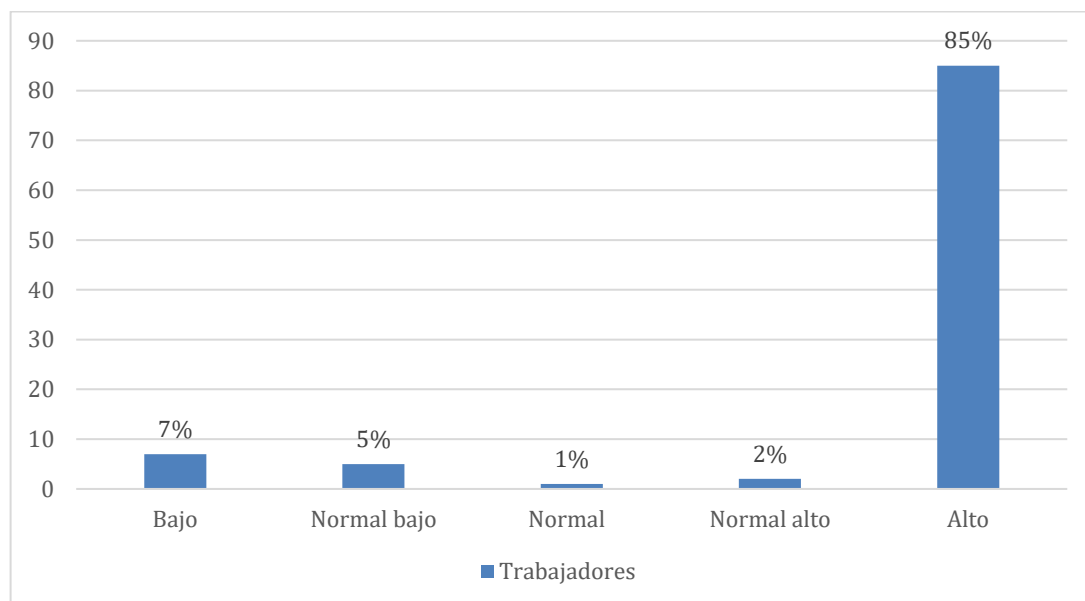


Grafico 9. Nivel de la dimensión autonomía

En la tabla 10 y el gráfico 9 se observa los resultados obtenidos en la dimensión autonomía de la variable bienestar psicológico. El 85% de los encuestados presenta un nivel alto, seguido del 7% que presenta un nivel bajo. Asimismo, el 5% presenta un nivel normal bajo, seguido del 2% que presenta un nivel normal alto; finalmente, el 1% presenta un nivel normal. Por ello, se observa que la mayoría de trabajadores presenta un nivel alto en la dimensión autonomía.

Tabla 11. Nivel de la dimensión Propósito en la vida

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Bajo	39	39%
Normal bajo	12	12%
Normal	26	26%
Normal alto	10	10%
Alto	13	13%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

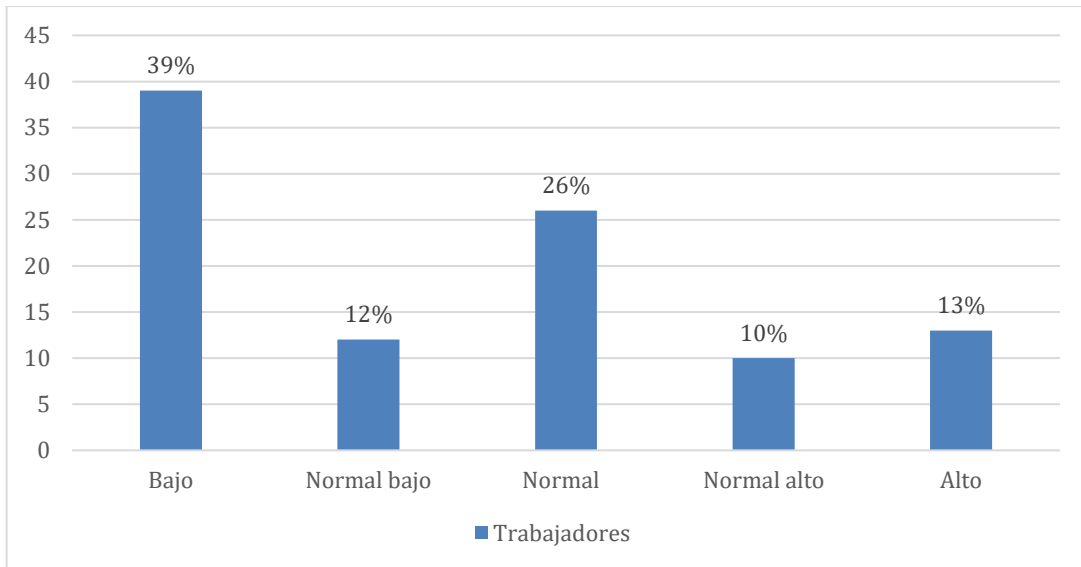


Grafico 10. Nivel de la dimensión propósito en la vida

En la tabla 11 y el gráfico 10, se observa los resultados obtenidos de la dimensión propósito en la vida de la variable bienestar psicológico. Se observa que el 39% presenta un nivel bajo, seguido del 26% que presenta un nivel normal. Asimismo, el 13% presenta un nivel alto, seguido del 12% que presenta un nivel normal bajo; finalmente, el 10% presenta un nivel normal alto. Por ello, se puede indicar que la mayoría de trabajadores presenta un nivel bajo en la dimensión propósito en la vida.

Tabla 12. Nivel de la dimensión crecimiento personal

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Bajo	41	41%
Normal bajo	7	7%
Normal	38	38%
Normal alto	14	14%
Alto	0	0%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

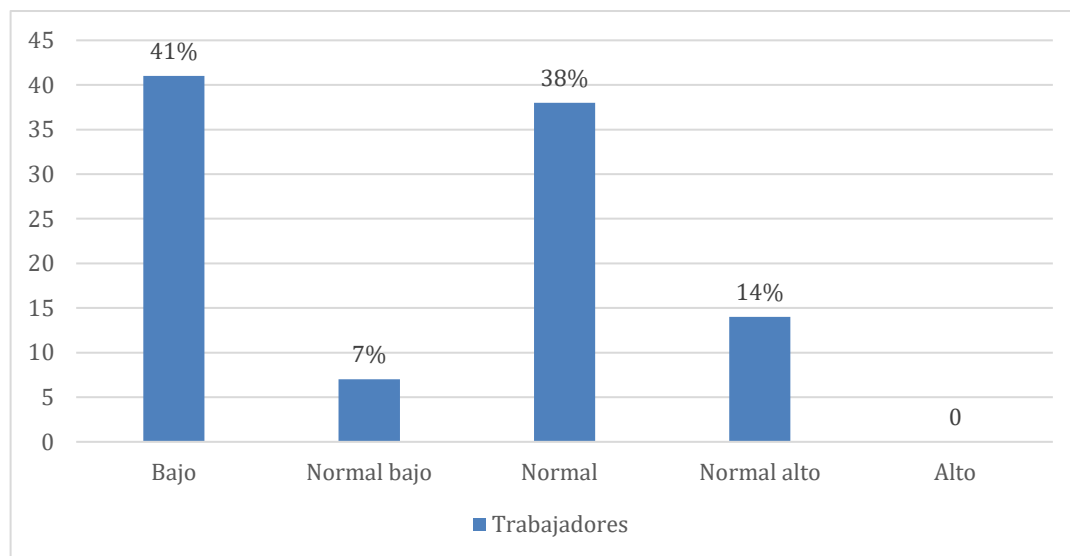


Gráfico 11. Nivel de la dimensión crecimiento personal

En la tabla 12 y el gráfico 11, se puede observar los resultados obtenidos en la dimensión crecimiento personal de la variable bienestar psicológico. Se observa que el 41% de los encuestados presenta un nivel bajo, seguido del 38% que presenta un nivel normal. Asimismo, el 14% presenta un nivel normal alto;

finalmente el 7% presenta un nivel normal bajo. Por ello, se puede indicar que la mayoría de trabajadores presenta un nivel bajo en la dimensión crecimiento personal.

Tabla 13. Nivel de la dimensión dominio del entorno

	Frecuencia	Porcentaje
	<i>f</i>	%
Bajo	52	52%
Normal bajo	13	13%
Normal	24	24%
Normal alto	3	3%
Alto	8	8%
Total	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

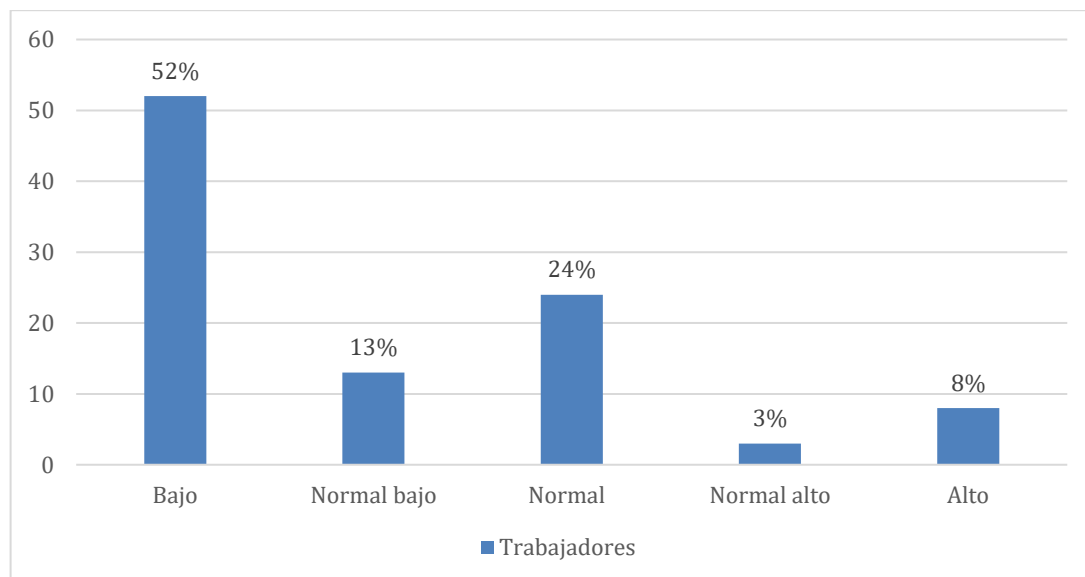


Grafico 12. Nivel de la dimensión dominio del entorno

En la tabla 13 y el gráfico 12, se puede observar los resultados obtenidos en la dimensión dominio del entorno de la variable bienestar psicológico. Se puede observar que el 52% de los encuestados presentan un nivel bajo, seguido del 24% que presenta un nivel normal. Asimismo, el 13% presenta un nivel normal bajo, seguido del 8% que presenta un nivel alto; finalmente, el 3% presenta un nivel normal alto en dicha dimensión. Por ello, se puede indicar que la mayoría de trabajadores presenta un nivel bajo en la dimensión dominio del entorno.

5.2. Presentación de resultados tablas cruzadas

Tabla 14. Frecuencia y porcentaje de la resiliencia y bienestar psicológico

		Bienestar Psicológico											
		Bajo		Normal bajo		Normal		Normal alto		Alto		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Resiliencia	Muy bajo	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
	Bajo	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
	Promedio	0	0%	2	2%	7	7%	16	16%	0	0%	25	25%
	Alto	0	0%	5	5%	0	0%	46	46%	24	24%	75	75%
Total		0	0%	7	7%	7	7%	62	62%	24	24%	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

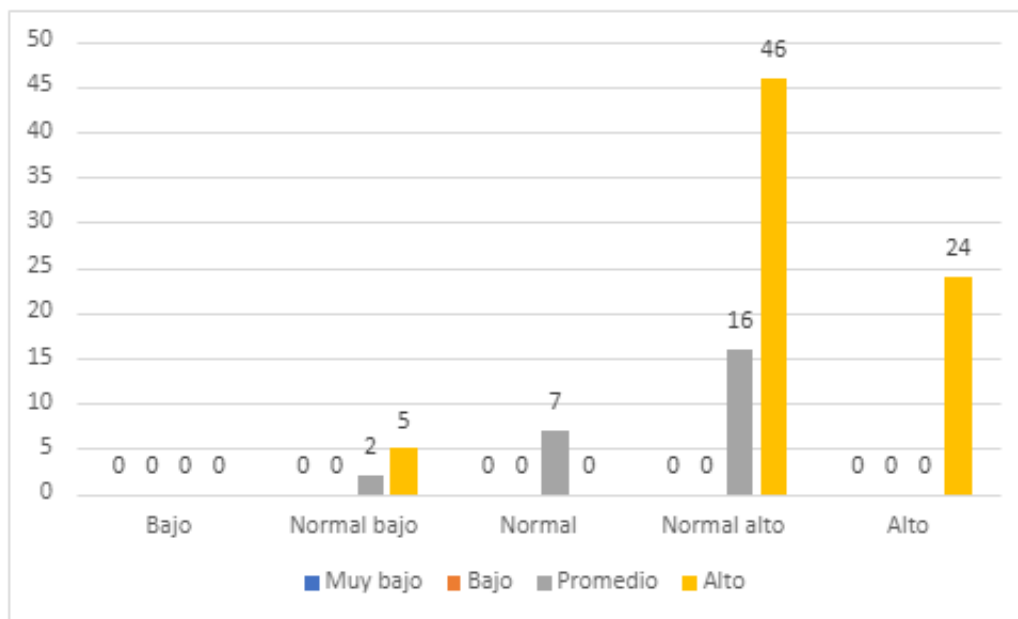


Gráfico 13. Frecuencia de la resiliencia y bienestar psicológico

En la tabla 14 y el gráfico 13, se observa la frecuencia de la variable resiliencia y la variable bienestar psicológico. Se observa que el 16% de trabajadores que presentan un nivel normal alto en bienestar psicológico presentan un nivel promedio en la variable resiliencia. Asimismo, el 46% de las personas que presentan un nivel alto en bienestar psicológico y presentan un nivel alto en resiliencia.

Tabla 15. Frecuencia y porcentaje de la confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico

		Bienestar Psicológico										Total	%
		Bajo		Normal bajo		Normal		Normal alto		Alto			
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Confianza y sentirse bien solo	Muy bajo	0	0%	2	2%	7	7%	16	16%	5	5%	30	30%
	Bajo	0	0%	5	5%	0	0%	23	23%	2	2%	30	30%
	Promedio	0	0%	0	0%	0	0%	21	21%	7	7%	28	28%
	Alto	0	0%	0	0%	0	0%	2	2%	10	10%	12	12%
Total		0	0%	7	7%	7	7%	62	62%	24	24%	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

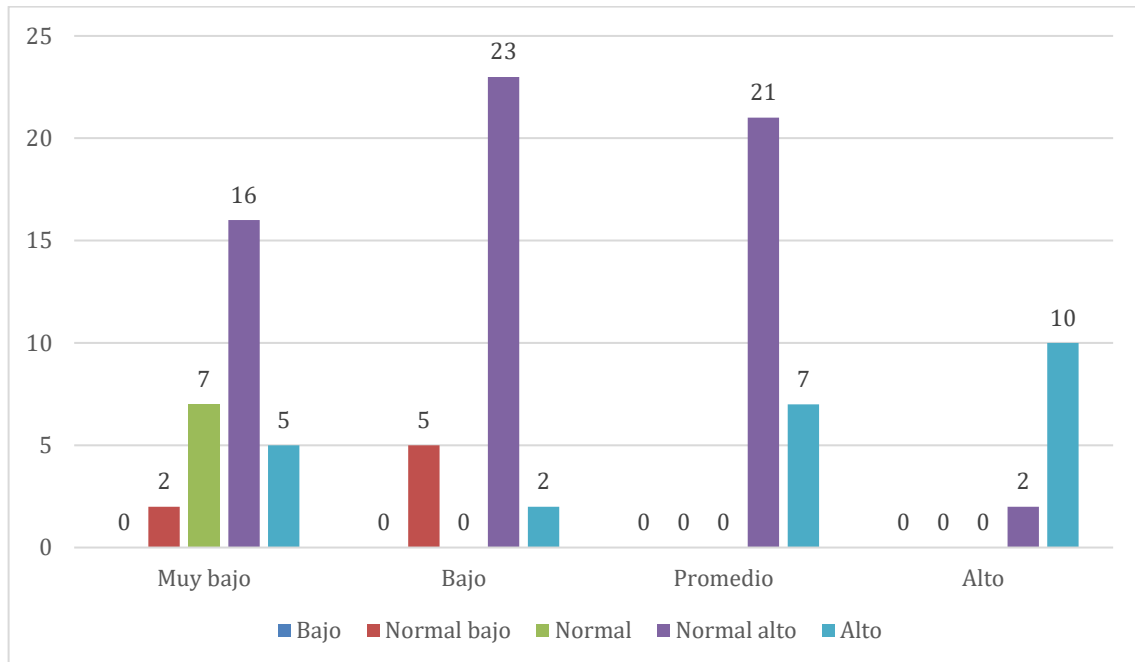


Gráfico 15. Frecuencia de la confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico

En la tabla 15 y el gráfico 14, se observa la frecuencia de la dimensión confianza y sentirse bien solo de la variable resiliencia y la variable bienestar psicológico. Se observa que el 16% de trabajadores que presentan un nivel normal alto en bienestar psicológico y presentan un nivel muy bajo en confianza y sentirse bien solo. Asimismo, el 23% de las personas que presentan un nivel normal alto en bienestar psicológico presentan un nivel bajo de confianza y sentirse bien solo. Además, el 21% de participantes que presenta un nivel normal alto en la variable bienestar psicológico presenta un nivel promedio en dicha dimensión. Finalmente, el 10% de trabajadores que presenta un nivel alto de bienestar psicológico presentaron un nivel alto en la dimensión confianza y sentirse bien solo.

Tabla 16. Frecuencia y porcentaje de la perseverancia y bienestar psicológico

Bienestar Psicológico													
		Bajo		Normal bajo		Normal		Normal alto		Alto		Total	%
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Perseverancia	Muy bajo	0	0%	1	1%	7	7%	20	20%	0	0%	28	28%
	Bajo	0	0%	6	6%	0	0%	20	20%	1	1%	27	27%
	Promedio	0	0%	0	0%	0	0%	22	22%	7	7%	29	29%
	Alto	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	16	16%	16	16%
Total		0	0%	7	7%	7	7%	62	62%	24	24%	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

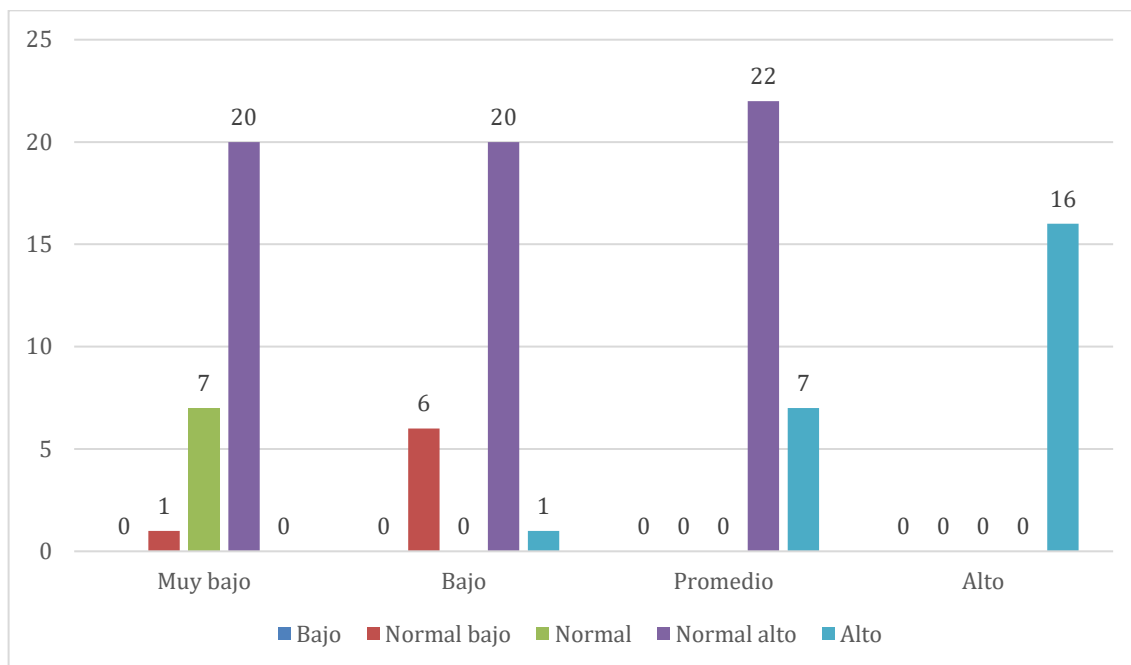


Gráfico 15. Frecuencia de la perseverancia y bienestar psicológico

En la tabla 16 y el gráfico 15 se observa la frecuencia de la dimensión perseverancia de la variable resiliencia y la variable bienestar psicológico. Se observa que el 20% de trabajadores que presentan un nivel normal alto en

bienestar psicológico y presentan un nivel muy bajo en perseverancia. Asimismo, el 20% de las personas que presentan un nivel normal alto en bienestar psicológico presentan un nivel bajo de perseverancia.

Además, el 22% de participantes que presenta un nivel normal alto en la variable bienestar psicológico presenta un nivel promedio en dicha dimensión. Finalmente, el 16% de trabajadores que presenta un nivel alto de bienestar psicológico presentaron un nivel alto en la dimensión perseverancia.

Tabla 17. Frecuencia y porcentaje de la ecuanimidad y bienestar psicológico

		Bienestar Psicológico											
		Bajo		Normal bajo		Normal		Normal alto		Alto		Total	%
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Ecuanimidad	Muy bajo	0	0%	2	2%	2	2%	5	5%	0	0%	9	9%
	Bajo	0	0%	5	5%	5	5%	10	10%	0	0%	20	20%
	Promedio	0	0%	0	0%	0	0%	8	8%	0	0%	8	8%
	Alto	0	0%	0	0%	0	0%	39	39%	24	24%	63	63%
Total		0	0%	7	7%	7	7%	62	62%	24	24%	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

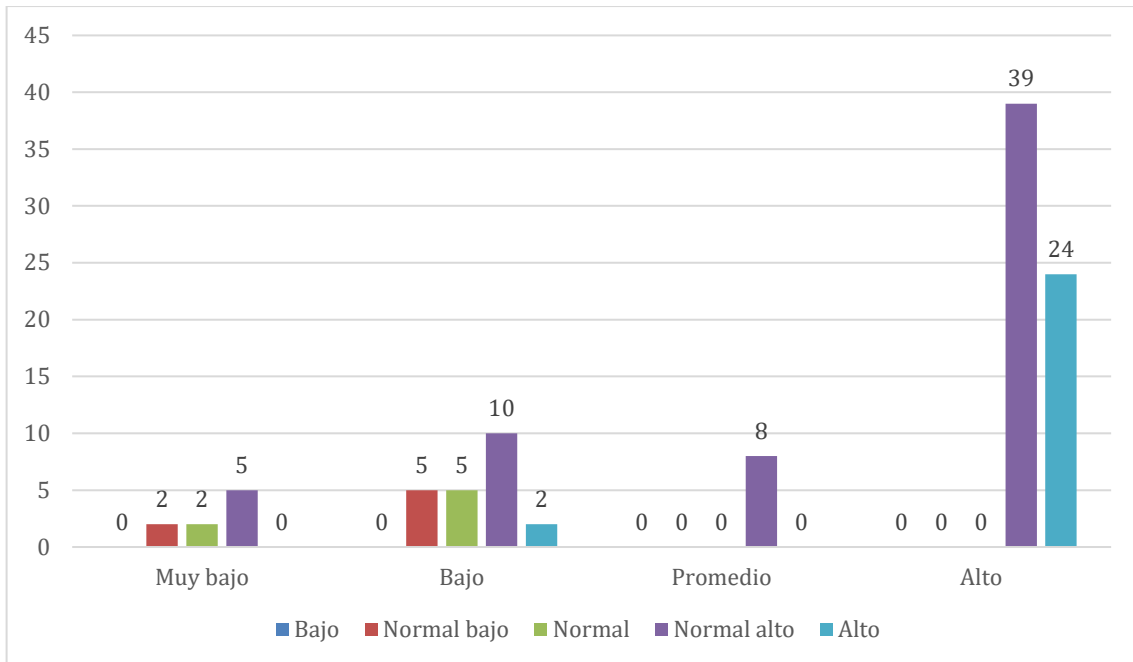


Gráfico 16. Frecuencia de la ecuanimidad y bienestar psicológico

En la tabla 17 y el gráfico 16 se observa la frecuencia de la dimensión ecuanimidad de la variable resiliencia y la variable bienestar psicológico. Se observa que el 5% de trabajadores que presentan un nivel normal alto en bienestar psicológico y presentan un nivel muy bajo en ecuanimidad. Asimismo, el 10% de las personas que presentan un nivel normal alto en bienestar psicológico presentan un nivel bajo de ecuanimidad.

Además, el 8% de participantes que presenta un nivel normal alto en bienestar psicológico presenta un nivel promedio en dicha dimensión. Finalmente, el 39% de trabajadores que presenta un nivel alto de bienestar psicológico presentaron un nivel alto en la dimensión ecuanimidad.

Tabla 18. Frecuencia y porcentaje de la aceptación de uno mismo y bienestar psicológico

		Bienestar Psicológico										Total	%
		Bajo		Normal bajo		Normal		Normal alto		Alto			
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Aceptación de uno mismo	Muy bajo	0	0%	1	1%	1	1%	12	12%	0	0%	14	14%
	Bajo	0	0%	0	0%	6	6%	20	20%	1	1%	27	27%
	Promedio	0	0%	0	0%	0	0%	13	13%	4	4%	17	17%
	Alto	0	0%	6	6%	0	0%	17	17%	19	19%	42	42%
Total		0	0%	7	7%	7	7%	62	62%	24	24%	100	100%

Fuente: Data del instrumento utilizado

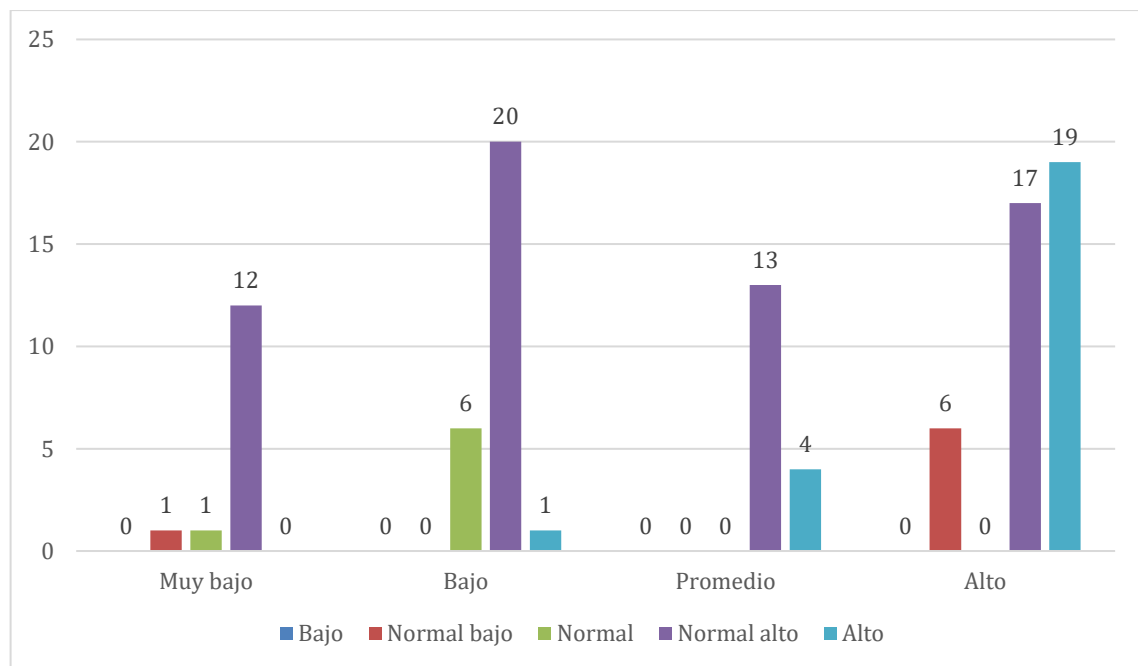


Grafico 17. Frecuencia de la aceptación de uno mismo y bienestar psicológico

En la tabla 18 y el gráfico 17 se observa la frecuencia de la dimensión aceptación de uno mismo de la variable resiliencia y la variable bienestar psicológico. Se observa que el 12% de trabajadores que presentan un nivel normal alto en bienestar psicológico y presentan un nivel muy bajo en aceptación de uno mismo. Asimismo, el 20% de las personas que presentan un nivel normal alto en bienestar psicológico presentan un nivel bajo de aceptación de uno mismo.

Además, el 22% de participantes que presenta un nivel normal alto en la variable bienestar psicológico presenta un nivel promedio en dicha dimensión. Finalmente, el 16% de trabajadores que presenta un nivel alto de bienestar psicológico presentaron un nivel alto en la dimensión aceptación de uno mismo.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis de los resultados - prueba de hipótesis

En el presente capítulo se muestra el análisis de los datos desde una estadística inferencial. Para ello, en primer lugar, se aplicó una prueba de normalidad para determinar si los datos recolectados presentan una distribución normal o no se ajusta a la normalidad y en función de ello utilizar pruebas paramétricos o no paramétricos. Las pruebas de normalidad son la de Kolmogorov Smirnov cuando la muestra excede los 50 participantes y Shapiro Wilk cuando la muestra es menor a 50, en el presente caso que la muestra está conformada por 100 trabajadores se utilizó la prueba de Kolmogorov Smirnov.

En el presente caso se utilizaron las pruebas no paramétricas debido a que la distribución no se ajustó a la normalidad, dentro de las pruebas no paramétricas para las correlaciones se utiliza Rho de Spearman.

Tabla 19. Pruebas de normalidad de Kolmogorov- Smirnov

	Kolmogorov- Smirnov			Shapiro- Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Resiliencia	,084	100	,076	,978	100	,089
Bienestar Psicológico	,127	100	,000	,912	100	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 19, se observa la prueba de normalidad de Kolmogorov- Smirnov, donde se puede apreciar que la significancia en la variable resiliencia es de ,076 < 0,05, por lo cual presenta una distribución normal; sin embargo, para la variable bienestar psicológico es ,000 < 0,05; por lo cual presenta una

distribución que no se ajusta a la normalidad. Por lo tanto, se utilizarán las pruebas no paramétricas y en el caso de la correlación el coeficiente de correlación Rho de Spearman.

Prueba de hipótesis general

HG: La resiliencia se relaciona significativamente con el bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

H0: La resiliencia no se relaciona significativamente con el bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

Nivel de significancia

$\alpha=0,05$

Estadístico de prueba

Rho de Spearman

Toma de decisión

$p \geq \alpha$ = no se rechaza la hipótesis nula H0

$p < \alpha$ = se rechaza la hipótesis nula H0

Tabla 20. Correlación entre resiliencia y bienestar psicológico

			Resiliencia	Bienestar psicológico
Rho de Spearman	Resiliencia	Coefficiente de correlación	1,000	,737**
		Sig. (bilateral)		,000
	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	,737**	1,000

Sig. (bilateral) ,000

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

Al realizar la prueba de hipótesis se puede observar que la correlación Rho de Spearman obtuvo un valor de ,737 que muestra una relación positiva considerable. Asimismo, resulta una correlación significativa, debido a que la significancia fue de 0,000. Es decir, es menor a 0,05, por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. En conclusión, la resiliencia se relaciona significativamente con el bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

Hipótesis específica 01:

H1: Existe una relación significativa confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

H0: No existe una relación significativa confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

Nivel de significancia

$\alpha=0,05$

Estadístico de prueba

Rho de Spearman

Toma de decisión

$p \geq \alpha$ = no se rechaza la hipótesis nula H0

$p < \alpha$ = se rechaza la hipótesis nula H0

Tabla 21. Correlación entre confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico

			Confianza y sentirse bien solo	Bienestar psicológico
Rho de Spearman	Confianza y sentirse bien solo	Coefficiente de correlación	1,000	,517**
		Sig. (bilateral)		,000
	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	,517**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	

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

Al realizar la prueba de hipótesis se puede observar que la correlación Rho de Spearman obtuvo un valor de ,517 que muestra una relación positiva considerable. Asimismo, resulta una correlación significativa, debido a que la significancia fue de 0,000. Es decir, es menor a 0,05, por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Por lo tanto, existe una relación significativa confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

Hipótesis específica 02:

H2: Existe una relación significativa entre perseverancia y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

H0: No existe una relación significativa entre perseverancia y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

Nivel de significancia

$\alpha=0,05$

Estadístico de prueba

Rho de Spearman

Toma de decisión

$p \geq \alpha =$ no se rechaza la hipótesis nula H0

$p < \alpha =$ se rechaza la hipótesis nula H0

Tabla 22. Correlación entre perseverancia y bienestar psicológico

			Perseverancia	Bienestar psicológico
Rho de Spearman	Perseverancia	Coeficiente de correlación	1,000	,488**
		Sig. (bilateral)		,000
	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación	,488**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	

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

Al realizar la prueba de hipótesis se puede observar que la correlación Rho de Spearman obtuvo un valor de ,488 que muestra una relación positiva media. Asimismo, resulta una correlación significativa, debido a que la significancia fue

de 0,000. Es decir, es menor a 0,05, por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. En conclusión, existe una relación significativa entre perseverancia y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

Hipótesis específica 03:

H3: Existe una relación significativa entre ecuanimidad y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

H0: No existe una relación significativa entre ecuanimidad y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

Nivel de significancia

$\alpha=0,05$

Estadístico de prueba

Rho de Spearman

Toma de decisión

$p \geq \alpha$ = no se rechaza la hipótesis nula H0

$p < \alpha$ = se rechaza la hipótesis nula H0

Tabla 23. Correlación entre ecuanimidad y bienestar psicológico

			Ecuanimidad	Bienestar psicológico
Rho de Spearman	Ecuanimidad	Coefficiente de correlación	1,000	,801**
		Sig. (bilateral)		,000
	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	,801**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	

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

Al realizar la prueba de hipótesis se puede observar que la correlación Rho de Spearman obtuvo un valor de ,801 que muestra una relación positiva muy fuerte. Asimismo, resulta una correlación significativa, debido a que la significancia fue de 0,000. Es decir, es menor a 0,05, por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. En conclusión, existe una relación significativa entre ecuanimidad y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

Hipótesis específica 04:

H4: Existe una relación significativa entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

H0: No existe una relación significativa entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

Nivel de significancia

$\alpha=0,05$

Estadístico de prueba

Rho de Spearman

Toma de decisión

$p \geq \alpha$ = no se rechaza la hipótesis nula H_0

$p < \alpha$ = se rechaza la hipótesis nula H_0

Tabla 24. Correlación entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico

		Aceptación de uno mismo	Bienestar psicológico
Rho de Spearman	Aceptación de uno mismo	1,000	,570**
			,000
	Bienestar Psicológico	,570**	1,000
			,000

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

Al realizar la prueba de hipótesis se puede observar que la correlación Rho de Spearman obtuvo un valor de ,570 que muestra una relación positiva considerable. Asimismo, resulta una correlación significativa, debido a que la significancia fue de 0,000. Es decir, es menor a 0,05, por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. En conclusión, existe una relación significativa entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

6.2. Comparación resultados con antecedentes

A nivel internacional, tomando como referencia a Hernández León, Caldera Montes, Reynoso González, Caldera Zamora y Salcedo Orozco (2020) quienes encontraron que un nivel de estudios adecuado contribuye a fortalecer la capacidad de resiliencia, se puede contradecir en cierta medida con los resultados obtenidos, ya que en los trabajadores encuestados se encontró un nivel promedio y alto en la capacidad de resiliencia, sin embargo, la mayoría no tiene un grado de instrucción superior, debido a que realizan trabajo como operario. Asimismo, Mogollón Camacho, Ríay Correa y Toquica Gil (2018) encontraron que la resiliencia tiene una relación positiva con el estrés, lo cual se asemeja a los resultados obtenidos ya que teniendo en cuenta el contexto de pandemia por Covid-19 que es un factor estresante y también el trabajar bajo presión como son las actividades de la empresa seleccionada a pesar de eso, los trabajadores presentan niveles de resiliencia altos.

Por otro lado, Núñez Almeida (2018) encontró que el bienestar psicológico es independiente de la asertividad, lo cual podría contraponerse con los resultados obtenidos, ya que en el presente estudio se obtuvo que la ecuanimidad presenta una relación positiva muy fuerte y significativa con el bienestar psicológico. Asimismo, Blanco (2018) encontró una relación positiva entre el bienestar psicológico y las habilidades sociales, lo cual se puede reflejar en una relación entre la confianza y sentirse bien solo, que inicia desde una adecuada capacidad de relacionarse con otras personas para no sentir soledad ni encontrarse aislado, y el bienestar psicológico que presentan una relación positiva considerable.

Finalmente, Díaz Sánchez y Barra Almagiá (2017) encontraron una relación positiva entre resiliencia y satisfacción laboral, lo cual puede extrapolarse al presente estudio. Debido a que, es necesario remarcar que la empresa seleccionada no tiene en su historial denuncias por mal trato hacia sus trabajadores y no se reportaron quejas con referencia a la empresa, lo cual nos

puede indicar que la satisfacción laboral se encuentra en niveles adecuados y los niveles de resiliencia reflejan niveles altos.

A nivel nacional, tomando en cuenta lo propuesto por Nuñez Huamán y Silva Pérez (2021) encontraron una diferencias significativas en el nivel de resiliencia entre trabajadores víctimas de la pandemia y quienes no han sido víctimas de la pandemia por Covid-19, lo cual es importante resaltar y es similar a los resultados obtenidos, teniendo como referencia que Ica fue una de las regiones más golpeadas por la pandemia en cantidad de fallecidos y por ende, todos han tenido algún familiar o conocido que falleció debido al Covid-19, motivo por lo cual directa o indirectamente han sido víctimas y a pesar de eso presentan niveles elevados de resiliencia. Asimismo, Estrada Araoz y Mamani Uchasara (2020) encontraron una relación positiva entre el bienestar psicológico y la resiliencia, lo cual se asemeja a los resultados obtenidos, donde se observa una relación significativa positiva considerable entre la resiliencia y el bienestar psicológico.

Por otro lado, Quintana Tirado y Cárdenas Bazán (2021) encontraron una relación negativa entre el estrés laboral y el bienestar psicológico, lo cual podría explicar por qué la mayoría de trabajadores no alcanzaron el nivel alto en el bienestar psicológico a diferencia de la variable resiliencia. Además, Chipana Puraca y Rimachi Quispe (2021) encontraron una relación positiva entre los estilos de afrontamiento y la resiliencia, lo cual se asemeja a los resultados obtenidos, debido a que una de las dimensiones del bienestar psicológico es el dominio del entorno, en el cual se ponen a prueba los estilos de afrontamiento frente a diversas situaciones, donde se observa una relación significativa positiva considerable entre la resiliencia y el bienestar psicológico.

Finalmente, Chavarría Hajar (2019) encontró una relación positiva significativa entre el bienestar psicológico y el engagement laboral, lo cual se puede asimilar con los resultados obtenidos en la dimensión perseverancia de la variable resiliencia y el bienestar psicológico, que presentan una relación positiva media significativa.

A nivel local, tomando como referencia a Sessarego Román y Rojas Chacaltana (2021) quien encontró una relación negativa entre el estrés y la resiliencia, lo cual se contrapone a los resultados encontrados en el presente estudio, que como ya hemos mencionado líneas arriba el contexto que engloba a los trabajadores es un contexto estresante y eso no limita que los trabajadores presenten niveles elevados en la variable resiliencia. Por otro lado, Villaverde Pérez (2020) encontró que existe una relación negativa entre el bienestar psicológico y la calidad de vida, lo cual se contradice con lo encontrado en el presente estudio, debido a que se observa una relación positiva considerable entre resiliencia y bienestar psicológico, tomando en cuenta que una adecuada capacidad de resiliencia es un indicador de una buena calidad de vida.

CONCLUSIONES

- La resiliencia se relaciona significativamente con el bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.
- Existe una relación significativa confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.
- Existe una relación significativa entre perseverancia y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.
- Se encontró una relación significativa entre ecuanimidad y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.
- Existe una relación significativa entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico en el contexto de covid-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.

RECOMENDACIONES

- Iniciar talleres psico-educativos que promuevan la capacidad de resiliencia en los trabajadores para identificar sus limitaciones y sus capacidades de soporte.
- Implementar el servicio de psicología dentro de las instalaciones de la empresa para los trabajadores puedan acceder a un servicio psicológico y recibir orientación y consejería adecuada.
- Brindar talleres en los cuales se fortalezca la capacidad de sentirse bien solo, así como explorar el auto conocimiento y de esa manera favorecer la confianza en sí mismo.
- Implementar terapia grupal en donde se fomente y fortalezca la confianza entre los trabajadores realizando actividades lúdicas que permitan trabajar y fortalecer la ecuanimidad de los trabajadores frente a diversas situaciones que pueden presentarse en su trabajo diario
- Promover actividades que permitan evidenciar y fortalecer la capacidad de perseverancia de los trabajadores, los cuales serán premiados mediante premios no económicos pero que sean reconfortantes para los trabajadores.
- Fortalecer la aceptación de uno mismo, mediante talleres de orientación lúdica sobre la autoestima, de esa manera se tendrá un aspecto positivo en la percepción del bienestar psicológico de los trabajadores.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ortunio C, Magaly S, & Guevara R, Harold. (2016). Aproximación teórica al constructo resiliencia. *Comunidad y Salud*, 14(2), 96-105. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1690329-32016000200012&lng=es&tlng=es.
- Beardslee, W. (1989). The role of self understanding in resilient individuals: The development of a perspective. *American Journal of Orthopsychiatry*. 59(1), 266-278.
- Becoña, E. (2006) Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto, revista de psicopatología y psicología clínica vol 11 [https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/01.2006\(3\).Becona.pdf](https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/01.2006(3).Becona.pdf)
- Blanco, P. (2018). *Bienestar Psicológico y Habilidades Sociales en personal de enfermería*. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad Abierta Interamericana. Lomas, Argentina.
- Brooks, R. y Goldstein, S. (2010). *El poder de la resiliencia*. Barcelona: Editorial Paidós Ibérica.
- Caplan, G. (1990). Loss, stress, and mental health. *Community Mental Health Journal*. 26(1), 27- 48.
- Chavarría Hajar, M. G. (2019). *Bienestar psicológico y engagement laboral en trabajadores de una empresa privada del distrito de San Juan de Lurigancho, 2019*. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad César Vallejo. Lima, Perú.
- Chávez Carlos, S. R. (2015). *Resiliencia en docentes de secundaria de instituciones educativas estatales de la provincia de Pomabamba- Ancash, 2015*. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad César Vallejo. Lima, Perú
- Chipana Puraca, E. W. Y Rimachi Quispe, C. (2021). *Afrontamiento al estrés y resiliencia en bomberos voluntarios en contexto COVID- 19*. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Arequipa, Perú

- D'Alessio, L. (2009). Mecanismos neurobiológicos de la resiliencia. *Revista da Escola de Enfermagem USP*. 46(2), 328- 334
- Díaz Sánchez, C. y Barra Akmagía, E. (2017). Resiliencia y satisfacción laboral en profesores de colegios municipales y particulares subvencionados de la comuna de Machalí. *Estudios Pedagógicos*. 43(1), 75- 86.
- Diener, E. (1995). Cross- cultural correlates of life satisfaction and self- esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*. 68(1), 653- 663
- Erikson, E. (1963). *Childhood and Society*. New York: W.W. Norton.
- Espinoza, F (2015) *La tesis universitaria* Huancayo, Peru. <http://investigacion.unajma.edu.pe/sites/default/files/Espinoza2015Latesisuniversitaria>
- Espinoza Maldonado, M. C. y Bustamante Granda, B. F. (2016). *Impacto en el Bienestar Psicológico de los estudiantes de GP 3.1. de Psicología que participan en un Programa Intergeneracional en el periodo académico Octubre 2015- Febrero 2016*. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad Abierta Interamericana. Loja, Ecuador.
- Estrada Araoz, E., G. y Mamani Uchasara, H., J. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios*. 10(4), 55- 68.
- Fergus, S. y Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: A frame work for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review of Public Health*. 26(1), 1- 26.
- Frankl, V. (1946). *El hombre en busca del sentido*. Barcelona: Herder Editorial.
- Garnezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*. 31(1), 416- 430

- Hernández León, J. A., Caldera Montes, J. F., Reynoso González, O. U., Caldera Zamora, I. A. y Salcedo Orozco, S. (2020). Resiliencia. Diferencias entre estudiantes universitarios y jóvenes trabajadores. *Pensamiento Psicológico*. 18(1), 21- 30.
- Jahoda, M. (1958). *Current Concepts of Positive Mental Health*. New York: Basic Books.
- Jung, C. (1954). *The Development of Personality*. New York: Princeton University Press.
- Luthar, S. (2003). *Resilience and vulnerability. Adaptation in the context of childhood adversities*. United Kingdom: Cambridge University Press.
- Maslow, A. H. (1983). *El hombre autorrealizado: hacia una psicología del ser*. Barcelona: Kairós
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic. Resilience processes in development. *American Psychologist*. 56(1), 227- 238.
- Medina, J. y Santos, R. (2009). Taller de resiliencia. Construir resiliencia. Recuperado de <http://www.cpalsj.org/wp-content/uploads/2014/08/10CPM1T2-Medina-2009-Desarrollo-personalidad-y-resiliencia.pdf>
- Mogollón Camacho, E. J., Ríay Correa, C. J. y Toquica Gil, V. (2018). *Estrés y resiliencia en trabajadores administrativos y comerciales de una empresa de mercadeo no tradicional en Colombia*. (Tesis inédita de licenciatura). Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá, Colombia
- Núñez Almeida, C. D. (2018). *El bienestar psicológico y su influencia en la asertividad en los trabajadores del área administrativa del GAD municipal del cantón Píllaro*. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad Tecnológica Indoamérica. Ambato, Ecuador
- Núñez Huamán, S. P. y Silva Pérez, E. E. (2021). *Resiliencia en colaboradores dependientes e independientes víctimas de la pandemia de empresas de*

- calzado- *El Porvenir*, 2021. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú
- Quintana Tirado, E. F. y Cárdenas Bazán, M. Y. (2021). *Estrés laboral y bienestar psicológico en efectivos policiales de una comisaría de Celendín, 2021*. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Cajamarca, Perú.
- Rogers, C. (1961). *El proceso de convertirse en persona*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Rogers, C. (1987). *La psicoterapia centrada en el cliente*. Barcelona: Paidós
- Ryff, C. (1989). ¿La felicidad lo es todo, o lo es? Exploraciones sobre el significado del bienestar psicológico. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57(2), 1069- 1081.
- Ryff, C. (2013). *Eudaimonic well being and health: Mapping consequences of self realization*. Washington: American Psychological Association.
- Ryff, C. y Singer, B. (1998). *The contours of positive health*. New York: Psychological Inquiry
- Ryff, C. y Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well- being. *Journal of Happiness Studies*. 29(1), 59- 67.
- Salgado, C. (2016). *Efectos del bienestar espiritual sobre la resiliencia en estudiantes universitarios de Argentina, Bolivia, Perú y República Dominicana*. (Tesis inédita de doctorado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Sartre, J. P. (1956). *Being and Nothingness*. New York: Philosophical Library.
- Sessarego Román, N., C. y Rojas Chacaltana, A. K. (2021). *Resiliencia y estrés laboral en trabajadores del centro de salud de Pueblo Nuevo- 2020*. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad Autónoma de Ica. Chincha, Perú.

- Sevilla Martín, V. (2014). *Resiliencia. Revisión bibliográfica*. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad de Jaén. Jaén, España.
- Supo C. y Cavero A (2014) Fundamentos teóricos y procedimentales de la investigación científica en ciencias sociales. Lima, Peru.
<https://www.felipesupo.com/wp-content/uploads/2020/02/Fundamentos-de-la-Investigaci%C3%B3n-Cient%C3%ADfica.pdf>
- Pérez Basilio, M. A. (2017). *Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de Los Olivos*.
- Tánori, J., Vera, J. y Arita, B. (2009). Calidad de vida y recursos psicológicos: una metodología de aproximación regional. *Desarrollo Humano y Bienestar Social*. 1(2), 157- 181.
- Torres, F. (2003). *Bienestar subjetivo*. México: Trillas.
- Torres, C. y Galvis, I. (2007). *La resiliencia como alternativa terapéutica en paciente oncológico*. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad de Pamplona, Pamplona, Colombia.
- Uribe, S. (2006). *Bienestar y satisfacción*. Barcelona: Ariel.
- Vara Horna, A (2012). *Desde La Idea hasta la sustentación: Siete pasos para una tesis exitosa. Un método efectivo para las ciencias empresariales*. Universidad de San Martín de Porres. Lima.
<https://www.administracion.usmp.edu.pe/investigacion/files/7-PASOS-PARA-UNA-TESIS-EXITOSA-Desde-la-idea-inicial-hasta-la-sustentaci%C3%B3n.pdf>
- Vargas, R. (2014). *Bienestar psicológico: nuevas aproximaciones*. México: Trillas.
- Villaverde Pérez, J., L. (2020). *Calidad de vida y bienestar psicológico en socios líderes del programa banquitos cooperativos solidarios en una entidad cooperativa en Huancayo*. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad Autónoma de Ica. Chincha, Perú.

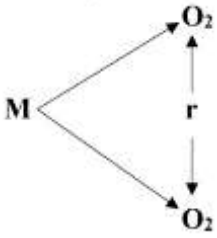
Wagnild, G. y Young, H. (1993). Desarrollo y evaluación psicométrica de la Escala de resiliencia. *Journal of Nursginf Measurement*. 1(2), 165- 178.

ANEXOS

Anexo 01: Matriz de consistencia

Título: Satisfacción con la vida en estudiantes universitarios de Ica, 2020.

Responsables: Ayquipa Rojas, Claudia Alessandra - Huamán Uribe, Marcia Fiorella

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021?</p> <p>Problemas Específicos</p> <p>P.E.1 ¿Cuál es la relación entre confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021?</p> <p>P.E.2 ¿Cuál es la relación entre perseverancia y bienestar psicológico en el</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>O.E.1 Determinar la entre confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.</p> <p>O.E.2 Identificar la relación entre perseverancia y bienestar</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>La resiliencia se relaciona significativamente con el bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>H.E.1 Existe una relación significativa confianza y sentirse bien solo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.</p> <p>H.E.2 Existe una relación significativa entre perseverancia y bienestar</p>	<p>V.1. RESILIENCIA</p> <p><u>DIMENSIONES</u></p> <p>D.1. Confianza y sentirse bien solo</p> <p>D.2. Perseverancia</p> <p>D.3. Ecuanimidad</p> <p>D.4. Aceptación de uno mismo</p> <p>V.2. BIENESTAR PSICOLÓGICO</p> <p><u>DIMENSIONES</u></p>	<p>Enfoque:</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Tipo:</p> <p>Básica</p> <p>Nivel de estudio:</p> <p>Correlacional</p> <p>Diseño:</p> <p>No experimental de Corte transversal</p>  <pre> graph LR M --> O1 M --> O2 O1 <--> r O2 </pre>

<p>contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021?</p> <p>P.E.3 ¿Cuál es la relación entre ecuanimidad y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de empresa privada en Ica 2021?</p> <p>P.E.4 ¿Cuál es la relación entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de empresa privada en Ica 2021?</p>	<p>psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.</p> <p>O.E.3 identificar una relación entre ecuanimidad y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.</p> <p>O.E.4 Determinar una relación entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.</p>	<p>psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.</p> <p>H.E.3 Existe una relación significativa entre ecuanimidad y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.</p> <p>H.E.4 Existe una relación significativa entre aceptación de uno mismo y bienestar psicológico en el contexto de COVID-19 en trabajadores de una empresa privada en Ica 2021.</p>	<p>D.1. Auto aceptación</p> <p>D.2. Relaciones Positivas</p> <p>D.3. Dominio del Entorno</p> <p>D.4. Propósito en la vida</p> <p>D.5. Crecimiento personal</p>	<p>Población</p> <p>La población consta de 100 sujetos trabajadores de una empresa privada de Ica.</p> <p>Muestra</p> <p>No se obtendrá un tamaño de muestra por tratarse de una población pequeña</p> <p>Técnicas e instrumentos de recolección de información</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: Cuestionario</p> <p>Instrumentos</p> <ul style="list-style-type: none"> • La escala de Resiliencia de Wagnild y Young. • Escalas de bienestar psicológico de Ryff
---	--	---	---	--

Anexo 02: Operacionalización de variables

Variable	Tipo De Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	N° De Ítems	Valor Final	Criterio Para Asignar Valores
Resiliencia	Cualitativa	La capacidad humana de superar la adversidad". En otras palabras, es "un conjunto de cualidades personales positivas". Arranz, (2007).	la Resilience Scale (RS), de Wagnild & Young (1993), se encuentra formada por 25 ítems en escala tipo likert que va de 1 a 7, compuesta por cuatro dimensiones: competencia personal y de aceptación de sí mismo y de su vida.	Confianza y sentirse bien solo	Habilidad para creer en sí mismo, significado de libertad	10 ítems: 2, 3, 4, 5, 6, 8, 15, 16, 17, 18.	Alto Promedio Bajo Muy bajo	Alto 63 -69 Promedio 59-62 Bajo 54 – 58 M.bajo 19 - 52
				Perseverancia	Persistencia ante la adversidad.	5 ítems: 1, 10, 21, 23, 24	Alto Promedio Bajo Muy bajo	Alto 32 -35 Promedio 30-31 Bajo 28 – 29 M.bajo 10 - 27
				Ecuanimidad	Perspectiva balanceada de la vida	6 ítems: 7, 9, 11, 12, 13, 14	Alto Promedio Bajo Muy bajo	Alto 34 – 42 Promedio 32-33 Bajo 28 – 31 M.bajo 12 - 27
				Aceptación de uno mismo	Comprender el significado de la vida	4 ítems: 19, 20, 22, 25	Alto Promedio Bajo Muy bajo	Alto 24 - 28 Promedio 22-23 Bajo 19 – 21 M.bajo 7 - 18

Variable	Tipo De Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	N° De Ítems	Valor Final	Criterio Para Asignar Valores
Bienestar psicológico	Cualitativa	(Ryff y Keyes, 1995) Relaciona el bienestar psicológico con el estado mental y emocional que establece la actividad psíquico efectivo del individuo según su modelo individual y la forma de adaptarse a requerimientos internas y externas del área físico y social.	Se utiliza la definición de medida dada por el instrumento: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff	Auto aceptación	Actitud positiva hacia uno mismo	7 ítems: 1, 7, 8, 11, 17, 25, 34	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 31 – 36 N. alto 29 - 30 Normal 25 – 28 N. bajo 23 - 24 Bajo 0 - 22
				Relaciones Positivas	relaciones interpersonales cálidas, satisfactorias y confiables.	7 ítems: 2, 13, 16, 18, 23, 31, 38	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 37 – 42 N. alto 32 - 36 Normal 30 – 31 N. bajo 26 - 29 Bajo 0 – 25
				Autonomía	independencia y autodeterminación, capacidad de resistir las presiones sociales para tomar decisiones	8 ítems: 6, 19, 26, 29, 32, 36, 39	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 26 – 30 N. alto 23 - 25 Normal 21 – 22 N. bajo 18 - 20 Bajo 0 - 17
				Propósito en la vida	sentido de autodirección, objetivos y metas en la vida	8 ítems: 9, 12, 14, 20, 22, 28, 33, 35	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 46 – 48 N. alto 41 - 45 Normal 35 – 40 N. bajo 31 - 34 Bajo 0 - 30
				Crecimiento personal	sentimiento de desarrollo continuo	5 ítems: 4, 21, 24, 30, 37	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 31 – 36 N. alto 29 - 30 Normal 25 – 28 N. bajo 23 - 24 Bajo 0 - 22
				Dominio del entorno	Orientación con la realidad	6 ítems: 5, 11, 16, 22, 28 39	Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo	Alto 29 – 30 N. alto 27 – 28 Normal 24 – 26 N. bajo 22 - 23 Bajo 0 - 21

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF

Estimado amigo (a)

A continuación, se presenta algunos enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. Responda con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una equis (x)

	Totalmente desacuerdo	Poco de acuerdo	Moderadamente de acuerdo	Muy de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas						
2. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas						
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente						
4. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo						
5. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general						
6. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla						
7. Reconozco que tengo defectos						
8. Reconozco que tengo virtudes						
9. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad						
10. Sostengo mis decisiones hasta el final						
11. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo						
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo						
13. Puedo confiar en mis amigos						
14. Cuando cumpla una meta, me planteo otra						
15. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí						
16. Mis relaciones amicales son duraderas						

17. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría						
18. Comprendo con facilidad como la gente se siente						
19. Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles						
20. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí						
21. Considero que hasta ahora no hay mejoras en mi vida						
22. Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.						
23. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo						
24. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona						
25. En general, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo						
26. Siento que soy víctima de las circunstancias						
27. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros tienen						
28. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro						
29. Tengo la capacidad de construir mi propio destino						
30. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo						
31. Mis amigos pueden confiar en mí						
32. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo						
33. Tomo acciones ante las metas que me planteo						
34. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad						
35. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida						
36. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria						
37. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento						
38. Es importante tener amigos						
39. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto						

Anexo 04: Ficha de validación de instrumentos de medición

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

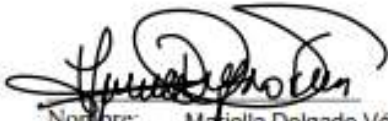
Título de la Investigación : RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL CONTEXTO DE COVID-19 EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA PRIVADA DE ICA 2021

Nombre del Experto: Mariella Delgado Véliz

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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: Mariella Delgado Véliz
No. DNI: 21870600
ADJUNTAR

C.Psi.P. 7589

Activ
Ve a C

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I DATOS GENERALES

Título de la Investigación: RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL CONTEXTO DE COVID-19 EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA PRIVADA DE ICA 2021

Nombre del Experto: Margarita Yrma Chávez Del Castillo

II ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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: Margarita Yrma Chávez Del Castillo
No. DNI: 21565834
ADJUNTAR

At
Ve

Anexo 05: Base de datos

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	
1																															
2	Nº	Edad	Sexo	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20	Item 21	Item 22	Item 23	Item 24	Item 25	Confianza	C.Confianza Per	
3	1	20	2	7	7	6	7	6	7	5	7	7	7	7	6	7	6	6	6	7	7	7	2	7	7	6	7	7	66	4	
4	2	29	2	6	6	5	6	4	6	6	6	7	7	4	4	6	6	4	6	4	6	5	6	5	5	6	6	6	53	2	
5	3	21	1	5	1	5	5	3	5	5	4	2	3	4	7	7	5	4	7	4	5	4	4	6	6	6	5	7	43	1	
6	4	22	1	7	7	7	4	4	7	7	7	7	4	7	4	7	6	6	7	7	7	5	4	7	7	4	7	4	63	4	
7	5	32	2	7	6	6	7	6	7	7	5	7	7	5	5	5	7	5	7	5	5	7	1	4	7	5	7	7	59	3	
8	6	30	2	6	7	6	7	6	6	6	7	6	7	7	6	6	6	2	6	3	3	6	6	6	6	7	7	7	53	2	
9	7	25	1	5	7	5	7	6	6	7	7	7	7	7	6	7	7	6	6	7	7	3	6	6	7	7	6	6	64	4	
10	8	35	2	6	4	6	6	7	7	7	7	7	7	6	6	7	7	7	7	6	6	7	4	6	7	4	6	7	64	4	
11	9	23	2	7	7	6	6	7	6	5	6	7	7	6	5	6	6	6	6	3	6	6	5	2	5	7	6	6	59	3	
12	10	42	2	5	5	2	5	5	2	5	5	5	5	5	5	1	5	1	5	5	5	5	1	1	1	5	5	5	40	1	
13	11	45	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	4	4	6	6	6	6	51	1	
14	12	33	2	5	5	4	5	5	4	4	4	6	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	6	44	1
15	13	24	1	1	1	1	2	5	4	5	5	6	7	6	5	5	6	6	4	5	5	4	5	5	5	6	6	7	38	1	
16	14	37	2	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	6	2	6	7	6	7	6	2	7	7	6	2	7	7	7	62	3	
17	15	29	2	6	7	6	6	7	6	7	7	7	6	5	7	6	7	5	7	5	7	5	3	6	6	7	7	7	63	4	
18	16	25	1	6	6	6	7	6	4	7	6	7	7	5	5	5	7	6	6	6	5	5	1	4	5	7	5	6	58	2	
19	17	23	1	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	5	6	6	7	6	7	7	7	7	67	4	
20	18	62	1	5	6	7	7	7	1	1	1	6	6	7	1	1	6	3	5	7	7	7	5	5	6	6	7	7	51	1	
21	19	49	2	6	6	6	6	6	6	6	6	4	7	4	7	4	6	4	7	4	4	4	6	4	4	7	7	7	55	2	
22	20	19	2	2	6	5	3	7	5	1	1	3	2	2	5	6	1	5	4	5	6	5	2	4	5	2	6	6	47	1	
23	21	21	2	7	6	4	7	6	7	7	7	7	6	6	2	4	6	4	5	4	3	6	7	4	6	4	7	7	53	2	
24	22	55	2	6	6	5	5	5	6	5	5	5	6	6	6	5	6	4	7	7	7	6	2	2	3	6	6	5	57	2	
25	23	19	1	1	5	5	5	1	2	6	6	6	6	1	6	7	6	1	1	6	4	6	6	4	6	6	7	7	36	1	
26	24	22	1	7	5	7	6	6	6	6	6	6	2	5	5	2	2	2	3	4	3	5	5	6	6	5	5	46	1		
27	25	24	2	6	6	6	5	5	4	4	6	6	6	5	5	5	6	2	2	6	2	6	6	6	6	6	6	6	44	1	
28	26	23	2	7	6	7	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	2	2	7	7	7	7	7	7	7	57	2	
29	27	22	1	5	7	6	7	7	4	4	6	7	7	5	4	3	4	2	7	6	5	6	2	4	6	7	6	7	57	2	



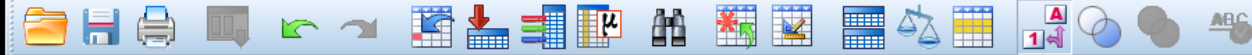
39 : Item3V1

6

Visible: 90 de 90 variables

	Edad	Sexo	Item1V1	Item2V1	Item3V1	Item4V1	Item5V1	Item6V1	Item7V1	Item8V1	Item9V1	Item10V1	Item11V1	Item12V1	Item13V1	Item14V1
1	20	Femenino	Totalmente...	Totalmen...	Acuerdo	Totalmente...	Acuerdo	Totalmente...	Algo de ac...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Acuerdo	Totalmente...	Acuerdo
2	29	Femenino	Acuerdo	Acuerdo	Algo de ac...	Acuerdo	Ni en desa...	Acuerdo	Acuerdo	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Ni en desa...	Ni en desa...	Acuerdo	Acuerdo
3	21	Masculino	Algo de ac...	Totalmen...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo en de...	Algo de ac...	Algo de ac...	Ni en desa...	Desacuerdo	Algo en de...	Ni en desa...	Totalmente...	Totalmente...	Algo de ac...
4	22	Masculino	Totalmente...	Totalmen...	Totalmente...	Ni en desa...	Ni en desa...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Ni en desa...	Totalmente...	Ni en desa...	Totalmente...	Acuerdo
5	32	Femenino	Totalmente...	Acuerdo	Acuerdo	Totalmente...	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Algo de ac...	Totalmente...	Totalmente...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Totalmente...
6	30	Femenino	Acuerdo	Totalmen...	Acuerdo	Totalmente...	Acuerdo	Acuerdo	Acuerdo	Totalmente...	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Acuerdo	Acuerdo	Acuerdo
7	25	Masculino	Algo de ac...	Totalmen...	Algo de ac...	Totalmente...	Acuerdo	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...
8	35	Femenino	Acuerdo	Ni en des...	Acuerdo	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Acuerdo	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...
9	23	Femenino	Totalmente...	Totalmen...	Acuerdo	Acuerdo	Totalmente...	Acuerdo	Algo de ac...	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Acuerdo	Algo de ac...	Acuerdo	Acuerdo
10	42	Femenino	Algo de ac...	Algo de a...	Desacuerdo	Algo de ac...	Algo de ac...	Desacuerdo	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Totalmente...	Algo de ac...
11	45	Femenino	Algo de ac...	Algo de a...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...
12	33	Femenino	Algo de ac...	Algo de a...	Ni en desa...	Algo de ac...	Algo de ac...	Ni en desa...	Ni en desa...	Ni en desa...	Acuerdo	Algo de ac...	Ni en desa...	Ni en desa...	Ni en desa...	Ni en desa...
13	24	Masculino	Totalmente...	Totalmen...	Totalmente...	Desacuerdo	Algo de ac...	Ni en desa...	Algo de ac...	Algo de ac...	Acuerdo	Totalmente...	Acuerdo	Algo de ac...	Algo de ac...	Acuerdo
14	37	Femenino	Totalmente...	Totalmen...	Totalmente...	Totalmente...	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Acuerdo	Desacuerdo	Acuerdo	Totalmente...
15	29	Femenino	Acuerdo	Totalmen...	Acuerdo	Acuerdo	Totalmente...	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Acuerdo	Algo de ac...	Totalmente...	Acuerdo	Totalmente...
16	25	Masculino	Acuerdo	Acuerdo	Acuerdo	Totalmente...	Acuerdo	Ni en desa...	Totalmente...	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Totalmente...
17	23	Masculino	Totalmente...	Totalmen...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...
18	62	Masculino	Algo de ac...	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Acuerdo	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Acuerdo
19	49	Femenino	Acuerdo	Acuerdo	Acuerdo	Acuerdo	Acuerdo	Acuerdo	Acuerdo	Acuerdo	Ni en desa...	Totalmente...	Ni en desa...	Totalmente...	Ni en desa...	Acuerdo
20	19	Femenino	Desacuerdo	Acuerdo	Algo de ac...	Algo en de...	Totalmente...	Algo de ac...	Totalmente...	Totalmente...	Algo en de...	Desacuerdo	Desacuerdo	Algo de ac...	Acuerdo	Totalmente...
21	21	Femenino	Totalmente...	Acuerdo	Ni en desa...	Totalmente...	Acuerdo	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Acuerdo	Acuerdo	Desacuerdo	Ni en desa...	Acuerdo
22	55	Femenino	Acuerdo	Acuerdo	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Acuerdo	Algo de ac...	Algo de ac...	Algo de ac...	Acuerdo	Acuerdo	Acuerdo	Algo de ac...	Acuerdo

Vista de datos Vista de variables



39 : Item3V1

6

Visible: 90 de 90 variables

	Item1V2	Item2V2	Item3V2	Item4V2	Item5V2	Item6V2	Item7V2	Item8V2	Item9V2	Item10V2	Item11V2	Item12V2	Item13V2	Item14V2	Item15V2	Item16V2
1	Poco de a...	Moderada...	Muy de ac...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Muy de ac...	Totalmente...	Muy de ac...	Bastante d...	Poco de a...	Poco de a...
2	Bastante d...	Muy de ac...	Bastante d...	Muy de ac...	Bastante d...	Muy de ac...	Muy de ac...	Muy de ac...	Bastante d...	Bastante d...	Muy de ac...	Muy de ac...	Moderada...	Muy de ac...	Muy de ac...	Mod
3	Poco de a...	Moderada...	Poco de a...	Muy de ac...	Moderada...	Muy de ac...	Bastante d...	Moderada...	Bastante d...	Muy de ac...	Moderada...	Muy de ac...	Bastante d...	Bastante d...	Totalmente...	Basta
4	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Muy de ac...	Moderada...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Muy de ac...	Totalr
5	Moderada...	Moderada...	Muy de ac...	Muy de ac...	Muy de ac...	Muy de ac...	Totalmente...	Muy de ac...	Bastante d...	Poco de a...	Moderada...	Muy de ac...	Totalmente...	Moderada...	Bastante d...	Totalr
6	Muy de ac...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Bastante d...	Bastante d...	Bastante d...	Poco de a...	Totalmente...	Totalmente...	Muy
7	Poco de a...	Moderada...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Moderada...	Moderada...	Muy de ac...	Mod
8	Bastante d...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Bastante d...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalr
9	Totalmente...	Totalmente...	Bastante d...	Totalmente...	Bastante d...	Bastante d...	Totalmente...	Totalmente...	Bastante d...	Muy de ac...	Bastante d...	Bastante d...	Totalmente...	Totalmente...	Bastante d...	Totalr
10	Poco de a...	Totalmente...	Muy de ac...	Muy de ac...	Muy de ac...	Bastante d...	Bastante d...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Muy de ac...	Bastante d...	Moderada...	Totalmente...	Bastante d...	Poco
11	Poco de a...	Poco de a...	Moderada...	Totalmente...	Poco de a...	Totalmente...	Muy de ac...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Poco de a...	Totalmente...	Totalmente...	Poco
12	Moderada...	Moderada...	Moderada...	Muy de ac...	Moderada...	Moderada...	Muy de ac...	Moderada...	Muy de ac...	Moderada...	Moderada...	Moderada...	Moderada...	Moderada...	Muy de ac...	Muy
13	Poco de a...	Poco de a...	Moderada...	Moderada...	Moderada...	Poco de a...	Poco de a...	Poco de a...	Muy de ac...	Muy de ac...	Bastante d...	Bastante d...	Moderada...	Moderada...	Muy de ac...	Poco
14	Totalmente...	Bastante d...	Moderada...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Bastante d...	Bastante d...	Bastante d...	Bastante d...	Totalmente...	Muy
15	Poco de a...	Bastante d...	Totalmente...	Totalmente...	Muy de ac...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Bastante d...	Totalmente...	Totalmente...	Bastante d...	Bastante d...	Bastante d...	Totalmente...	Totalr
16	Totalmente...	Moderada...	Poco de a...	Bastante d...	Muy de ac...	Muy de ac...	Muy de ac...	Muy de ac...	Bastante d...	Moderada...	Muy de ac...	Muy de ac...	Moderada...	Muy de ac...	Bastante d...	Mod
17	Totalmente...	Moderada...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Moderada...	Totalmente...	Totalmente...	Totalr
18	Poco de a...	Poco de a...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Poco de a...	Poco de a...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Poco de a...	Totalmente...	Muy de ac...	Totalr
19	Poco de a...	Muy de ac...	Poco de a...	Muy de ac...	Poco de a...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Poco de a...	Poco de a...	Poco de a...	Poco de a...	Muy de ac...	Moderada...	Muy
20	Poco de a...	Poco de a...	Totalmente...	Poco de a...	Totalmente...	Poco de a...	Muy de ac...	Muy de ac...	Muy de ac...	Poco de a...	Totalmente...	Poco de a...	Totalmente...	Moderada...	Moderada...	Totalr
21	Moderada...	Poco de a...	Bastante d...	Bastante d...	Poco de a...	Moderada...	Muy de ac...	Bastante d...	Totalmente...	Bastante d...	Totalmente...	Totalmente...	Poco de a...	Totalmente...	Moderada...	Mod
22	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Totalmente...	Muy de ac...	Muy de ac...	Muy de ac...	Muy de ac...	Bastante d...	Bastante d...	Bastante d...	Poco de a...	Moderada...	Bastante d...	Poco

Vista de datos Vista de variables

Anexo 06: Documentos administrativos



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Chincha Alta, 21 de enero del 2022

OFICIO N°019-2022-UAI-FCS

HELENA S.A.C
ALBERTO RAUL PECHO TATAJE
JEFE DE RRHH
CALLE NICOLAS DE RIVERA EL VIEJO NRO.227 URBANIZACION LUREN, ICA – ICA – ICA

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, Psicología y Obstetricia. 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.




DRA. JUANA MARÍA MARCOS ROMERO
DECANA



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

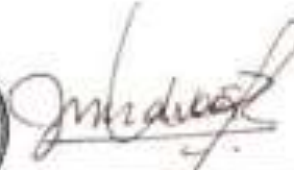
Hace Constar:

Que, AYQUIPA ROJAS, CLAUDIA ALESSANDRA, identificada con DNI 71568811, y HUAMAN URIBE, MARCIA FIORELLA, identificada con DNI 72968592 del Programa Académico de Psicología, quien viene desarrollando la Tesis Profesional: **"RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN EL CONTEXTO DE COVID-19 EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA PRIVADA DE ICA 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, 21 de enero del 2022.




DRA. JUANA MARÍA MARCOS ROMERO
DECANA

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Fecha: 02/02/2022

CONSTANCIA

El jefe de recursos humanos Alberto Pecho Tataje de la empresa Helena S.A.C ubicada en Calle Nicolas de Rivera el Viejo nro.227 urbanización Luren, Ica hace constar que las srtas:

Ayquipa Rojas Claudia

Huamán Uribe Marcia

Han realizado la aplicación de cuestionarios del estudio "RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL CONTEXTO DE COVID-19 EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA PRIVADA DE ICA 2021" dicho cuestionario fue aplicado en los establecimientos de la empresa a los trabajadores y trabajaras de diversas áreas durante el presente año.

Se expide la presente constancia a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

HELENA S.A.C.
RUC: 20115397428

FIRMA:


ALBERTO RAVI PECHO TATAJE
JEFE DE RECURSOS HUMANOS

Firma

DNI: 10627597

Anexo 07: Informe de turnitin al 28%

RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL CONTEXTO DE COVID-19 EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA PRIVADA DE ICA 2021

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	5%
2	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	4%
3	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	3%
4	qdoc.tips Fuente de Internet	2%
5	revistas.usil.edu.pe Fuente de Internet	2%
6	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	1%
8	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%

Anexo 08: Evidencia fotográfica





18L 421730 8443920
Ica, Ica 11001
Perú
19/1/2022 09:01



18L 421726 8443934
Ica, Ica 11001
Perú
21/1/2022 10:13