



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN INGRESANTES  
A UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CHICLAYO  
PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
PSICOLOGIA**

**Autoras:**

Bach. Huaroto Adrianzen Estefanny Silvia

<http://orcid.org/0009-0007-9078-32>

Bach. Vidarte Vidaurre Sara Paola

<http://orcid.org/0009-0007-6025-0924>

**Asesora:**

**Dr. Llacsá Vásquez Mercedes**

<http://orcid.org/0000-0002-5412-8099>

**Línea de Investigación**

**Desarrollo humano, comunicación y ciencias jurídicas  
para enfrentar los desafíos globales.**

**Sub Línea de Investigación**

**Bienestar y Desarrollo de habilidades para la vida**

**Pimentel – Perú**

**2024**

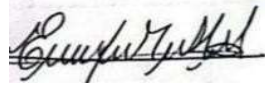

**DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD**

Quien(es) suscribe(n) la DECLARACIÓN JURADA, soy (somos) **egresadas** del Programa de Estudios de **la Escuela profesional de Psicología** de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaro (amos) bajo juramento que soy (somos) autor(es) del trabajo titulado:

**Bienestar Psicológico y Resiliencia en ingresantes a una universidad privada de Chiclayo**

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán, conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación con las citas y referencias bibliográficas, respetando el derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Huaroto Adrianzen Estefanny Silvia	DNI: 72634709	
Vidarte Vidaurre Sara Paola	DNI: 73016712	

Pimentel, 03 de marzo de 2024

## REPORTE DE SIMILITUD DE TURINITIN

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

**HUAROTO.docx**

RECuento DE PALABRAS

**5784 Words**

RECuento DE CARACTERES

**33294 Characters**

RECuento DE PÁGINAS

**19 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**56.5KB**

FECHA DE ENTREGA

**Mar 11, 2024 9:22 PM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Mar 11, 2024 9:23 PM GMT-5**

### ● 15% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 13% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 11% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

### ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material citado

**BIENESTAR PSICOLOGICO Y RESILIENCIA EN INGRESANTES  
A UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CHICLAYO**

**Aprobación de jurado**

**MG. LEONARDO LUNA LORENZO  
Presidente del Jurado de Tesis**

**MG. VICTOR JULIO DAMIAN MARTINEZ  
Secretario del Jurado de Tesis**

**MG. CORNELIA YAJAIRA ASENJO ZAPATA  
Vocal de Jurado de Tesis**

## **BIENESTAR PSICOLOGICO Y RESILIENCIA EN INGRESANTES A UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CHICLAYO**

### **Resumen**

En la presente investigación fue identificar la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo; mediante un estudio correlacional. La muestra estuvo conformada por 100 estudiantes del sexo femenino y masculino entre las edades de 17 y 19 años de la carrera de Psicología y Derecho para ello se identificó el nivel de bienestar y resiliencia según dimensiones, edad y sexo. En cuanto a la metodología adopta un enfoque transversal, el estudio fue no experimental de tipo descriptivo. Para recolectar los resultados se utilizó la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff (1998) y la Escala de Resiliencia de Wagnildy Young (1993), en cuanto a la información que se obtuvieron de ambos cuestionarios fue procesada por una base de datos en Excel y en el programa libre JAMOVI, llegando a la conclusión se ha encontrado que existe correlación significativa el valor de ( $p$ ) está por debajo de 0.5 en cuanto a relación positiva entre resiliencia y auto aceptación, y no existe relación significativa en cuanto a bienestar psicológico y resiliencia, probablemente las variables trabajen de manera independiente. La mayoría de los estudiantes arrojaron en cuanto a resiliencia un nivel alto y en bienestar psicológico un nivel medio.

**Palabras claves:** Bienestar Psicológico, Resiliencia, estudiantes

## **Abstract**

The objective of the research was to identify the relationship between psychological well-being and resilience in entrants to a private university in Chiclayo, 2023; through a correlational study. The sample was made up of 100 female and male students between the ages of 17 and 19 years of age studying Psychology and Law. For this, the level of well-being and resilience was identified according to dimensions, age and sex. Regarding the methodology, it adopts a transversal approach, the study was non-experimental and descriptive. To collect the results, the psychological well-being scale of Carol Ryff (1998) and the Resilience Scale of Wagnild and Young (1993) were used, as the information obtained from both questionnaires was processed by an Excel database. and in the JAMOVI free program, reaching the conclusion it has been found that there is a significant correlation, the value of (p) is below 0.5 in terms of positive relationship between resilience and self-acceptance, and there is no significant relationship in terms of psychological well-being. and resilience, the variables probably work independently. The majority of students scored a high level of resilience and a medium level of psychological well-being.

**keywords:** Psychological Wellbeing, Resilience, students

## I. INTRODUCCIÓN

El ser humano ha mostrado una preocupación constante por mantener un equilibrio en su vida que le permita alcanzar plenitud (Luo, 2023). Así, una de las premisas de la existencia misma, tiene que ver con la trascendencia hacia la calidad de las experiencias, mismas que favorezcan la construcción de subjetividades apropiadas que asientan en atribuirse un adecuado nivel de satisfacción (Dumciene y Pozeriene, 2023). De ello, se deriva la importancia del abordaje del bienestar psicológico, pues, se constituye como una variable fundamental y esencial para el desarrollo y la salud del individuo, desde la concepción misma, hasta el término del ciclo de la vida (Ryff, 2019). Sin embargo, no siempre se logrará tener una perspectiva apropiada o positiva respecto de los sucesos vitales y acontecimientos sociales que se suscitan, dado que, ello va a depender de la convergencia de diversos factores que sedimentan en dichos juicios valorativos (Quang et al., 2023); por lo que, cuando suelen tener una connotación negativa, condicionan inapropiadamente el desarrollo del individuo en distintos dominios en los que interacciona y comprometen la salud mental y salud general (Guo et al., 2023).

En la actualidad, el panorama mundial de la salud mental es sombrío, pues, se estima 1 de cada 4 personas padecen de un trastorno mental, que condiciona su desempeño y bienestar (Organización Mundial de la Salud, 2023). Este panorama se ha visto reflejado en los estudiantes universitarios (Marín et al., 2023), tal y como lo reportan distintos avances científicos. Así, se ha demostrado que, entre el 31.1% y el 50.6% de universitarios de ascendencia asiática y americana perciben como deficiente su bienestar psicológico en lo referente a padecimientos mentales que condicionan tales juicios (Berg et al., 2023); en esa misma línea, los estudiantes universitarios italianos han mostrado niveles bajos de bienestar psicológico, atribuidos a problemas con el desempeño académico y la autoeficacia educacional (Matteucci y Soncini, 2023); asimismo, el 43.5% de los universitarios españoles presentan tendencias hacia un inadecuado bienestar psicológico, principalmente condicionado por el estado de su salud mental (Alzás et al., 2023); por su parte, en Estados Unidos, se ha demostrado que, los estudiantes universitarios de reciente ingreso suelen atribuirse una percepción menor de bienestar psicológico, que tiene que ver con una visión de incertidumbre y alta demanda respecto de la exigencia del nivel educativo (Omodan, 2023); también, en México, un estudio determinó que, el 35.4% de los universitarios de nuevo ingreso alcanzaron niveles de bienestar psicológico por debajo del

promedio (Vences et al., 2023); del mismo modo, en Paraguay, el 39.3% de los universitarios se perciben en un bajo nivel su bienestar psicológico, que aumenta al 77.9% en cuanto se asocia con un trastorno mental y del comportamiento (Vergara, 2023).

Respecto del Perú, también se han desarrollado investigaciones que abordan el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. A saber, un estudio desarrollado con universitarios de Lima encontró que, un 96.6% de dicho grupo poblacional suele calificar como moderado, con tendencias hacia la baja el bienestar psicológico, que guarda relación con la gestión de los servicios sanitarios (Cucho y Luján, 2023), del mismo modo, una indagación con universitario de Chimbote reveló que, el 34.1% conciben su bienestar psicológico en niveles bajos, atribuidos a diversos factores, entre ellos, la gestión de las relaciones interpersonales y el desempeño educacional (Arhuis y Ipanaqué, 2023). En el contexto de la investigación, del mismo modo, se ha evidenciado, mediante observación y entrevista personal, tendencias hacia una percepción negativa del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una universidad privada de Chiclayo, que se manifiesta por deficiencias para la autoaceptación, así como en las capacidades que permiten ejercer un dominio sobre el entorno, problemas para establecer relaciones interpersonales productivas y ausencia de una apropiada perspectiva de crecimiento personal.

La problemática del bienestar psicológico en los estudiantes universitarios no suele ser lineal o presentar una respuesta causal unívoca (Marín et al., 2023); sino, por el contrario, posee una dimensión multifactorial, por cuanto, tiene un componente atribuido a las subjetividades, las cuales, derivan de diversos contextos en los que interaccionan dichos sujetos (Guo et al., 2023). Si bien, está muy relacionado con la percepción de la salud mental (Ryff, 2019); también, ejercen influencia múltiples factores, destacándose aquellos que proceden del escenario educacional, entre ellos, el rendimiento y desempeño académico, el cumplimiento de los objetivos y metas (Luo et al., 2023); así como, los factores derivados del entorno, entre ellos, las relaciones interpersonales y el dominio del entorno social; los factores familiares condicionados por la dinámica intrafamiliar y las experiencias previas; e ineludiblemente, los factores personales (Morales et al., 2022), destacándose aquellos que tienen que ver con el control emocional y la capacidad para resistir ante situaciones consideradas de riesgo o adversas para el desarrollo (Martins y Figueroa, 2023).



Así, emerge la resiliencia, como un factor indispensable para alcanzar el bienestar psicológico, pues, se conoce que contribuye con la capacidad de resistencia ante situaciones cotidianas catalogadas como adversas o de riesgo (Blessin et al., 2022), así como, en la disminución de los efectos del estrés, favoreciendo el equilibrio y la construcción de subjetividades favorables o positivas respecto de diversos dominios de interacción (Schäfer et al., 2022). En ese sentido, los aportes teóricos y empíricos han dado cuenta de la trascendencia de la resiliencia, como capacidad humana, en cuanto, permite gestionar un adecuado equilibrio entre las demandas ambientales y las capacidades requeridas para dicho afrontamiento, posibilitando una reacción favorable ante la adversidad (Ortega y Mijares, 2018); así como también, en la promoción de la salud y construcción del bienestar (Barragán, 2023); por lo que, resulta fundamental su desarrollo; habiéndose demostrado el condicionamiento del bienestar psicológico por parte de la capacidad resiliente, en situaciones de adversidad (Paleari et al., 2023).

En el contexto local, donde se desarrolla la presente investigación, aún no existe evidencias de la asociación relacional entre el bienestar psicológico y la resiliencia, por cuanto, no coexiste preliminarmente un escenario amenazante; sino mas bien, una situación que pudiera catalogarse como incierta, que demandará de acción diferencial, y que, bien podría condicionar el bienestar psicológico, frente al ingreso a un nivel educacional distinto. Por lo mencionado, el objeto de estudio de la presente investigación es la asociación entre bienestar psicológico y resiliencia en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo.

El bienestar psicológico se define como aquellos juicios positivos, favorables y apropiados que presenta el individuo respecto de su propia vida, que son construidos a partir de percepciones satisfactorias sobre sus experiencias previas y vivencias actuales, las cuales elicitando sentimiento y emociones agradables, que delimitan la conducta y el comportamiento, permitiendo un adecuado afrontamiento de las tensiones derivadas del medio social y favoreciendo la salud (Diener, 1984); asimismo, se conceptualiza como aquellos estados afectivos y sentimentales favorables y positivos, por los cuales el individuo se siente a gusto con sus vivencias, sucesos vitales y acontecimientos sociales, devenidos de sus procesos de interacción, los cuales tiene función adaptativa pues contribuyen con el proceso de desarrollo y la salud (Bisquerra, 2000).

Del mismo modo, Ryff y Keyes (1995) definen el bienestar psicológico como aquel juicio valorativo, de naturaleza subjetiva y connotación positiva o favorable, que es construido a partir de la evaluación que realiza el individuo respecto de distintos dominios en los que interactúa, y que tienen influencia del conjunto de destrezas y competencias personales para mantener un control sobre las conductas y estados afectivos, los cuales influyen en el establecimiento de una convivencia saludable que posibilita un desarrollo productivo y en condiciones apropiadas. En ese marco, Ryff (1989) afirma que, dicha variable es más un constructo social, que individual, pues concibe a partir de las experiencias de interacción, en las cuales, se establece una correspondencia entre habilidades personales y demandas sociales; para lo cual, deberá el sujeto deberá poseer las competencias necesarias para afrontar las tensiones ambientales y poder desarrollarse de forma positiva; es decir, apunta a aquel equilibrio social que favorece la convivencia y la adaptabilidad.

Resulta necesario precisar que, esta connotación social del bienestar psicológico permite diferenciarla de las emociones positivas, pues, este es una condición que debería perdurar en el tiempo; mientras que, emociones suelen ser circunstanciales, pasajeras y de corta duración (Bisquerra, 2000). En ese sentido, el sujeto que aspira a alcanzar el bienestar psicológico deberá desarrollar estrategias y habilidades que favorezcan la convivencia social, en lo concerniente al control y manejo apropiado de las demandas y tensiones que se derivan del ambiente en el que interacciona (Ryff, 1989). Merece atención la característica subjetiva del bienestar psicológico, el cual estará influenciado por una diversidad de factores personales, familiares, educacionales, laborales y sociales, lo cuales, van a denotar en la caracterización de dichos juicios valorativos (Seligman, 2011).

Teóricamente, el bienestar psicológico se explica a partir de la convergencia de dos factores diferenciales que aportan para su construcción (Ryan y Deci, 2001). Los componentes hedónicos hacen referencia al bienestar psicológico desde la perspectiva afectiva, en el que predominan las emociones positivas, en contraposición con las emociones negativas (Waterman, 1993). Esta concepción tiene notoria influencia de la filosofía, desde la cual, cada ser humano debe perseguir alcanzar satisfacción y trascendencia en cada dominio de su vida, que será expresada mediante la experimentación constante de sentimientos positivos y de agrado (Ryff y Singer, 2006). Sin embargo, tal premonición parece difícil de acceder, pues, no siempre se suelen estar

contento con algún aspecto de la vida; por cuanto, diversos factores pueden afectar tales estados subjetivos; por lo que, los componentes hedónicos del bienestar apuntan más a alcanzar un adecuado equilibrio entre las emociones positivas y los estados afectivos negativos; que permitan un desarrollo apropiado, el mismo que, favorecerá la salud (Muñoz, 2007).

Por su parte, los componentes eudamónicos del bienestar psicológico hacen alusión a aquellas construcciones positivas respecto de las experiencias vitales; es decir, los juicios favorables que son establecidos de la contraposición entre lo alcanzado a nivel personal y las expectativas de éxito, desde una perspectiva realista (Waterman, 1993). En ese sentido, lograr el bienestar psicológico implica un grado relevante de introspección para aceptar las habilidades y limitaciones que condicionan cada una de los sucesos vitales y acontecimientos sociales que se suscitan a lo largo de la vida (Ryan y Deci, 2001). Así, los postulados eudamónicos tienen influencia de las teorías explicativas, en las cuales se sostiene que, el bienestar psicológico se logra a partir del equilibrio consciente entre intereses y expectativas y las destrezas con las que se cuenta para conseguir tales propósitos (Muñoz, 2007).

En las teorías que explican el bienestar psicológico, conviene también citar al modelo de adaptación; a partir del cual, este se logra mediante el despliegue de estrategias y habilidades que permiten al ser humano, adaptarse a las situaciones y acontecimientos sociales, los cuales demandan de acción y cambio constante (Abbot et al., 2010). En ese sentido, el bienestar psicológico se alcanza del control sobre los efectos del estrés, es decir, mediante la consolidación de capacidades de afrontamiento, que permitan conseguir un adecuado equilibrio (Vielma y Alonso, 2010). En este punto, se precisa de las habilidades pertinentes para resistir ante sucesos y acontecimientos percibidos como amenazantes, y que favorezcan el continuo desarrollo del sujeto (Joshanloo, 2019).

La propuesta teórica formulada por Ryff y Keyes (1995), enfatiza en comprender el bienestar psicológico como juicios valorativos de connotación favorable, que surgen de las vivencias sociales; y se explica a partir de los componentes de: a) autoaceptación, que tiene que ver con aquel equilibrio que muestra el sujeto, a partir de la valoración respecto de sus capacidades y limitaciones; que implica un balance positivo entre expectativas, ambiciones y deseos, y lo que le es accesible, mediante el despliegue de sus competencias; b) dominio

del entorno, tiene que ver con aquellas capacidades del individuo que le permiten afrontar satisfactoriamente las demandas sociales, ejerciendo un liderazgo sobre sus experiencias, al mismo tiempo que, en lo referente a sus capacidades para ejercer influencia sobre su grupo, de mostrar liderazgo direccional, acometido en aspectos relevantes para el entorno del que es partícipe, moldeando a su direccionamiento; c) relaciones positivas alude a la capacidad del sujeto para establecer vínculos interpersonales satisfactorios, incluyendo todos los dominios en los que interactúa, es decir, la familia, amigos, compañeros, pareja; las cuales, le permiten encontrar un sentido de pertenencia hacia dicho círculo social, al mismo tiempo que desarrollo sentido de filiación y protección, aumentando su confianza y dominio resiliente de las situaciones a las que ha de enfrentarse

Asimismo, Ryff y Keyes (1995), incluyen los componentes de d) propósito de vida tiene que ver con el equilibrio del sujeto respecto de ser consciente de lo que pretende con su existencia, de tener la certeza de un horizonte, de presentar objetivos concretos que direccionen su accionar, y evidentemente, de actuar en pro de ello; lo que implica controlar las experiencias previas y las vivencias futuras, dándole una perspectiva significativa a su existencia; e) crecimiento personal, implica un autoconocimiento consciente, respecto de las fortalezas y debilidades, las cuales, van a ejercer influencia en cada aspecto de la vida, delimitando, por tanto, la capacidad del sujeto para crecer y desarrollarse psicosocialmente, siendo eficaz y capaz de regularse y automotivarse para emprender y mejorar; y, e) autonomía tiene que ver con aquella capacidad del sujeto para ser independiente, para poder desarrollar valiéndose por sí mismo, encontrando habilidades y destrezas que le permitan superar los desafíos personales y sociales; es decir, encontrar un equilibrio propio entre las demandas y desafíos que implica la convivencia social y el crecimiento; esto es, una competencia que apunta a la independencia y suficiencia en cada aspecto de la vida.

La resiliencia es definida como aquellas habilidades que permiten al sujeto afrontar de forma satisfactoria las demandas sociales amenazante o que implican un riesgo para el desarrollo y la salud; posibilitando un proceso de recuperación apropiada ante la exposición a tales acontecimientos y, mostrando fortaleza y capacidad adaptativa para superar cualquier obstáculo derivado de la cotidianidad (Linares, 2015); asimismo, se conceptualiza como el desarrollo de habilidades y competencias personales que favorecen la resistencia ante la adversidad, y el mantenimiento del bienestar ante la exposición a eventos sociales catalogados como desequilibrantes o amenazantes; las cuales se

desarrollan a partir del aprendizaje de experiencias previas y el fortalecimiento de las capacidades, mismas que, permitirán mejorar el afrontamiento ante sucesos venideros (Becoña, 2006). Por su parte, Wagnild y Young (1993) definen la resiliencia como una disposición de la personalidad que permite la regulación de los efectos negativos del estrés que se suscitan ante la exposición a eventos o acontecimiento adversos, favoreciendo los procesos de adaptación y el afrontamiento, al mismo tiempo que, posibilita el aprendizaje de habilidades que, al ser introyectadas, forman parte de la identidad personal, y contribuyen con el manejo de diversas situaciones vitales.

Así pues, desde esta concepción, la resiliencia no es situacional o circunstancial, sino que más bien, forma parte de la personalidad, y se mantiene más o menos estable, a lo largo del tiempo; sin embargo, está condicionada por una serie de factores, entre ellos, la motivación, el bienestar subjetivo, y las condiciones de salud, por lo que, frente a unos eventos o acontecimiento de evidencia de una forma, y en otros de manera distinta (Roosa, 2000). A su vez, puede ser una capacidad aprendida, dado que, la exposición constante a situaciones adversas, posibilita la consolidación de tales habilidades, permitiendo que el sujeto salga favorecido, posea mejores estrategias de contención y afrontamiento (Masten y Obradovic, 2006).

Los postulados teóricos de la resiliencia sientan sus bases en los modelos teórico de la Psicología Positiva (Tarragona, 2013), desde la cual, el campo de atención son las competencias del sujeto que le permiten adaptarse y superar los acontecimientos adversos derivados de diversos escenarios sociales en los que se interactúa (Masten y Obradovic, 2006). Los primeros aportes tienen que ver con el estudio de la disposición personal que mostraban los niños para salir fortalecidos frente a vivencias nefastas, como el abandono, la desprotección o violencia, los cuales llegaban a desarrollar capacidades que les permitían mitigar los efectos de tales acontecimiento estresantes, limitar el malestar y aprender a adaptarse y salir fortalecidos (Masten, 2011); por lo que, concluyeron que se trataba de una característica de la personalidad que se desarrollaba desde etapas tempranas del desarrollo (Ortega y Mijares, 2018). Esta primera concepción, desarrollada en los años setentas del pasado siglo fue contextualizada a partir de la identificación de factores de riesgo y factores resilientes, en cuanto, dicho continuo favorecía el desarrollo de la resiliencia y la capacidad de adaptación (Masten y Tellegen, 2012).

Más adelante, emergen postulados que, además de centrarse en factores ambientales que eliciten las capacidades resilientes, añaden la influencia de factores individuales, familiares y derivados del contexto social (Rutter, 2006). Así, la resiliencia ya no depende de la exposición a eventos estresantes o las capacidades de afrontamiento y adaptación, abordadas como disposición de la personalidad; sino que, también influyen factores externos que proceden del medio social. Esto supuso un cambio en la perspectiva dicotómica inicial de la resiliencia (Linares, 2015). Estos teóricos positivistas de segunda generación enfatizaron en la necesidad de estudiar la resiliencia como un proceso dinámico, cambiante, operante, en el que, participan, además de las disposiciones personales, algunos factores atribuibles a las interacciones sociales del sujeto (Becoña, 2006).

En esa línea, el modelo de la resiliencia como proceso, en el que correlacionan diversos factores, ha cobrado relevancia en los últimos años (Linares, 2015). Desde esta perspectiva, el proceso resiliente implica, inicialmente, la capacidad de afrontar, es decir, la disposición motivacional para desplegar estrategias destinadas a suprimir el malestar y generar adaptabilidad a los sucesos vitales y acontecimiento ambientales considerados como amenazantes; y, el segundo componente del proceso tiene que ver con la capacidad para desarrollarse, en el que se desarrolla el afrontamiento activo, es decir, continuar con la vida, mediante la puesta en marcha de contingencias que permitan superar la adversidad; y el tercer componente alude a la capacidad de aprendizaje, que tiene que ver con la potenciación de las habilidades resilientes, a partir de la superación previa de situaciones de tensión y adversidad (Cicchetti et al., 2000).

Así, el ciclo de la resiliencia se resume en una disposición inicial, de connotación motivacional, que transita hacia el afrontamiento propiamente dicho, y finaliza en el aprendizaje y fortalecimiento de las capacidades resilientes, y la adaptación conductual del individuo (Masten y Obradovic, 2006). Es más, un proceso dinámico, que la suma de individualidades, que conducen a la autoeficacia y la adaptabilidad positiva a diversos contextos y escenarios sociales; por lo que, es considerada un factor indispensable para mantener el equilibrio y bienestar subjetivo y la salud (Linares, 2015).

En la propuesta teórica de la resiliencia de Wagnild y Young (1993), se identifican dos factores que conforman dicha disposición de la personalidad. El primero tiene que ver con la competencia personal, que alude a aquellas capacidades para la autoconfianza, para

asumir una perspectiva, mantenerse perseverante e independiente y tener determinismo e ingenio para afrontar la adversidad; y el segundo factor, tiene que ver con la aceptación de uno mismo y de la vida, que hace referencia a la capacidad para ser flexibles y adaptables a diversas circunstancias que se presentan, manteniendo una cierta estabilidad con los sucesos vitales y acontecimiento ambientales, de los cuales, se pretende obtener un aprendizaje que coadyuve con el afrontamiento.

Respecto de las dimensiones que componen la resiliencia, Wagnild y Young (1993), afirman que, dicha variable se explica a través de la satisfacción personal, que tiene que ver con aquellas capacidades que permiten encontrar un sentido favorable a las experiencias, de darles una connotación de aprendizaje y fortalecimiento personal; de atribuirle significancia a cada situación vivida. Por su parte, la dimensión ecuanimidad hace referencia a las habilidades que permiten equilibrar las experiencias y expectativas de vida desde una visión realista, coherente y consistente, asumiendo responsablemente las tensiones y desafíos a los que habrá que enfrentarse y adaptarse.

Wagnild y Young (1993), también incluyen en su modelo de la resiliencia a la dimensión sentirse bien solo, que implica aquella competencia por el cual el sujeto se hace cargo de sí mismo, siendo autosuficiente, autónomo e independiente para afrontar los desafíos sociales, es decir, encontrar un sentido para su existencia, dotarla de relevancia y significado, guarda relación con la responsabilidad para vivir plenamente; así también, la dimensión confianza en sí mismo, hace referencia a la capacidad para atribuirse valor y seguridad para afrontar las tensiones de la vida y generar adaptación; finalmente, la dimensión perseverancia tiene que ver con la habilidad para persistir, resistir y continuar afrontando las situaciones de adversidad que se presentan en las vivencias, que involucran estados motivacionales de superación.

En la presente investigación se ha planteado la formulación del problema: ¿cuál es la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo? El estudio se justifica por conveniencia, pues, permitirá determinar la relación entre las variables antes mencionadas; y al mismo tiempo, por relevancia, pues los alcances resultarán de provecho a nivel social, al permitir comprender aquella dependencia entre el bienestar psicológico y la resiliencia; al mismo tiempo, contribuirán con la ciencia, beneficiando, en principio, a los participantes involucrados. También, se justifica por implicancias prácticas, dado que, al conocer la asociación relacional entre variables, se

podrá establecer acciones concretas de promoción e intervención temprana, que favorezcan la potenciación de las capacidades resilientes y la consecuente percepción positiva del bienestar psicológico.

La investigación se justifica, del mismo modo, como valor teórico, ya que, ayudará a llenar el vacío del conocimiento, pues, a la fecha no se cuenta con un estudio conciso que permita inferir la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en universitarios; favoreciendo la revisión de los supuestos teóricos y empíricos que fundamentan el estudio de las variables; así también, como utilidad metodológica, permitirá revisar y confirmar las principales propiedades psicométricas de los instrumentos de recojo de datos de las variables; y al mismo tiempo, se constituirá en precedente de otras indagaciones que busquen profundizar en la comprensión relacional, causal o experimental de los constructos.

En ese marco, se han planteado los objetivos, a nivel general: determinar la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo; asimismo, a nivel específico, establecer la relación entre la dimensión autoaceptación y las dimensiones de la resiliencia; establecer la relación entre la dimensión dominio del entorno y las dimensiones de la resiliencia; establecer la relación entre la dimensión relaciones positivas y las dimensiones de la resiliencia; establecer la relación entre la dimensión propósito de vida y las dimensiones de la resiliencia; establecer la relación entre la dimensión crecimiento personal y las dimensiones de la resiliencia; y, establecer la relación entre la dimensión autonomía y las dimensiones de la resiliencia.

Se han planteado las hipótesis de investigación, a nivel general: existe relación significativa entre bienestar psicológico y resiliencia en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo; asimismo, las hipótesis específicas: existe relación significativa entre la dimensión autoaceptación y las dimensiones de la resiliencia; existe relación significativa entre la dimensión dominio del entorno y las dimensiones de la resiliencia; existe relación significativa entre la dimensión relaciones positivas y las dimensiones de la resiliencia; existe relación significativa entre la dimensión propósito de vida y las dimensiones de la resiliencia; existe relación significativa entre la dimensión crecimiento personal y las dimensiones de la resiliencia; y, existe relación significativa entre la dimensión autonomía y las dimensiones de la resiliencia.



## II. MATERIALES Y METODO:

### Diseño

El diseño de la investigación adopta un enfoque transversal puesto que los datos fueron recolectados en un único momento, asimismo, se clasifica de tipo correlacional por que busca establecer cuál es la repercusión que tiene una variable sobre la otra (Hernández et al., 2014).

### Muestra

La población está conformada por ingresantes de una universidad privada de Chiclayo. Asimismo, la muestra está conformada por 100 participantes cuyas edades fluctuarán entre los 17 y 19 años de ambos sexos pertenecientes a las carreras de Psicología y Derecho.

Los criterios de inclusión fueron: Estudiantes de una universidad de ambos sexos matriculados en el año lectivo 2023 con edades entre los 17 y 19 años.

Los criterios de exclusión: Estudiantes que no se encuentren entre el rango de edad establecido, aquellos que no estén matriculados en el semestre académico; por último, se eliminarán aquellos instrumentos en donde se haya marcado más de 1 respuesta. (Hernández & Carpio, 2019).

Tabla 1

Características sociodemográficas de la muestra de estudio

f(%)

---

#### **Sexo**

Masculino

Femenino

#### **Carrera Universitaria**

Trabajo Social

Psicología

Derecho

#### **Estado Civil**

Soltero

Casado

Conviviente

## **Edad**

17

18

19

## **Técnicas e instrumentos**

Para medir resiliencia se aplicó la Escala RS 14 de Wagnilg (2009), versión en español adaptada por Rodríguez (2021). Este instrumento es una versión abreviada de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), aplicado en forma individual y colectiva desde los trece años conformada por 14 reactivos en una escala de 1 a 7 y evalúa la competencia personal y actitud hacia la vida y uno mismo.

En cuanto a la validez, se determinó por medio de la correlación ítem-test de la escala, encontrándose índices superiores a 0.20 el cual es el valor mínimo aceptable, además, se empleó el análisis factorial confirmatorio para verificar el modelo teórico de cinco factores, para lo cual se utilizó el método de máxima verosimilitud y se obtuvieron los siguientes resultados: el índice de ajuste absoluto  $\chi^2/df$  fue de 2.07, por debajo del umbral de 4 que se considera indicativo de un buen ajuste al modelo; el error cuadrático medio (RMSEA) fue de .046, menor al valor máximo aceptable de .08; el índice de bondad de ajuste GFI fue de .92 y el índice de bondad ajustada AGFI fue de .90, ambos superando el valor mínimo aceptable de .90.

En relación a la confiabilidad del instrumento, se evidenció una adecuada consistencia interna al obtener un índice de Alpha de Cronbach de 0.81. La escala de respuesta es de tipo Likert, en donde 1= totalmente en desacuerdo, 2= en desacuerdo, 3= ligeramente en desacuerdo, 4= ni acuerdo ni en desacuerdo, 5= ligeramente de acuerdo, 6= de acuerdo y 7= totalmente de acuerdo.

Para medir bienestar psicológico se aplicó la Escala BS de Carol Ryff (1998), versión en español adaptada por Díaz et al, (2006), Este instrumento es una versión abreviada de la Escala de Bienestar Psicológico, aplicado en forma individual conformada por

Se evaluó la validez factorial utilizando un enfoque de análisis factorial confirmatorio a través del método de estimación de máxima verosimilitud. En relación a la confiabilidad, la escala evidenció una adecuada consistencia interna en todas sus dimensiones: autoaceptación (0.83), dominio del entorno (0.71), relaciones positivas (0.81), propósito en la vida (0.83), crecimiento personal (0.68) y autonomía (0.73). La escala de respuesta es de tipo Likert, en el que 1= totalmente en desacuerdo, 2= en

desacuerdo, 3= algunas veces de acuerdo, 4= frecuentemente de acuerdo, 5= de acuerdo y 6= totalmente de acuerdo.

### **Procedimiento**

Para el tratamiento estadístico se utilizó Excel y el programa libre JAMOVI para la cual se elaboró la base de datos y verifico la calidad de los datos.

Para el análisis categórico de las variables de estudio medidas de tendencia central (Media, moda) y medidas de variabilidad (Desviación estándar). Para elegir el estadigráfico para analizar la correlación se realizó la prueba de normalidad mediante coeficiente de Rangos de Spearman. Para la prueba de hipótesis se trabajó con análisis a un nivel del 0.5.

### **Criterios éticos**

La investigación está sustentada en los principios éticos del Informe Belmont. Para el cumplimiento del principio de respeto a las personas, los participantes serán tratados como agentes autónomos y además, se garantizará la protección de aquellos individuos cuya autonomía se encuentra reducida. En relación al principio de beneficencia, se cumplirá respetando las decisiones de los participantes y se buscará reducir cualquier daño y/o perjuicio que pueda afectar su bienestar; por último, el principio de justicia se evidenciará en que todos los participantes serán tratados de la misma manera y no existirá influencia alguna que puedan afectar la investigación.

## **III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

### **3.1 Resultados**

*Tabla 1.*

*Relación entre bienestar psicológico y resiliencia en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo*

	Bienestar psicológico		
	r	IC 95%	p
Resiliencia	-.037	[-.232; .160]	.712

*Nota.* IC= Intervalos de confianza

En la tabla 1 se observa que no existe relación significativa ( $p > .05$ ) entre el bienestar psicológico y la resiliencia en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo. Esto sugiere que, probablemente, las variables actúan de forma independiente entre sí. Por tanto, se rechaza la hipótesis planteada.

Tabla 2.

*Relación entre bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo*

	Bienestar psicológico	
	r	p
Ecuanimidad	-.049	.628
Perseverancia	.138	.170
Confianza en sí mismo	-.018	.862
Sentirse bien solo	-.093	.359
Satisfacción personal	-.176	.079

Nota. IC= Intervalos de confianza

En la tabla 2 se observa que no existe relación significativa ( $p > .05$ ) entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la resiliencia en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo. Esto sugiere que, probablemente, las variables actúan de forma independiente entre sí. Por tanto, se rechaza la hipótesis planteada.

Tabla 3.

*Relación entre resiliencia y las dimensiones de bienestar psicológico en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo*

	Resiliencia	
	r	p
Autoaceptación	.210*	.036
Dominio del entorno	.067	.505
Relaciones positivas	-.238*	.017
Propósito en la vida	.050	.621

Crecimiento personal	.003	.976
Autonomía	-.116	.251

*Nota.* \*= Significativo a nivel  $p < .05$ , IC= Intervalos de confianza

En la tabla 3 se observa que existe relación positiva y significativa ( $p < .05$ ) entre la resiliencia y la dimensión auto aceptación en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo. Esto sugiere que, cuanto mayor sea el aceptarse a sí mismo, mayor será la tendencia a ser resiliente, y viceversa. Por otro lado, existe relación negativa y significativa ( $p < .05$ ) entre la resiliencia y la dimensión relaciones positivas, lo que quiere decir que, a medida que la resiliencia aumenta, es probable que las relaciones interpersonales adecuadas disminuyan, y viceversa.

No obstante, con las demás dimensiones no se encontró relación significativa ( $p > .05$ ).

### 3.2 Discusión

De acuerdo al objetivo general de estudio se obtuvo que no existe relación significativa entre resiliencia y bienestar psicológico ( $p > .05$ ) en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo, dado a que cada variable trabaja de manera independiente. Según Valdivia y Barra (2012) menciona que el bienestar psicológico es entendido como un signo de un desempeño adecuado y favorable en las personas, lo cual facilita y fomenta el crecimiento de sus habilidades junto con el desarrollo individual.

La resiliencia favorece el comportamiento académico del estudiante en desempeñar un papel crucial en el rendimiento, especialmente en disciplinas que implican una carga emocional y así mantengan un adecuado bienestar psicológico significativo como las ciencias relacionadas con la salud. A pesar de ello, el estudio de la resiliencia en estudiantes universitarios ha sido poco explorada y limitada (Ponte, 2017).

Sin embargo, Johnson (2022) ejecutó un estudio cuyo propósito fue examinar la interconexión de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una escuela pública de Chiclayo. Se empleó un enfoque caracterizado como cuantitativo y un diseño singularizado por su naturaleza correlacional. Un total de 98 estudiantes formaron parte

y se utilizaron la ER y la EBP como instrumentos de medición. Se evidenció una interconexión positiva significativa en las variables de estudio. Se concluyó que los individuos que cultivan su capacidad de resiliencia para adaptarse en situaciones difíciles en su rutina, experimentan un efecto beneficioso el cual se representa en su nivel de bienestar psicológico.

Este resultado contradice a lo que se obtuvo, debido a que gran mayoría de estudiantes arrojaron un nivel alto en bienestar psicológico y un nivel medio en resiliencia.

De acuerdo al primer objetivo específico no se encontró relación significativa entre bienestar psicológico y las dimensiones de la resiliencia en ingresantes a una universidad privada de Chiclayo, esto implica lo siguiente: 1) creer en uno mismo y en sus propios recursos; 2) percibir la vida de manera equilibrada, esperando con calma el restablecimiento de la estabilidad personal; 3) tener la capacidad de percibir la vida positivamente para uno mismo, mientras que la presencia del otro no sea un factor decisivo para superar las situaciones difíciles que hay que atravesar; tiene que ver con comprender la vida; dando significado positivo incluso a las dificultades más críticas de la vida. Esto se contradice parcialmente con Bustamante (2019), quien encontró que, entre las mujeres arrestadas por narcotráfico, había una relación significativa entre todas las dimensiones de resiliencia y la variable de bienestar psicológico pero la relación de ecuanimidad estaba inversamente relacionada. Por otro lado, esto es parcialmente sustentado por Fernández (2018), quien en su estudio con adolescentes en Huaral encontró que las dimensiones de resiliencia: autoconfianza, satisfacción personal y bienestar solo se asociaron significativamente con el bienestar psicológico; emparejamiento en las dimensiones de confianza en uno mismo y bienestar, como en nuestro estudio.

De acuerdo con el segundo objetivo específico existe relación positiva significativa ( $p < .05$ ) entre la resiliencia y la dimensión autoaceptación en ingresantes a una universidad privada de Chiclayo. Esto sugiere que cuanto mayor es la autoaceptación, mayor es la tendencia hacia la resiliencia, y viceversa, lo cual es consistente con los modelos teóricos de Vagnil y Young (1993) y Rieff (1989). Un estudiante que se acepta a sí mismo, tiene conexiones adecuadas con los demás y es

autónoma normalmente afrontara eficazmente los acontecimientos angustiantes. Esto es sustentado por Bustamante (2019) y sustentando parcialmente por Fernández (2018), quien determino que existe una correlación positiva entre la confianza (similar a la autoaceptación con la variable de resiliencia).

## IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 4. 4 Conclusiones

- Se encontró que no existe relación significativa entre bienestar psicológico y resiliencia con un valor de ( $p > .05$ ). Esto sugiere que, probablemente, las variables actúan de forma independiente entre sí.
- Se observa que no existe relación significativa entre bienestar psicológica y las dimensiones de la resiliencia con un valor ( $p > .05$ ), sugiere que las variables actúan de forma independiente entre sí.
- Existe relación positiva y significativa ( $p < .05$ ) entre resiliencia y auto aceptación. Esto significa que existe correlación directa y altamente significativa entre la dimensión y la variable.
- Con las demás dimensiones no se encontró relación significativa ( $p > .05$ ).

### 4.4 Recomendaciones

- Se recomienda continuar con diversas investigaciones de bienestar psicológico con variables que permitan la comprensión del constructo, en este caso la variable de resiliencia como posibles factores o riesgos para el ser humano.
- Se sugiere a las distintas instituciones que se puedan hablar sobre estos temas para poder detectar algún posible factor de vulnerabilidad ante diversos cambios, o adaptabilidad del estudiante.
- Se recomienda a las instituciones tanto particulares como privadas cuenten con un departamento de psicología y así poder brindar un acompañamiento al estudiante, brindándole la confianza y ayudarlo a poder elegir la carrera en la

cual se sienta cómodo, sabiendo manejar sus emociones y controlando el nivel de estrés.



## REFERENCIAS

- Abbott, R., Ploubidis, G., Huppert, F., Kuh, D. & Croudace, T. (2010). An evaluation of the precision of measurement of ryff's psychological well-being scales in a population sample. *Social Indicators Research*, 97(2): 357-373. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9506-x>
- Alzás, T., León, B., Mendo, S., Pérez, E., Polo, M., Solanas, E., Nieto, C. & López, V. (2023). *Estudio sobre bienestar psicológico y salud mental del estudiantado de la Universidad de Extremadura*. <http://hdl.handle.net/10662/17299>
- Arhuis, W. & Ipanaqué, M. (2023). La relación entre las habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantado universitario de Chimbote. *Revista Electrónica Educare*, 27(2): 1-14. <https://doi.org/10.15359/ree.27-2.15848>
- Lamas, H. (2018). Bienestar (subjetivo, psicologico y social) y resiliencia en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud, Universidad Autónoma de Ica. Chíncha 2018. (Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de Ica). <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/484>
- Piña, K. (2017). Bienestar psicológico y resiliencia en jóvenes universitarios. (Tesis de Maestría, Universidad Autónoma del Estado de México) <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/68666/TesisBPfinal.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Barragán, A. (2023). Bienestar, salud mental óptima y florecimiento: esclareciendo y diferenciando conceptos complejos. *Liberabit*, 29(2): 680-692. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2023.v.29n2.680>
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3): 125-146. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.11.num.3.2006.4024>
- Berg, S., Prichard, R. & Rivera, A. (2023). Psychological well-being in asian and asian american university students: impacts of discrimination. *Journal of Adolescent Health*, 73(3): 510-518. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.04.016>
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Cisspraxis

- Blessin, M., Lehmann, S., Kunzler, A., van Dick, R. & Lieb, K. (2022). Resilience interventions conducted in western and eastern countries-a systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11): 1913-1922. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116913>
- Cicchetti, D., Becker, B. & Luthar, S. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3): 543-562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Cucho, M. & Luján, G. (2023). Gestión operativa del servicio de salud mental para el desarrollo del bienestar psicológico en universitarios pospandemia. *Ciencia Latina*, 7(1): 1284-1301. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i1.4481](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4481)
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3): 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Dumciene, A. & Pozeriene, J. (2023). The emotions, coping, and psychological well-being in time of covid-19: case of master's students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10): 1014-1022. <https://doi.org/10.3390/ijerph19106014>
- Guo, H., Kitcharoen, P., Phukao, D. & Poopan, S. (2023). The causal relationship between social support and psychological well-being among undergraduate students in North China. *Journal of Education and Health Promotion*, 11(2): 308-318. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_418\\_22](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_418_22)
- Joshanloo, M. (2019). Investigating the relationships between subjective well-being and psychological well-being over two decades. *Emotion*, 19(1): 183-187. <https://doi.org/10.1037/emo0000414>
- Linares, R. (2015). *Resiliencia o la adversidad como oportunidad*. España: El Prado
- Luo, L. (2023). The practice of psychological well-being education model for poor university students from the perspective of positive psychology. *Frontiers in Psychology*, 13(4): 1250-1258. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.951668>
- Marín, C., Jorquera, Y. & Rojas, P. (2023). Estudio descriptivo sobre el bienestar psicológico

en estudiantes universitarios en contexto de pandemia. *Revista de Investigaciones*, 18(1): 79-91. <https://doi.org/10.33304/revinv.v18n1-202300>

Martins, M. & Figueroa, M. (2023). Factores psicológicos de los estudiantes universitario y calidad de vida: una revisión sistemática. *Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 40(1): 25-41. <https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.1.2>

Masten, A. & Obradovic, J. (2006). Competence and resilience in development. *Annals of The New York Acedemic of Sciences*, 1094(2): 13-27. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.003>

Masten, A. & Tellegen, A. (2012). Resilience in developmental psychopathology: contributions of the project competence longitudinal study. *Development and Psychopathology*, 24(2): 345-361. <https://doi.org/10.1017/S095457941200003X>

Masten, A. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: frameworks for research, practice, and translational synergy. *Development & Psychopathology*, 23(2): 493-506. <https://doi.org/10.1017/s0954579411000198>

Matteucci, C. & Soncini, A. (2023). Self-efficacy and psychological well-being in a sample of Italian university students with and without specific learning disorder. *Research in Developmental Disabilities*, 110(4): 1038-1046. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2021.103858>

Morales, F., Espigares, I., Brown, T. & Pérez, J. (2022). The relationship between psychological well-being and psychosocial factors in university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13): 4778-4788. <https://doi.org/10.3390/ijerph17134778>

Muñoz, C. (2007). Perspectiva psicológica del bienestar subjetivo. *Psicogente*, 10(18): 163-173. pp. 163-173. [www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552352006](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552352006)

Omodan, I. (2023). Psychological implication of student unrest on student leaders: a social support perspective. *Heliyon*, 9(11): 1250-1264. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e22334>

Ortega, S., y Mijares, B. (2018). Concepto de resiliencia: desde la diferenciación de otros

constructos, escuelas y enfoques. *Revista Científica Electrónica de Ciencias Humanas*, 39(13): 30-43. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7149438>

Paleari, F., Ertan, I., Cavagnis, L. & Donato, S. (2023). Family resilience and dyadic coping during the outbreak of the covid-19 pandemic in italy: their protective role in hedonic and eudaimonic well-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(18): 1719-1726. <https://doi.org/10.3390/ijerph20186719>

Quang, M., Thanh, T., Soliman, M., Khoury, B. & Chau, N. (2023). Self-compassion, mindfulness, stress, and self-esteem among vietnamese university students: psychological well-being and positive emotion as mediators. *Mindfulness*, 13(10), 2574-2586. <https://doi.org/10.1007/s12671-022-01980-x>

Roosa, M. (2000). Some thoughts about resilience versus positive development, main effects versus interactions, and the value of resilience. *Child Development*, 71(3): 567-579. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00166>

Rutter, M. (2007). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals New York Academy of Sciences*, 1094(2), 1-12. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.002>

Ryan, M. & Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(4): 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>

Ryff, C. & Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4): 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

Ryff, C. & Singer, B. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social Science Research*, 35(4): 1103-1119. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2006.01.002>

Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Ryff, C. (2019). Entrepreneurship and eudaimonic well-being: Five venues for new science. *Journal of Business Venturing*, 34(4): 646-663.

<https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2018.09.003>

Schäfer, S., Kunzler, A., Kalisch, R., Tüscher, O. & Lieb, K. (2022). Trajectories of resilience and mental distress to global major disruptions. *Trends in Cognitive Sciences*, 26(12):1171-1189. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2022.09.017>

Seligman, M. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press.

Tarragona, M. (2013). Psicología positiva y terapias constructivas: una propuesta integradora. *Terapia Psicológica*, 31(2): 115-125.

<https://doi.org/10.4067/S0718-48082013000100011>

Vences, K., Márquez, J. & Cardoso, D. (2023). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios de nuevo ingreso. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 13(26): 438-465. <https://doi.org/10.23913/ride.v13i26.1385>

Vergara, M. (2023). Trastornos mentales y bajos niveles de bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Científica Ciencia y Salud*, 5(1): 1-9.

<https://doi.org/10.53732/rccsalud/2023.e5113>

Vielma, J. & Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo.

Una breverevisión teórica. *Educere*, 14(49): 265-275.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35617102003>

Wagnild, G., y Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing*

*Measurement*, 1(2): 165-178.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7850498/>

Waterman, A. (1993). Two conceptions of happiness: contrasts of personal

expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4): 1250-1264. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>

**Matriz de operacionalización de las variables**

<b>VARIABLE</b>	<b>DIMENSIÓN</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>ÍTEMS</b>	<b>TÉCNICA E INSTRUMENTO</b>
Bienestar psicológico	Autoaceptación	Autocompasión	1,7,13,19,25,31	La técnica será la encuesta y el instrumento será la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff
	Dominio del entorno	Control del entorno, manejo del ambiente	5,11,16,22,28, 39	
	Relaciones positivas	Relaciones interpersonales saludables	2,8,14,20,26,32	
	Propósito en la vida	Objetivos, metas, sentido de vida	6,12,17,18,23,29	
	Crecimiento personal	Desarrollo personal	24,30,34,35,36,37,38	
	Autonomía	Independencia	3,4,9,10,15,21,27,33	

Resiliencia	Ecuanimidad	Equilibrio, medida, sensatez	7, 8, 11 y 12	La técnica será la encuesta y el instrumento será la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young
	Perseverancia	Tenacidad, constancia, empeño	1, 2, 4, 14, 15, 20 y 23	
	Confianza en sí mismo	Seguridad, decisión	6,9,10,13,17,18 y 24	
	Sentirse bien solo	Autosuficiencia, autónomo	3,5 y 19	
	Satisfacción personal	Regocijo, complacencia	16, 21, 22 y 25	




**ANEXO 02: ACTA DE REVISIÓN DE SIMILITUD DE LA INVESTIGACIÓN**

Yo **Efrén Gabriel Castillo Hidalgo** docente del curso de **Investigación II** del Programa de Estudios de **Escuela académico profesional de Psicología** y revisor de la investigación del (los) estudiante(s), **Huaroto Adrianzen Estefanny Silvia, Vidarte Vidaurre Sara Paola**, titulada:

**BIENESTAR PSICOLOGICO Y RESILIENCIA EN INGRESANTES A UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE  
CHICLAYO**

Se deja constancia que la investigación antes indicada tiene un índice de similitud del **14%**, verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el software de similitud TURNITIN. Por lo que se concluye que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con lo establecido en la Directiva sobre índice de similitud de los productos académicos y de investigación en la Universidad Señor de Sipán S.A.C., aprobada mediante Resolución de Directorio N° 145-2022/PD-USS.

En virtud de lo antes mencionado, firma:

<b>Castillo Hidalgo Efrén Gabriel</b>	DNI: 00328631	
---------------------------------------	---------------	---

Pimentel, 20 de diciembre de 2023.

**ANEXO 03: ACTA DE APROBACIÓN DEL ASESOR**

Yo **Llacs Vasquez Mercedes**, quien suscribe como asesor designado mediante Resolución de Facultad N° 1264, del proyecto de investigación titulado **Bienestar Psicológico y Resiliencia en ingresantes a una universidad privada de Chiclayo.**, desarrollado por el(los) estudiante(s) **Huaroto Adrianzen Estefanny Silvia, Vidarte Vidaurre Sara Paola.**, del programa de estudios de **Escuela profesional de Psicología**, acredito haber revisado, realizado observaciones y recomendaciones pertinentes, encontrándose expedito para su revisión por parte del docente del curso.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Mg. Llacs Vasquez Mercedes	DNI: 16725703	
Huaroto Adrianzen Estefanny Silvia	DNI: 72634709	
Vidarte Vidaurre Sara Paola	DNI: 73016712	

Pimentel, 27 de Diciembre de 2023

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

### **Bienestar Psicológico y Resiliencia en ingresantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023**

Usted está siendo invitado(a) a participar en este estudio; cuyo objetivo es determinar la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en ingresantes a una universidad privada de Chiclayo, 2023. Espero contar con su ayuda para alcanzar las metas de esta investigación, su participación consistirá en responder de manera sincera a las preguntas planteadas. Esto le tomará aproximadamente entre 20 a 30 minutos de su tiempo para la resolución.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los objetivos de esta investigación. Igualmente, puede retirarse de la investigación en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante el cuestionario le parece incómoda, tiene usted el derecho de comunicarlo al investigador. De antemano agradezco su colaboración, y con ello queremos resaltar la importancia de su participación.

#### **Consentimiento Informado**

Está de acuerdo en participar en la Investigación

SI   NO