UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020

PARA OPTAR POR EL TITULO PROFESIONAL DE

LICENCIADO EN PSICOLOGIA

Autor(a):
Bach. Castro Espinoza Maritza Giovanna
ID ORCID: 0000-0002-1785-9845

Asesor(a):
M. Sc. Montenegro Ordoñez Juan
ID ORCID: 0000-0002-7997-8735

Línea de Investigación:
Comunicación y Desarrollo Humano

Pimentel - Perú

2020

Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020

Castro Espinoza Maritza Giovanna

Autor

M. Sc. Montenegro Ordoñez Juan

Asesor

Presidente de jurado

Secretaria de jurado

Vocal/asesor de jurado

DEDICATORIA

A mis padres, por su amor, trabajo, dedicación y sacrificio en todo este tiempo, gracias a ustedes he logrado cumplir una de mis metas. Me siento orgullosa y privilegiada de ser su hija, son los mejores padres que tengo, los amo.

A mis hijos Camila y Sebastian, quienes son mi principal motivación para superarme. Gracias mi niña Camila por estar siempre presente, y por tu apoyo incondicional.

AGRADECIMIENTO

A mi asesor el Mg. Juan Montenegro Ordoñez, por sus enseñanzas y valiosos aportes y sugerencias que han permitido culminar con la realización de la tesis.

A mi familia, por ser siempre mi fuente de inspiración y el motivo que me conduce a ser cada día mejor.

A mi querida alma mater, Universidad Señor de Sipán, por brindarme los conocimientos y enseñanza de calidad, para ser una psicóloga de éxito.

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación existente entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020. Correspondió a una investigación de tipo cuantitativo, y de diseño no experimental transaccional correlacional. La población estuvo conformada por 210 estudiantes que aplican el 4to año de nivel secundario en la institución educativa. La muestra estuvo conformada por 64 estudiantes, aplicándose un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicaron la Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A) versión Digital y Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA), versión Digital, de autoría propia y con adecuada validez y confiabilidad comprobada en una prueba piloto en la población objetivo. Se determinó una relación positiva, moderada y muy significativa entre bienestar psicológico y resiliencia (rho=,583; p=,000). Así también relación positiva y significativa o muy significativa entre Bienestar psicológico con las dimensiones de resiliencia: ecuanimidad (rho=,553; p<,01), confianza en sí mismo (rho=,408; p<,05) y sentirse bien solo (rho =,391; p<,027). Por otro lado, se identificó relación positiva y significativa o muy significativa entre la resiliencia y las dimensiones de bienestar psicológico: autoaceptación (rho=,797; p<,01), relaciones positivas (rho=,391; p<,05) y autonomía (rho=,386; p<,05). Se concluye que a mayor resiliencia en un estudiante de cuarto de secundaria, mayor bienestar psicológico; y viceversa.

Palabras clave: Bienestar psicológico, resiliencia, estudiante.

ABSTRACT

The present study aimed to determine the relationship between psychological well-being and resilience in students of an educational institution in the city of Chiclayo, 2020. It corresponded to a quantitative research, and of a non-experimental, transactional correlational design. The population consisted of 210 students who apply to the 4th year of secondary level at the educational institution. The sample consisted of 64 students, applying a non-probability sampling for convenience. The Psychological Wellbeing Scale in Adolescents (EBP-A) Digital version and the Resilience Scale in Adolescents (ERA), Digital version, self-authored and with adequate validity and reliability verified in a pilot test in the target population were applied. A positive, moderate, and highly significant relationship was found between psychological well-being and resilience (rho = .583; p = .000). As well as a positive and significant or very significant relationship between psychological well-being with the dimensions of resilience: equanimity (rho = .553; p <.01), self-confidence (rho = .408; p <.05) and feeling good alone (rho = .391; p <.027). On the other hand, a positive and significant or very significant relationship was identified between resilience and the dimensions of psychological well-being: self-acceptance (rho = .797; p <. 01), positive relationships (rho = .391; p <. 05) and autonomy (rho = .386; p <.05). It is concluded that the greater resilience in a fourth-year high school student, the greater the psychological well-being.

Keywords: Psychological well-being, resilience, student.

ÍNDICE

RESUMEN iv
ABSTRACT v
ÍNDICE vi
I. INTRODUCCIÓN 8
1.1. Realidad problemática 8
1.2. Antecedentes de estudio 10
1.3. Teorías relacionadas al tema 14
1.3.1. Fundamentación teórica del Bienestar Psicológico 14
1.3.2. Fundamentación teórica de la Resiliencia 18
1.4. Formulación del Problema 21
1.5. Justificación e importancia del estudio 21
1.6. Hipótesis 22
1.6.1. Hipótesis General 22
1.6.2. Hipótesis Específicos 23
1.7. Objetivos 23
1.7.1. Objetivo general 23
1.7.2. Objetivos específicos 23
II. MATERIAL Y MÉTODO 24
2.1. Tipo y diseño de la investigación 24
2.2. Población y Muestra 25
2.3. Operacionalización 25
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad 27
2.5. Procedimientos de análisis de datos 29
2.6. Criterios éticos 30
2.7. Criterios de rigor científico 30
III. RESULTADOS 31
3.1. Resultados en Tablas y Figuras 31
3.2. Discusión de resultados 34
IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 38
4.1. Conclusiones 38
4.2. Recomendaciones 38
REFERENCIAS 40
ANEXOS 43

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. *Operacionalización de Variables* 26

Tabla 2. *Análisis de la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo* 31

Tabla 3. *Niveles de bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo*..... 31

Tabla 4. *Niveles de resiliencia en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo* 32

Tabla 5. *Análisis de la relación entre las dimensiones de resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo* . 32

Tabla 6. *Análisis de la relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo* ... 33

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

La adolescencia es una etapa crítica en la vida de cualquier persona, muchos de los cuales pasan por cambios cruciales que definen su personalidad y a su vez es una etapa en el cual se desarrollan ciertos caracteres que lo definen como individuo, no obstante, no todos adquieren estas peculiaridades de una forma afable, sino en muchos casos tras atravesar situaciones duras o complejas en sus vidas. Cabe señalar que la psicología moderna también puede, en etapas tempranas, abordar factores protectores como la resiliencia y el bienestar, de acuerdo con Bel (2015) señala abiertamente que la gran defensa del adolescente será la resiliencia.

Respecto al bienestar psicológico se deja claro que durante la adolescencia la autoestima se fortalece como "un estado mental, sentimiento o concepto valorativo de la propia persona, construido en base a pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que son interiorizadas en el transcurso de la vida", tal como lo señala Silva y Omar (2015).

Así mismo Solórzano (2019) también expresa su preocupación en cuanto a la necesidad de esbozar programas para mejorar la inteligencia emocional con la finalidad de favorecer el bienestar psicológico en adolescentes peruanos (p.35).

La Organización Mundial de la Salud (2019) enfatiza que la adolescencia es una etapa especial y formativa con individuos cuyas edades están comprendidas entre los 10 y 19 años. Así mismo, los cambios físicos, emocionales y sociales que se producen en dicha etapa pueden ocasionar problemas de salud mental en los adolescentes.

Por otro lado, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2011) manifiesta que la salud mental del adolescente es un desafío urgente para la investigación y la inversión internacional. Los problemas mentales de los adolescentes están asociados a factores lesivos (pobreza, violencia, exclusión) que aumentan el riesgo de enfermedades y muertes prematuras. Como consecuencia de ello el costo socioeconómico que padecen los adolescentes traen consigo efectos adversos en la psicología de los individuos.

A nivel de Sudamérica el bienestar psicológico viene posicionando su importancia y atención en los diferentes campos del desarrollo del ser humano, para efectos de esta investigación, se estudió la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia. Ambos conceptos están vigentes y requieren una revisión en el marco de la educación secundaria, puesto que en muchos gobiernos han dejado precaria la educación en sí misma, y más aún la salud mental de los individuos.

La preocupación por los gobiernos sobre este tema se debe atender de manera urgente, en un estudio que se realizó en Paraguay por Coppari (2012) se observó que las "diferencias significativas en relación con mayor bienestar psicológico subjetivo en los estudiantes de la institución pública y superior bienestar material en los participantes de colegio privado" (p. 55). Sin embargo, el bienestar psicológico está sujeto a otros factores dependiendo del contexto y etapa en la que se desarrollan.

En el caso de Perú, la población joven (entre 15 y 29 años) representa cerca de 8 millones de personas en el 2016 (Instituto Nacional de Estadística e Informática, 2016). Debido al gran segmento que conforma esta población. Es necesario darles prioridad y por ende crear políticas que garanticen su bienestar psicológico para reforzar su resiliencia.

En una encuesta realizada por Ipsos Perú (2018, citado por Unicef, 2018) el "64% de los electores de la gran capital opina que los municipios de su localidad no trabajan por el bienestar de los adolescentes". También se evidencia que el mismo grupo poblacional considera que se encuentran en condiciones poco favorables para su desarrollo.

Teniendo en cuenta la situación planteada, como repercute este problema en los adolescentes del Perú. La Organización de las Naciones Unidas (2018) en su informe "Desafíos y prioridades: políticas de adolescentes y jóvenes en el Perú" detalla que el Estado debe tratar con cuatro temas importantes en su agenda política, uno de ellos es la deserción escolar que, a causa de la pobreza, la violencia escolar y por último los embarazos no deseados han sido piezas clave para que se produzca esta deserción, teniendo en cuenta el ámbito urbano, que en contraste con los sectores más vulnerables la deserción escolar se ha incrementado sustancialmente.

Basándose en dichos problemas, se observó una problemática muy similar en la Institución Educativa Emblemática "Nicolás La Torre" de la ciudad de Chiclayo, específicamente en los estudiantes de los últimos grados de secundaria, quienes en su

mayoría no manifestaron una adaptación funcional a la educación virtual, y han sido afectados por el COVID 2019 en el campo de la salud y el económico, al ser hijos de personas en su mayoría, con trabajos independientes o informales, que no percibieron ingresos por el periodo de cuarentena; es así que los adolescentes referían sentirse desmotivados, infelices, con constantes discusiones con sus cuidadores principales; denotando una escasa resiliencia, y niveles bajos de bienestar psicológico. Ante ello, la necesidad de determinar si el bienestar psicológico era un factor clave para que este grupo etario afronte estas circunstancias de una mejor manera, teniendo en cuenta que "estas transiciones y decisiones pueden ser facilitadas o dificultadas por factores biológicos, psicológicos y sociales relacionados con el área de residencia, género y condiciones de vida", tal y como lo señala el mismo informe de la ONU (2018, p.13).

1.2. Antecedentes de estudio

1.2.1. Ámbito Internacional

Del Toro y Chávez (2017), en México realizaron un estudio titulado *"Adolescentes: estudio de la resiliencia en un contexto escolarizado".* El objetivo de dicho trabajo fue identificar los niveles de resiliencia en adolescentes bajo el contexto escolarizado a través de una metodología de tipo cuantitativa y a su vez descriptiva, tomando como muestra a 302 estudiantes, de los cuales 132 fueron hombres y 170 mujeres. Los resultados mostraron niveles tanto bajos como medios en los cinco factores según la escala de resiliencia. Concluyendo así, que la promoción de la resiliencia y los factores que la conforman la muestra seleccionada (adolescentes), sirve para consolidar su capacidad de adaptación y de superar la adversidad para de ese modo influir en su desarrollo integral.

Además de lo anterior mencionado Piña (2017), brinda otra perspectiva, en México desarrolló la tesis de investigación denominada: *"Bienestar Psicológico y Resiliencia en Jóvenes Universitarios".* Esta investigación buscó determinar la correlación entre la resiliencia y el bienestar psicológico, esto debido a que los estudiantes en etapa universitaria pueden padecer de un fuerte estrés. Para ello se tomó una muestra conformada por 350 participantes, en edades comprendidas entre los 17 y 20 años entre hombres y mujeres de diferentes universidades públicas. Para llevar a cabo dicha investigación se aplicó la escala de bienestar psicológico de Gonzales, la escala de resiliencia de Gonzales – Arratia. Finalmente, los resultados mostraron un alto nivel de resiliencia y bienestar, puesto que la

correlación alcanzó una asociación positiva significativa, llegando a la conclusión que el bienestar psicológico y la resiliencia son habilidades necesarias para el transcurso de la vida y así mismo estas deben ser potencializadas en los estudiantes universitarios para que de esta forma puedan llegar a ser profesionistas con un elevado nivel de bienestar psicológico y resiliencia que les permitirá sobreponerse de forma óptima frente a las adversidades que se les presente.

Continuando con las diferentes investigaciones en el ámbito internacional, Mayordomo, Sales, Satorres y Meléndez (2016) en España elaboraron un artículo científico titulado "*Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción*" de la Universidad de Valencia en la cual tuvieron como objetivo evaluar las diferencias entre el bienestar psicológico en relación a grupos en función de su edad, sexo e interacción, estos grupos fueron conformados por 706 participantes divididos en jóvenes, adultos y adultos mayores a los cuales se les aplicó las escalas de bienestar psicológico de Ryff. Los resultados mostraron que en el grupo de edad, jóvenes presentan un buen bienestar psicológico en la dimensión de crecimiento personal y relaciones positivas con otros, sin embargo, presenta puntuaciones bajas en la dimensión dominio del entorno de tal variable. Como conclusión de dicha de investigación se instó a que se promuevan las relaciones sociales y las capacidades de los sujetos, tanto en hombre como en mujeres.

Finalmente, en España, en la investigación de Hernández (2016) denominada "*Resiliencia y bienestar psicológico de un grupo de adolescentes en riesgo de exclusión social"*, se buscó identificar aquellas variables que inciden en el bienestar psicológico, teniendo en cuenta las variables resiliencia, bienestar psicológico, autoestima, y apoyo social en los adolescentes en riesgo de exclusión social. Se tomó como muestra a 27 adolescentes de un centro de atención y compensación socioeducativa. Para el cumplimiento de los objetivos se utilizaron cuestionarios con una alta validez y confiabilidad. Los resultados revelaron que entre las variables evaluadas de forma directa y significativa. Asimismo tras el procesamiento de datos a nivel estadístico mostraron que las variables Resiliencia, Autoestima y Apoyo social explican conjuntamente el Bienestar Psicológico, es decir que el bienestar psicológico es causado por las variables antes mencionadas. Tras el desarrollo de la interpretación de los resultados, se llegó a la conclusión que los adolescentes vulnerables, tras haber desarrollado la capacidad de resiliencia en sus vidas, llegan a tener un impacto positivo presentando altos niveles de bienestar psicológico.

1.2.2. Ámbito Nacional

En el ámbito nacional se han efectuado ciertas investigaciones, de las cuales se especifican seguidamente.

La investigación de Bustamante (2019) denominada "*Resiliencia y Bienestar Psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de Drogas en un establecimiento Penitenciario de Lima"*, sustentado en la Universidad Señor de Sipán, pretendió establecer la relación, entre resiliencia y bienestar psicológico de las mujeres internas por tráfico ilícito de drogas. Para lograr dicho objetivo se recurrió a extraer una muestra de 69 internas, de entre 20 a 62 años, siendo los instrumentos usados la escala de resiliencia de Wagnild y Young y por otro lado la escala de Bienestar Psicológico en Adultos para medir el bienestar psicológico. Los resultados mostraron que a mayores niveles de bienestar psicológico mayor será la resiliencia, por lo que a primera instancia se mostró una relación significativa entre dichas variables. Así mismo, se halló una relación negativa entre las dimensiones del bienestar psicológico y la dimensión ecuanimidad de la variable resiliencia. Cabe precisar también que entre las dimensiones del "Bienestar psicológico" y las dimensiones de la "Resiliencia" se halló una relación positiva significativa. Esto sugiere que el bienestar psicológico conlleva a tener una mayor confianza en sí mismo para afrontar situaciones adversas por parte de las internas por tráfico ilícito de drogas, siendo esta la conclusión de la investigación en donde existe relación significativa entre ambas variables.

En la investigación de Tello (2018) de Lima, se desarrolló un estudio denominado *"Calidad de vida y Bienestar psicológico en estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana"*. Se planteó determinar la asociación entra la calidad de vida y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de psicología. Para la realización de esta tesis se tomó como muestra a 1163 estudiantes en etapa universitaria y cuya muestra fue extraída de forma intencionada y por ende no probabilística. Así mismo la metodología que se empleó estuvo compuesta por dos instrumentos, como primer instrumento se utilizó la escala de bienestar psicológico de Ryff y el segundo instrumento fue la escala de calidad de vida de Bernes y Olson, los cuales presentaron propiedades psicométricas adecuadas para dicho estudio. Los resultados mostraron que con respecto al bienestar psicológico, no se encontraron diferencias según sexo, sin embargo, se observaron diferencias en cuanto al año de estudio. Finalmente se concluyó que entre la variable calidad de vida y la variable bienestar psicológico, prevalece una correlación directamente proporcional.

Por otro lado, en la investigación propuesta por Campos (2018), en Lima se planteó una investigación titulada "*Bienestar Psicológico en estudiantes (según semestre de estudios y género) de una Universidad Privada de Lima*" en la Universidad Ricardo Palma. En esta tesis, el autor tuvo como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y las variables sociodemográficas por semestre de estudio y género, para ello el investigador extrajo una muestra de 104 estudiantes de una Universidad Privada de Lima en la cual se aplicó como instrumento de recolección de datos la Escala de Bienestar Psicológico (PWBS) de Ryff. Tras el tratamiento de la información los resultados develaron que existe poca correlación entre el género y las relaciones positivas con otros. Sin embargo, no se hallaron datos estadísticamente significativos para establecer una relación entre el resto de las variables y finalmente, con respecto a las variables "sociodemográficas" llegaron al mismo resultado.

En otra investigación de índole nacional, se ha encontrado la investigación de Retiz (2016) en Lima, el estudio denominado "*Resiliencia, Bienestar Y Expresión Artística en jóvenes en situación de pobreza"*; el objetivo que se planteó el autor fue determinar si existe una conexión entre la resiliencia, bienestar y práctica artística tomando como población a 202 jóvenes que viven en pobreza o pobreza extrema, en edades comprendidas entre 18 y 25 años. Para medir los resultados se usaron la Escala de Resiliencia para Adultos, la Escala Flourishing, y la Scale of Positive and Negative Experience. Los hallazgos de esta investigación mostraron que existe correlación entre el bienestar con respecto a las horas de práctica semanales, así como también entre la resiliencia y los años de práctica y finalmente entre la resiliencia con el bienestar, de este modo se incrementa la cohesión lo que a su vez incrementa el nivel de resiliencia y de esta forma afrontar situaciones adversas como la violencia o carencia de servicios básicos, puesto que los recursos psicológicos individuales estarían siendo provistos por el involucramiento en espacios de expresión artística. Como conclusión se determinó que aquellos jóvenes que viven situaciones de bajos recursos económicos y practican arte, presentan un mayor nivel de bienestar psicológico y resiliencia a diferencia de aquellos que no practican actividades artísticas, esto es debido a que este tipo de actividades aumentan el sentido de pertenencia de los individuos.

1.2.3. Ámbito Local

En el ámbito local, Vallejos (2020) desarrolló una tesis titulada *"Estilos de personalidad y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa de*

Chiclayo 2019" identificando que las dimensiones crecimiento personal y relaciones positivas estaban correlacionadas negativamente a la personalidad de estilo inhibido, concluyéndose que el bienestar psicológico está correlacionado negativamente con la personalidad violenta y positivamente con la personalidad sociable.

Córdova y Vásquez (2018) realizaron una investigación titulada "*Socialización parental y resiliencia en adolescentes de secundaria de una institución educativa-Chiclayo, 2016",* hallaron que existía asociación significativa entre resiliencia y los componentes socioparentales maternos afecto y diálogo, sugiriendo que dialogar y demostrar afecto por parte de la madre, estaba relacionado significativamente a que los adolescentes presenten altos niveles de resiliencia.

Siancas y Uriarte (2017) desarrollaron una investigación titulada "*Estilos de afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en policías de tránsito de la ciudad de Chiclayo*", hallando que estaban asociadas positivamente, ello sugería que a mayor afrontamiento al estrés, índices más altos de bienestar psicológico en los policías de tránsito de Chiclayo, y viceversa.

1.3. Teorías relacionadas al tema

1.3.1. Fundamentación teórica del Bienestar Psicológico

Definición

El concepto del bienestar psicológico se atañe con el equilibrio, la organización satisfactoria de percepciones, pensamientos y sentimientos que configuran un equipamiento personal para manejas adecuadamente las emisiones en lo cotidiano y en momentos de dificultad y conflicto.

Se erige como un concepto central de la cada vez más consolidada psicología positiva. Concretamente, se refiere a la adquisición de valores que conduzcan a la autorrealización de las personas, la búsqueda de significado, consecución de propósitos vitales y la autenticidad humana (Freire et al, 2017).

El bienestar psicológico, no es sencillamente una vida feliz y punto. Es entender la vida con sus dificultades y alegrías. Enfrentar las crisis y conferirle un significado constructivo a la dificultad, más aún, poder hallar experiencias positivas en medio del abatimiento que haga digno y, hasta hermoso, enfrentarlo (Jerez y Oyarzo, 2015).

Modelos teóricos

Modelo de Sánchez-Cánovas.

El modelo de Sánchez-Cánovas se basa en gran medida por Diener en 1995, en donde al bienestar psicológico lo clasifican en tres categorías, la primera categoría es el predominio de los sentimientos positivos sobre los negativos; la segunda categoría es la satisfacción con la vida y finalmente está la posesión de cualidades de un conjunto de valores (Sánchez-Cánovas, 2017). Dicho autor establece una relación entre el bienestar psicológico con el concepto de felicidad, misma que se llega a alcanzar como una autoevaluación de los sentimientos positivos como negativos. Así también, menciona que con frecuencia se vincula a la felicidad con diversas acepciones de bienestar, se refiere, por ejemplo, al desarrollo de la salud, existencia amorosa personal y familiar, ambientes laborales satisfactorios, relaciones de amistad, desarrollo de gustos, ocio y aficiones, estabilidad económica y bienestar psicológico. Esta múltiple confusión dificultó el acuerdo respecto de un concepto sólido e integrador. Por ello, el mencionado investigador propuso hacer una diferenciación entre bienestar/felicidad, afectividad positiva y negativa integrándolas una evaluación total del bienestar psicológico. Su dedicado trabajo de investigación hace converger estos constructos en un diagnóstico global de bienestar psicológico e incluye, con aceptación en gran parte de los colectivos científicos, a elementos alusivos al bienestar laboral. Es así que Sánchez-Cánovas propone teóricamente que distintas subdimensiones amalgamadas en la evaluación, configuren el bienestar psicológico como ente global. Las mismos se detallan a continuación: i) Bienestar subjetivo: Esta dimensión está formada por el elemento cognitivo asociado con la satisfacción con la vida y otros dos elementos afectivos que son la satisfacción positiva y la satisfacción negativa; ii) Bienestar material: De manera general, se refiere a la percepción de la persona con lo que ha conseguido a nivel material y económico en el desarrollo de la vida; iii) Bienestar laboral: La forma complaciente y positiva enfrentarse al trabajo; iv) Bienestar en las relaciones de pareja**:** Se considera que la satisfacción con la pareja resulta vital para consecución de la felicidad.

Modelo multidimensional del Bienestar Psicológico.

Ryff (1989) integró conceptos que venían siendo analizados y sometidos a estudios científicos. En el año de 1989 propuso su muy reconocido y vigente modelo sobre el bienestar psicológico, que se ha convertido en piedra angular para sendas investigaciones que se

realizan en la psicología positiva contemporánea y en la ciencia psicológica en general. Dicha académica concibe el Bienestar Psicológico como el crecimiento individual y el incremento de las capacidades, concretamente, se concentró en rasgos inherentes al funcionamiento positivo de las personas. Su observación meticulosa le permitió identificar seis dimensiones constitutivas del bienestar psicológico.

Ryff (1989, citada por Gonzales, 2017) entrega a la comunidad científica una propuesta inédita de las dimensiones que integran el Bienestar Psicológico. Estas reflejarán aspectos vitales de salud mental como el bienestar, percepción de salud, y funcionamiento óptimo. Dicha investigadora se dedicó al estudio de dimensiones o factores que contribuyan de manera significativa a la calidad de vida. Produjo un cuestionario que permite la medición del bienestar psicológico, extrajo seis criterios conducentes a la autorrealización y desarrollo de potencial de los seres humanos. Las seis dimensiones que sugiere esta académica son a) autoaceptación; b) dominio del entorno; c) relaciones positivas con los demás; d) autonomía; e) crecimiento personal; f) propósito de vida. Según dicha autora, la dimensión autoaceptación se refiere a la capacidad de aceptación integral de los aspectos de la persona, los acontecimientos del pasado, tal cual sucedieron, con sentido de equilibrio y sosiego. El trabajo de aceptación de su cuerpo, emociones y pensamientos les permite configurar una percepción más positiva de sí mismos. Sin embargo, la autoestima disminuida dificulta a la autoaceptación, aumenta la percepción de sentirse abrumado e impotente, así como la dificultad para solucionar problemas. Con respecto a la dimensión dominio del entorno, Ryff refiere que es la capacidad personal para desenvolverse en entornos de dificultad, la persona demuestra los recursos de adaptación en contextos de adversidad, cuando se tiene desarrollado el sentido de dominio del entorno se puede influir mejor en las variables intervinientes y manejarlas con creatividad y éxito. En contraste, cuando existe un déficit en el dominio del contexto, se tiene mayores dificultades para salir airoso frente a escenarios adversos que se presentan en la vida. Con respecto a la dimensión relaciones positivas con los demás, Ryff refiere que es la capacidad que poseen los seres humanos de establecer relaciones con los demás de manera abierta y sincera. El buen dominio de este aspecto del bienestar fomentará una mayor calidad emocional de quien la desarrolla. Esto significa poseer un buen nivel de apertura y empatía con los demás. En oposición, si no se desarrolla adecuadamente, imposibilita la apertura y la confianza, elementos básicos para la salud emocional, tener relaciones saludables se convierte en un reto lleno de dificultades para la

persona. Con respecto a la dimensión autonomía, Ryff refiere que ésta es relativa a la libertad de los individuos en diversos aspectos de la vida. La tendencia a tomar decisiones propias con libertad y elegir como actuar con criterio coherente a sus creencias y valores, en detalle, se refiere a actuar con independencia emocionar y personal, más allá de la opinión de los demás. Un elevado nivel de autonomía significa que la persona está preparada para mostrar gran fuerza frente a la presión de los entornos y de la influencia de los miembros que la rodean, incluso, superando la fuerza y urgencia de sus impulsos. No obstante, la baja expresión de autonomía hace que las personas sean proclives a sucumbir a la presión de contextos o de las personas del entorno, coloca el enfoque de la persona hacia las opiniones de otros, sensibilidad a la crítica y dudas en las decisiones alineadas a sus expectativas. Con respecto a la dimensión crecimiento personal, esta dimensión resalta el enfoque de las personas hacia el aprendizaje deliberado a favor del crecimiento individual, la persona tiene la certeza de encontrase en permanente aprendizaje, crecimiento, conocimiento de sí mismo, apego por la adquisición de aprendizajes que favorecen sentido de bienestar y potenciación de recursos que tiene como persona. Un bajo nivel de en este constructo, obstaculiza el desarrollo, genera sentido de estancamiento, aburrimiento y desmotivación. Sin deseos o incapacidad para desarrollar y nuevas conductas de crecimiento y aprendizaje. Por último, con respecto a la dimensión propósito de vida, Ryff enfatiza que esta dimensión está relacionada con la necesaria búsqueda y compromiso con el sentido de la vida. Quien desarrolla el propósito de vida gestiona su actuar en dirección a objetivos claros, alcanzables, específicos y realistas. El cumplimiento de estos propósitos de autorrealización configura un círculo virtuoso que refuerza la búsqueda y la trascendencia soportada en un significado consistente de la existencia humana, su pasado, presente y futuro. Por otra parte, un deficitario propósito de vida confiere dificultades en la dirección y claridad de propósitos.

Bienestar psicológico y adolescencia.

En un proceso de transformación, el niño al llegar a la adolescencia reformula conceptos que ha adquirido sobre sí mismo, sus padres, amigos y sus intereses. El adolescente busca establecer su identidad, apoyándose en sus relaciones sociales y experiencias, las cuales en su mayoría se desarrollan en el medio educativo, espacio donde transcurre la mayor parte de esta etapa del ciclo vital, en donde se derivan sus primeras amistades, según Silva y Mejía (2015).

A parte de ello, García Soler y Covo (2019), encontraron que existen correlaciones significativas entre el bienestar psicológico y las variables que se detallan, específicamente, relaciones positivas con autoestima y autoeficacia, e inversamente con malestar psicológico y síntomas depresivos. Manifiestan que la autoestima y la autoeficacia predicen significativamente el bienestar, teniendo mayor influencia el primero.

Ahora bien, estudiar el bienestar en edades tempranas se ha convertido en un trabajo relevante de distintos organismos a nivel internacional, reflejando la preocupación por su promoción desde la infancia y la adolescencia. Sin embargo, la investigación en este contexto todavía es escasa.

1.3.2. Fundamentación teórica de la Resiliencia

Definición.

El término resiliencia es uno de los más utilizados en el estudio contemporáneo del comportamiento humano, es una palabra que empodera, que se presenta como una segunda oportunidad para quien desea superar sus particulares condiciones de adversidad.

Para Cyrulnik (2018), la resiliencia se entiende como la capacidad del ser humano para iniciar un nuevo desarrollo después de un trauma, gracias a las condiciones de seguridad, recuperación, sus relaciones y la cultura.

La Asociación Española de Coaching (2012). Expone que la resiliencia proviene del latín “resilio” o volver hacia atrás. En el campo de la ciencia es una acepción que se utilizó primigeniamente en el campo de la ingeniería con el fin de determinar la capacidad de los materiales para recuperar la forma original tas someterse a procesos de deformación. Hacia los años sesenta del siglo pasado, la psicología positiva lo incorporó a modelo de desarrollo señalando como resiliente a quien es capaz de desplegar espíritu de adaptación y lucha capaz de recuperarse frete a la adversidad, desamparo y/o tragedia personal. Incluso demuestra capacidad de construcción de importantes iniciativas de futuro para sí mismo y los demás.

Según los autores Wagnild y Young (1993) la resiliencia constituye una cualidad personal que reduce los efectos que trae consigo el estrés y produce la adaptación. Se llega a considerar como valentía y adaptabilidad que despliega una persona frente a los desafortunados eventos vitales.

Modelos teóricos

Modelo del desafío de Wolin y Wolin

Wolin y Wolin (1993) proponen el difundido “modelo del desafío” el cual se sustenta, enfrentar condiciones contrarias que se presentan durante la vida, donde las desgracias y contrariedades ocasionadas por daños o pérdidas se pueden convertir en desafíos o motivos para poder afrontar con fortaleza psicológica, también significa una barrera que evita que la adversidad dañe a la persona. La resiliencia hace que los problemas sean superados positivamente a través de un sendero de lucha, superación y enfrentamiento de la adversidad basado en la potenciación de recursos psicológicos que la persona lleva consigo.

El modelo de desafío focaliza las capacidades que poseen los sujetos resilientes, por esta razón, Wolin y Wolin (1993) se ocuparon de desarrollar factores que resultar fundamentales para el ser humano, llegando a desarrollar los conocidos como los siete pilares de la resiliencia. Estos son la introspección, independencia, creatividad, capacidad de relacionarse, iniciativa, humor y moralidad.

Modelo integrador de Resiliencia

Mateu, García, Gil y Caballer (2009), presentaron este modelo que une otros modelos importantes, los autores se sustentan en la base del proceso de resiliencia, los cuales a su vez afirman que se genera en el núcleo familiar, en la comunidad que coexiste con el individuo y el individuo mismo. Teniendo en cuenta de que cada uno de los componentes antes mencionados aportan sus propios recursos y limitaciones. A lo largo del proceso de los componentes que se mencionó con anterioridad, la persona puede desarrollar herramientas de lucha para afrontar las circunstancias adversas y las vivencias que constantemente presentan. Las personas que pasan por estas experiencias pueden usar comportamientos de protección, consiguiendo cruzar estas etapas como si fueran “pruebas” o inclusive llegar a configurar un “trauma”.

Cyrulnik (2018) se ocupó de la diferenciación entre trauma y prueba, con ello, se podrá esclarecer cada una de las situaciones. El autor indica que para que una persona se considere traumada tuvo que haber estado en un escenario donde ésta “ha muerto”, y a la vez en donde el individuo vive en un estado de tragedia lo que ocasiona un fuerte cambio en su personalidad y a su vez esto marca un antes y después en la vida de este individuo. Por otro

lado, el autor menciona que la aproximación para prueba hace énfasis en que, a pesar del dolor, la depresión, sufrimiento, estados de furia, las personas cuentan con la capacidad para sentirse vivos y posibilitados de superar los obstáculos. No existe desarrollo representativo, (ni aquel que se gesta por un trauma o ya sea por una prueba), por el contrario, el crecimiento del individuo es progresivo, es por eso por lo que se ira forjando tanto a los componentes de protección de la persona como del entorno, lo mismo con los factores de protección inherentes a los contextos de la familia y la comunidad.

Dimensiones de la Resiliencia.

En el campo de la resiliencia tenemos a Wagnild y Young (1993, citado por Salgado, 2005), señalaron que la resiliencia es una peculiaridad positiva del temple de un individuo que genera la adaptación de la persona. Los factores que la conforman son la "Competencia Personal", la cual indica autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio, y perseverancia. Y la "Aceptación de Uno Mismo y de la Vida" y alude capacidad de adaptarse, al balance, la flexibilidad y una apariencia de vida consistente. Refleja el asentimiento por la existencia de uno mismo y una impresión de tranquilidad en contraposición con la dificultad. Estos factores se toman en cuenta en las dimensiones que se reflejan en la siguiente figura.

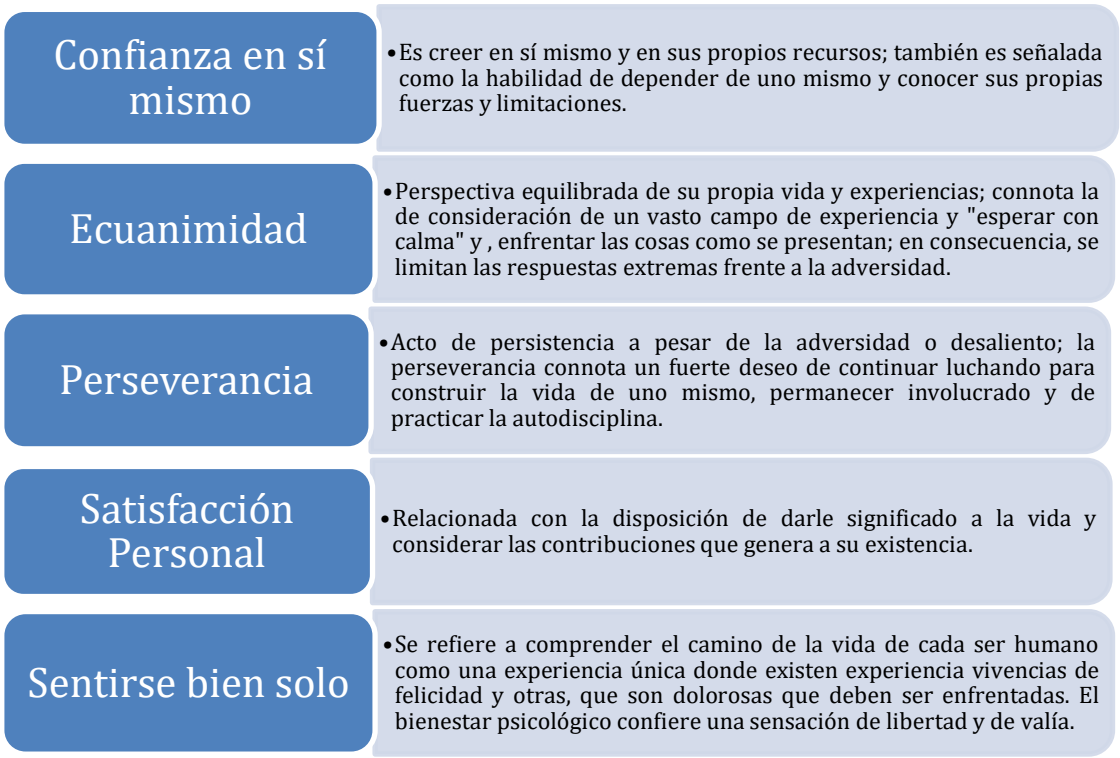


Figura 1. Dimensiones de la resiliencia. Fuente: Adaptado de Wagnild y Young (1993). Elaboración propia.

Características de la resiliencia según autores:

Existe una variedad de acotamientos con respecto a las características de la resiliencia, a su vez esta puede variar dependiendo de la perspectiva del autor, reduciéndolos ya sea en patrones de comportamiento, aspectos, atributos, entre otros.

Tal es el caso de Polk (1997, citado por Olmo, 2017), el cual considera las siguientes características tales como el patrón disposicional (atributos asociados al ego), patrón relacional (relacionado con los lazos sociales), patrón situacional (habilidad para responder a las adversidades) y por último el patrón filosófico (determinado por la reflexión de uno mismo y sus creencias).

Por otra parte, Wolin y Wolin (1993) lo describen de esta forma: i) Introspección: manifiesta que nace en la evaluación honesta de los hechos para poder enfrentar los obstáculos que se presenten; ii) Independencia: Es conocerse a uno mismo, establecer límites a nivel emocional, físico, sin tener que aislarse de las demás personas; iii) Capacidad para relacionarse: Está referida a la conexión con los demás eficientemente, con acierto y con la capacidad de crear lazos de amistad que producen sentimientos positivos; iv) Iniciativa: Es asumir nuevos retos a futuro y prepararse a una mejora progresiva; v) Humor: Superar los problemas con humor y comicidad, vi) Creatividad: Capacidad de concebir belleza y orden desde el desconcierto y el desorden, vii) Moralidad: Es la capacidad de comprometerse con los valores sociales y extenderlo hacia nuestro entorno y ambiente; asimismo poder reconocer y tener conciencia sobre lo bueno y malo.

1.4. Formulación del Problema

¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020?

1.5. Justificación e importancia del estudio

Siguiendo el marco de justificación de Hernández et al. (2014), el sustento de la importancia de esta investigación tuvo matices sociales, la población estudiantil pertenecía a un grupo etario muy sensible y en formación de su personalidad, las variables estudiadas tienen vigencia y son parte de una nueva perspectiva de la psicología centrada la potenciación

de los recursos de los individuos. Se alejó del modelo médico, clasificatorio, patológico y tradicional.

Este estudio sirve para que los resultados puedan ser incorporados a la mejora de las políticas locales de atención a la salud mental de los estudiantes en edad escolar de nivel secundario, responsables de la UGEL y la gerencia regional de educación. La relevancia del tema interesa a los mismos estudiantes, los padres y los maestros, sobre todo a las autoridades rectoras de la institución que han de aprovechar todos los escenarios posibles donde interactúan los estudiantes para darle una adecuada utilidad a estos datos.

Tuvo utilidad práctica en la medida puede incorporarse al programa de formación académica, las escuelas de padres, el acompañamiento de las familias, etc. A su vez, es valioso para el proceso de trabajo de tutoría y atención psicológica a los educandos y a las familias que los acogen. Nutrirán los talleres de intervención psicológica y plan de trabajo del gabinete psicopedagógico. Todo ello, para brindar un servicio de calidad y trascendencia para los adolescentes.

Los resultados pueden ser utilizados para encaminar una nueva planificación y ejecución pertinente de estrategias psicoeducativas para a desarrollar y/o fomentar competencias individuales que encaminen el éxito personal y escolar de los alumnos; así como, abordar la dinámica familiar que podría estar influyendo negativamente en la población de interés.

A nivel metodológico, constituye un antecedente para investigaciones venideras relacionadas a las variables de interés ya que, en la actualidad, se mantiene consistente y actual el compromiso de las instituciones educativas con relación al desarrollo de sus alumnos y el éxito futuro.

1.6. Hipótesis

1.6.1. Hipótesis General

HGa: Existe relación positiva entre las variables bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020.

HGo: No existe relación positiva entre las variables bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020.

1.6.2. Hipótesis Específicos

H1: Existe relación positiva entre bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020.

H2: Existe relación positiva entre las dimensiones de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020.

1.7. Objetivos

1.7.1. Objetivo general

Determinar la relación existente entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020.

1.7.2. Objetivos específicos

Identificar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020.

Identificar los niveles de resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020.

Identificar la relación que existe entre bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020.

Identificar la relación que existe entre las dimensiones de bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020.

II. MATERIAL Y MÉTODO

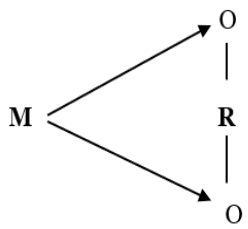
2.1. Tipo y diseño de la investigación

2.1.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación del presente trabajo fue cuantitativo puesto que tal y como lo señala Hernández et al. (2014), este enfoque funciona con un cierto orden en donde las diferentes etapas del trabajo le anteceden a la siguiente y así sucesivamente sin la posibilidad de saltar o rehuir algún paso previo. Así mismo la "investigación cuantitativa utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías" (p.4).

2.1.2. Diseño de investigación

Presenta un diseño no experimental transaccional correlacional. Según Hernández et al. (2014) las "investigaciones transaccionales recopilan datos en un momento único" (p.154). Dado que el objetivo de estudio fue: Determinar el nivel de significancia entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020; la investigación presentó un alcance de tipo correlacional puesto que "este tipo de estudios tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos" tal como lo afirma Hernández et al. (2014, p.93).



M = Estudiantes de 4to de Secundaria.

O = Bienestar Psicológico / Resiliencia

R = Posible relación entre las variables.

Se buscó hallar una posible relación (Representada con la letra R) entre el bienestar psicológico y la resiliencia (Ambos representados por la letra O), dentro del grupo seleccionado los cuales son los estudiantes (Representados por la letra M). Esta figura brinda

una idea ilustrativa de cómo se procedió a realizar la investigación y como interactuaron las diferentes partes objeto de estudio.

2.2. Población y Muestra

La población estuvo conformada por 210 estudiantes que aplican el 4to año de nivel secundario en la institución educativa, ubicado en el distrito de José Leonardo Ortiz, pertenecientes a la provincia de Chiclayo, en la región Lambayeque; conformada por 8 secciones de alumnado con edades comprendidas entre 15 a 17 años. La muestra estuvo conformada por 64 estudiantes, se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia porque se seleccionó a estudiantes que cumplieran con criterios de inclusión y exclusión específicos (Hernández et al., 2014).

Criterios de inclusión

- Estudiantes de ambos sexos, con herramientas tecnológicas para responder los instrumentos psicológicos en versión digital.

Criterios de Exclusión

- Estudiantes que hayan participado en la muestra piloto de validación de los instrumentos construidos para esta investigación.
- Estudiantes cuyos padres no hayan brindado el consentimiento para que ellos participen en la investigación.

2.3. Operacionalización

2.3.1. Variable Bienestar psicológico

Definición conceptual: El bienestar psicológico es la adquisición de valores que conduzcan a la autorrealización de las personas, la búsqueda de significado, consecución de propósitos vitales y la autenticidad humana (Freire et al., 2017).

Definición operacional: Capacidad de disfrutar la vida, consolidado según la autoaceptación, relaciones positivas, dominio del entorno, propósito de vida, autonomía y crecimiento personal de las personas.

2.3.2. Variable Resiliencia

Definición conceptual: La resiliencia consiste en la capacidad del ser humano para iniciar un nuevo desarrollo después de un trauma, gracias a las condiciones de seguridad, recuperación, sus relaciones y la cultura (Cyrulnik, 2018).

Definición operacional: Capacidad de sobreponerse a una situación perturbadora, a partir de la confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo.

Tabla 1

Operacionalización de Variables

Variable	Dimensiones	Ítems	Técnicas y/o Instrumentos
Bienestar Psicológico	Autoaceptación	Lo malo que me pasó antes, quedó en el pasado, soy una mejor versión de mí mismo (a) ahora. Me quiero tal como soy, con mis defectos y virtudes. Me gusto como soy.	Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A) versión Digital de Autoría Propia.
	Relaciones positivas	Suelo llevarme bien con los demás. Trato de ponerme en el lugar de las otras personas para entenderlos mejor. Suelo iniciar y/o mantener conversaciones amables y fluidas con otras personas.	
	Dominio del entorno	Me adapto fácilmente a situaciones adversas. Soy práctico (a) al resolver problemas. Ante una dificultad, me bloqueo y no encuentro forma pronta de superarla.	
	Propósito de vida	Mi vida no tiene sentido. Tengo un "porqué" para vivir. Reflexiono constantemente sobre cómo haré de este mundo un lugar mejor.	
	Autonomía	Soy leal a mis principios y creencias, aunque los demás intenten convencerme de lo contrario. Suelo hacer cosas para complacer a los demás. Me siento con libertad de ser quien soy y decidir por mí mismo, independientemente	

		el contexto o las situaciones adversas.	
	Crecimiento personal	Busco superarme a mí mismo (a) aprendiendo nuevas cosas. Trato de sacar mi mejor versión leyendo, escuchando historias de vida o aprendiendo de los errores y aciertos de los demás. Tengo un proyecto de vida y el plan de cómo hacerlo realidad.	
Resiliencia	Confianza en sí mismo	A pesar de mis defectos, confío en mí mismo (a) y en mis capacidades. Sé que lograré alcanzar mis metas. Reconozco mis puntos débiles, en qué debo mejorar.	Técnica: Encuesta Instrumento: Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA), versión Digital, de Autoría Propia.
	Ecuanimidad	Suelo mantenerme calmado (a) cuando ocurre algo malo. Creo que la vida es demasiado bonita como para desesperarme por cualquier cosa. Me considero una persona sin actitudes impulsivas.	
	Perseverancia	Soy una persona disciplinada. Cuando tengo una meta, hago todo lo posible por alcanzarla. Me rindo fácilmente.	
	Satisfacción Personal	No me arrepiento de haberme equivocado antes, me sirvió para aprender y mejorar. Estoy convencido (a) que yo estoy en este mundo por una razón importante. Mis acciones contribuyen a hacer de este mundo, un lugar mejor.	
	Sentirse bien solo	Ante momentos duros, soy mi mejor aliado (a). Me considero una persona que depende mucho de otras para decidir o actuar. Me siento libre de elegir lo que más me beneficie en la vida.	

Fuente: Elaboración propia.

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Se utilizó la encuesta como técnica, ya que recoge información de fuentes primarias, es decir de personas, opiniones o perspectivas de las personas, hechos, datos y/o cualquier otra información que proceda directamente de la fuente a la cual estamos consultando (Vara,

2012). Para efectos de este trabajo el rol del encuestador estuvo representado claramente por la autora de éste, y por el otro lado los encuestados fueron los estudiantes con las características descritas anteriormente.

La investigación hizo uso de esta técnica teniendo como instrumentos: (1) Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A) versión Digital y (2) Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA), versión Digital, ambos de autoría propia, tal como se menciona a continuación.

Instrumento 1. Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A) versión Digital

Es el instrumento que se empleó para cuantificar el Bienestar Psicológico, en adolescentes de 4to de secundaria de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo. Con autoría propia, pero basados en el Modelo Teórico Multidimensional de Bienestar Psicológico de Ryff (1989), creándose un instrumento psicológico con el objetivo de identificar los niveles del Bienestar Psicológico y sus dimensiones: Autoaceptación, Relaciones positivas, Dominio del entorno, Propósito de vida, Autonomía, Crecimiento personal. Presenta 18 ítems y respuestas en escala de Likert, ajustado al contexto de la ciudad de Chiclayo, con las siguientes categorías diagnósticas: Alto (18-30), Medio (31-69) y Bajo (70-90).

Para comprobar la confiabilidad y validez del instrumento, éste se sometió en primer lugar a juicio de expertos, validando su contenido. En la prueba piloto, realizado a 57 adolescentes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo de 4to de secundaria, seleccionados por muestreo probabilístico aleatorio estratificado (95% de confiabilidad), siendo los estratos, las secciones del grado; se identificó un coeficiente de Cronbach de ,910; y según el método ítem-test, se hallaron coeficientes que oscilan entre ,360- ,815; comprobando así que los instrumentos son válidos y confiables (Ver Anexo 4).

Instrumento 2. Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA), versión Digital.

Es el instrumento que se empleó para cuantificar la Resiliencia, en adolescentes de 4to de secundaria de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo. Con autoría propia, pero basados en el Modelo Teórico de Resiliencia en Wagnild y Young (1933), se diseñó un instrumento cuyo objetivo fue identificar los niveles del Resiliencia y sus

dimensiones: Confianza en sí mismo, Ecuanimidad, Perseverancia, Satisfacción Personal, Sentirse bien sólo. Presenta 15 ítems y respuestas en escala de Likert, ajustado al contexto de la ciudad de Chiclayo, con las siguientes categorías diagnósticas: Alto (51-75), Medio (44-50) y Bajo (15-43).

Para comprobar la confiabilidad y validez de los instrumentos, el instrumento se sometió en primer lugar a juicio de expertos, validando su contenido. En la prueba piloto, realizado a 57 adolescentes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo de 4to de secundaria, seleccionados por muestreo probabilístico aleatorio estratificado (95% de confiabilidad), siendo los estratos, las secciones del grado; se identificó un coeficiente de Cronbach de ,856; y según el método ítem-test, se hallaron coeficientes que oscilan entre se hallaron coeficientes que oscilan entre ,336-,594; comprobando así que el instrumento es válido y confiable (Ver Anexo 4).

Para acceder a la muestra, se consultó a la dirección de la institución educativa a través del departamento de psicología, obteniendo el permiso necesario. Después de informar el objetivo de investigación, se brindó a los estudiantes la posibilidad de participar en el estudio de manera voluntaria, haciendo énfasis en confidencialidad en el tratamiento de los datos. Se alcanzó a los estudiantes el documento de consentimiento informado para que pueda confirmar su participación. Para la participación se envió al estudiante de manera virtual, el enlace de acceso de los cuestionarios elaborados mediante los formularios google. La administración del cuestionario pudo desarrollarse de manera individual, para ello se realizó seguimiento al estudiante, con la finalidad de que la consigna sea comprendida y orientarlos en caso sea necesario. La duración aproximada de la aplicación de los instrumentos fue de 25 minutos.

2.5. Procedimientos de análisis de datos

El procesamiento de la información se realizó teniendo como insumo los datos recolectados en la aplicación de los instrumentos en la investigación, formándose una base de datos para ser utilizados en el programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versión 26.0.

El procesamiento estadístico buscó arrojar resultados por cada uno de los instrumentos mencionados en el presente trabajo de investigación siguiendo las pautas de los

respectivos autores. Una vez realizado dicho procedimiento se aplicaron pruebas estadísticas para lograr la consecución de los propósitos de la investigación.

Se hizo uso además de la estadística descriptiva para responder los dos primeros objetivos específicos de la investigación empleando frecuencias y porcentajes; para los objetivos específicos de correlación se usó estadística inferencial para hallar el grado o nivel de correlación entre las variables, a través del cálculo del coeficiente de correlación de Spearman. Los resultados fueron explicados a través de tablas.

2.6. Criterios éticos

En cuanto a los aspectos éticos, se tomaron los lineamientos del Código de Conducta de la American Psychological Association [APA] (2002), los criterios éticos de respeto a las personas y justicia, teniendo también en cuenta la norma 3.10 la cual habla sobre el Consentimiento Informado, éste ha respetado y al mismo tiempo dicta que tras la conducción de un investigación se debe obtener el consentimiento informado del o los individuos participantes en dicho proceso de investigación, comunicándose esto de manera clara, precisa y mínimamente comprensible para los involucrados. Para ello se aplicó un consentimiento informado en el cual se dio a conocer a las personas en qué consiste la investigación, los mismos que aceptaron voluntariamente si aceptaban o no ser parte de la investigación. Así también, en coherencia con el criterio ético de justicia, se brindó un trato amable a los participantes, y se los seleccionó según criterios de inclusión que permitían ejecutar la investigación en contexto de educación remota, en la cual no se podía acceder a los adolescentes de forma presencial.

2.7. Criterios de rigor científico

Se siguieron los principios de valor de la verdad, neutralidad aplicabilidad, según Lincoln y Guba (citado por Arias y Giraldo, 2011), es así que, en coherencia con el principio del valor de la verdad, se utilizaron instrumentos debidamente validados; en coherencia con el principio de aplicabilidad, los resultados hallados podrán extenderse a poblaciones similares, es decir, a estudiantes de colegios estatales que posean las herramientas tecnológicas; característico de hogares con suficientes recursos económicos; así también, en coherencia con el principio de neutralidad, no se modificaron los resultados o variaron para beneficiar a algún grupo de personas o instituciones educativas en general, siendo los resultados un reflejo preciso de lo que manifestaron los estudiantes evaluados.

III. RESULTADOS

3.1. Resultados en Tablas y Figuras

Tabla 2

Análisis de la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo

	Resiliencia	
	rho	p
Bienestar psicológico	,583**	,000

Nota. *rho= Coeficiente de correlación de Spearman; **Correlación muy significativa. Fuente: Elaboración propia.*

En la tabla 2, se aprecia una relación positiva, moderada y muy significativa entre bienestar psicológico y resiliencia en los estudiantes evaluados (rho = ,583; p< ,01); ello sugiere que, cuando un estudiante presenta altos índices de bienestar psicológico, suele tener también altos índices de resiliencia; así también a menor bienestar psicológico, menor resiliencia; siendo ambas variables dependientes entre sí.

Tabla 3

Niveles de bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo

Nivel	**f**	**%**
Bajo	0	0
Medio	24	37,5
Alto	40	62,5

En la tabla 3 se aprecia que, con respecto al bienestar psicológico, de los 64 estudiantes evaluados, 40 se encuentran en un nivel alto (62,5%), mientras que 24 estudiantes se encuentran en un nivel medio (37,5%); ello implica que, la mayoría de estudiantes que respondieron de forma virtual los instrumentos psicológicos planteados, presentan niveles altos de bienestar psicológico, mientras que una minoría, necesita fortalecerlo.

Tabla 4

Niveles de resiliencia en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo

Nivel	f	%
Bajo	0	0
Medio	14	21,9
Alto	50	78,1

En la tabla 4 se aprecia que, con respecto a la variable resiliencia, de los 64 estudiantes evaluados, 50 se encuentran en el nivel alto (78,1%), mientras que 14 estudiantes se encuentran en el nivel medio (21,9%); ello implica que, la mayoría de estudiantes que respondieron de forma virtual los instrumentos psicológicos planteados, presentan niveles altos de resiliencia, mientras que una minoría, necesita fortalecerla.

Tabla 5

Análisis de la relación entre las dimensiones de resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo

Dimensiones de resiliencia	Bienestar psicológico	
	rho	p
Confianza en sí mismo	,408*	,021
Ecuanimidad	,553**	,001
Perseverancia	,229	,207
Satisfacción personal	,291	,106
Sentirse bien solo	,391*	,027

Nota. *rho= Coeficiente de correlación de Spearman; **Correlación muy significativa. *Correlación significativa. Fuente: Elaboración propia.*

En la tabla 5, en los estudiantes evaluados se aprecia una relación positiva, moderada y muy significativa entre la dimensión ecuanimidad y la variable bienestar psicológico (rho = ,553; p< ,01); así también, un relación positiva, moderada y significativa entre la dimensión confianza en sí mismo y la variable bienestar psicológico (rho = ,408; p< ,05); y una relación positiva, baja y significativa entre la dimensión sentirse bien solo y la variable bienestar psicológico; ello sugiere que, cuando ciertas dimensiones de resiliencia específicas, como la ecuanimidad, la confianza en sí mismo y sentirse bien solo, se encuentran altamente

desarrolladas; los estudiantes suelen también presentar un bienestar psicológico alto, siendo dependientes entre sí. Por último, no se observa relación significativa entre las dimensiones perseverancia y satisfacción personal (p>0,05) con la variable bienestar psicológico, sugiriendo que son independientes entre sí.

Tabla 6

Análisis de la relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo

Dimensiones de bienestar psicológico	**Resiliencia**	
	rho	p
Autoaceptación	,797**	,000
Relaciones positivas	,391*	,027
Dominio del entorno	,208	,254
Propósito de vida	,248	,170
Autonomía	,386*	,029
Crecimiento personal	,184	,313

Nota. *rho= Coeficiente de correlación de Spearman; **Correlación muy significativa; *Correlación significativa. Fuente: Elaboración propia.*

En la tabla 6, en los estudiantes evaluados se aprecia una relación positiva, alta y muy significativa entre la dimensión autoaceptación y la variable resiliencia (rho = ,797; p< ,01); así también, un relación positiva, baja y significativa entre la variable resiliencia y las dimensiones relaciones positivas (rho=,391,p<,05) y autonomía (rho=,386; p<,05); ello sugiere que, cuando ciertas dimensiones de bienestar psicológico específicas, como la la autoaceptación, las relaciones positivas y la autonomía, se encuentran altamente desarrolladas; los estudiantes suelen también presentar resiliencia con índices altos, siendo dependientes entre sí. Por último, no se observa relación significativa entre las dimensiones dominio del entorno y crecimiento personal (p>0,05) con la variable resiliencia, sugiriendo que son independientes entre sí.

3.2. Discusión de resultados

En este estudio, se buscó determinar la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa estatal; al no existir instrumentos psicológicos adaptados a un contexto virtual, con adecuadas propiedades psicométricas, se decidió crear dos instrumentos que midieran las variables de interés, basadas en el Modelo Teórico Multidimensional de Bienestar Psicológico de Ryff (1989) y el Modelo Teórico de Resiliencia en Wagnild y Young (1933). Dichos instrumentos presentaron en una prueba piloto (realizada de forma virtual y por llamadas telefónicas, a estudiantes seleccionados por muestreo probabilístico aleatorio), coeficientes de Alfa de Cronbach superiores a 0,75, y correlaciones ítem-test superiores a 0,30; siendo instrumentos psicológicos considerados como válidos y confiables. Se aplicaron los instrumentos psicológicos en la muestra seleccionada para esta investigación, que incluía a adolescentes que presentaran internet en sus hogares y herramientas tecnológicas para responder los instrumentos de forma virtual, Al analizar la normalidad de las variables de interés, se identificó que ambas eran variables no paramétricas ($p<0,05$); por tanto se creyó conveniente utilizar el Coeficiente de Spearman. Contrastando el objetivo general, se halló que existía relación moderada, muy significativa y positiva entre ambas variables; aceptándose la hipótesis alterna y rechazando la hipótesis nula planteada; ello sugiere que cuando una persona siente que disfruta la vida en todas sus dimensiones; presenta a su vez la capacidad suficiente para sobreponerse a situaciones perturbadoras. Ello es corroborado por Hernández (2016) en adolescentes en riesgo de exclusión social, Piña (2017) en jóvenes universitarios, Retiz (2016) en jóvenes en situación de pobreza, y Bustamante (2019) en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas; denotando que ambas variables se encuentran relacionadas, sin excepción según grupo etario o condiciones económicas o sociales, teniendo en cuenta que la presente investigación estuvo dirigida a estudiantes de un colegio estatal, con recursos tecnológicos suficientes. No existe una investigación que rechace la relación entre ambas variables, teniendo en cuenta que existen escasos estudios correlacionales que hayan abordado el bienestar psicológico y la resiliencia, pero todas las que se han realizado, en distintos grupos de personas, han identificado una relación positiva y significativa. Ello resulta un aporte trascendental a las bases teóricas de ambas variables, brindando el conocimiento científico de que si se modificara la resiliencia en una población, de forma automática se estaría modificando también su bienestar psicológico, al ser ambas variables dependientes entre sí.

Con respecto al primer objetivo específico, donde se proponía identificar los niveles de bienestar psicológico en los estudiantes evaluados, se halló que aproximadamente tres de cada cinco estudiantes tenían nivel alto de bienestar psicológico (62,5%); mientras que la población restante presentaba nivel medio; ello refleja que la mayoría de estudiantes evaluados presenta una actitud animosa y siente que disfruta la vida, a pesar de los aspectos negativos que ésta pudiera tener; sin embargo, resulta fundamental esclarecer que estos resultados no reflejan la realidad de la población, ya que, al ser una muestra no probabilística por conveniencia, se ha priorizado a aquellos estudiantes que presentaban recursos económicos suficientes como para tener internet en el hogar y un celular o un computador para poder contestar la prueba de forma virtual. A pesar de ser una limitación en nuestro estudio, proporciona información importante: dos de cada cinco estudiantes con recursos económicos medios o altos del colegio estatal donde se realizó la investigación, a pesar de presentar aparente estabilidad económica, presentan niveles medios de bienestar psicológico, reflejando que las condiciones económicas si bien son factores amortiguadores de bajos niveles de bienestar psicológico, no son los únicos que influyen en el bienestar psicológico, siendo otros factores no abordados en el presente estudio. Lógicamente, los resultados hallados distan de los reportados por la jefa de TOE y algunos tutores del cuarto año de secundaria de la institución educativa, que mencionaban que la mayoría de estudiantes tenían conductas y actitudes que demostraban escaso bienestar psicológico. Ello se explica porque la muestra seleccionada representa aproximadamente el 28% de la población total, y presenta un criterio de inclusión que ha incluido a los estudiantes con quienes se podía realizar esta investigación de manera virtual, no teniendo contacto con aquellos estudiantes que no tenían internet en sus hogares; quienes al parecer, son los que presentaban menores índices de bienestar psicológico. A pesar de las limitaciones por el distanciamiento social dispuesto por el contexto del COVID-2019 al ejecutar esta investigación, este resultado refleja una realidad lastimosa, para aquellos estudiantes con menos recursos económicos: la información no llega de forma adecuada a los que más necesitan un apoyo o soporte emocional, siendo un hallazgo importante en esta investigación, sin que haya sido un objetivo específico establecido, y resulta fundamental crear los mecanismos para abordar a esta población, que representa aproximadamente el 72%, es decir, la mayoría de estudiantes.

Con respecto al segundo objetivo específico, que buscaba identificar los niveles de resiliencia en los estudiantes evaluados, se identifica un panorama similar al mencionado con

anterioridad sobre el bienestar psicológico; la mayoría de evaluados presentan niveles altos de resiliencia (78,1%), mientras la minoría, niveles medios (21,9%); mientras ninguno fue categorizado en nivel bajo. Acotando que estos resultados se ajustan a los estudiantes procedentes de hogares con internet y recursos tecnológicos; reflejan que de este grupo de personas, aproximadamente uno de cada cinco requieren potencializar su capacidad de sobreponerse ante situaciones perturbadoras. Estos resultados son similares a los hallados por Córdova y Vásquez (2018) en adolescentes en una institución en Chiclayo, y Piña (2017) en jóvenes universitarios en México; pero son opuestos según por Toro y Chávez (2017) en México, quien identificó niveles medios y bajos, y no altos en adolescentes escolarizados. Resultados tan disímiles reflejan que la resiliencia fluctúa según grupos etarios, nivel económico y contextos socioculturales; siendo necesario ejecutar diversas investigaciones para esclarecer aspectos no comprendidos a cabalidad en este estudio, preferiblemente de tipo comparativo, donde se brinde la debida importancia a variables sociodemográficas.

Con respecto al tercer objetivo específico, que buscaba identificar la relación entre bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia, en los estudiantes evaluados, al utilizar la prueba estadística no paramétrica de Spearman, se halló que sólo las dimensiones confianza en sí mismo, ecuanimidad y sentirse bien sólo, estaban relacionadas significativa y positivamente con la variable bienestar psicológico; ello sugería que, relacionando lo postulado por Wagnil y Young (1993) y Ryff (1989): 1) creer en sí mismo y en los propios recursos; 2) percibir de forma equilibrada la vida, esperando con calma el restablecimiento de la estabilidad personal; y 3) tener la capacidad de percibir positivamente la vida por uno mismo, sin que la presencia del otro sea un factor decisivo en el enfrentamiento de las situaciones difíciles que tocaran atravesar; está asociado a entender la vida; confiriéndole un significado positivo aún a las dificultades más críticas de la vida. Ello es refutado parcialmente por Bustamante (2019) quien identificó que, en mujeres internas por tráfico de drogas, sí existía relación significativa entre todas las dimensiones de resiliencia con la variable bienestar, pero la dimensión ecuanimidad estaba relacionada inversamente. Por otra parte, es corroborado parcialmente por Fernández (2018) quien en su estudio en adolescentes de Huaral, halló que las dimensiones de resiliencia: confianza en sí mismo, satisfacción personal y sentirse bien sólo estaban relacionadas significativamente al bienestar psicológico; coincidiendo en las dimensiones confianza en sí mismo y sentirse bien, como en nuestro estudio. Al existir escasas investigaciones de diseño correlacional, con las variables de

estudio, usando instrumentos formulados según el modelo teórico de Wagnil y Young con respecto a resiliencia; se aceptan las resultados pero deberán ser tomados con cautela, siendo aplicados únicamente a la muestra de estudio, necesitándose una investigación con una población más numerosa, para que pueda ser generalizada a adolescentes de una localidad.

Con respecto al cuarto objetivo específico, que procuraba identificar la correlación entre la resiliencia y las dimensiones de bienestar psicológico, se halló que, en la muestra evaluada, existía relación significativa y positiva entre la resiliencia y las dimensiones autoaceptación, relaciones positivas y autonomía; sugiriendo que, profundizando y relacionando los modelos teóricos de Wagnil y Young (1993) y Ryff (1989); el estudiante que se acepta a sí mismo, mantiene vínculos adecuados con las demás personas y es autónomo, suele sobreponerse de manera efectiva a eventos perturbadores. Ello es corroborado por Bustamante (2019) y parcialmente corroborado por Fernández (2018) quien identificó que existía correlación positiva entre confianza (similar a autoaceptación) y autonomía con la variable resiliencia. Resulta fundamental enfatizar que aún existen escasas investigaciones que permitan generalizar estos resultados a un grupo etario como son los adolescentes; sin embargo sí pueden representar a poblaciones similares a las estudiadas en esta investigación, como son, estudiantes de colegios estatales con recursos tecnológicos e internet suficientes; sugiriendo a investigadores profundizar y comprobar estos resultados, en una población más numerosa y representativa.

IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. Conclusiones

El bienestar psicológico y la resiliencia se encuentran relacionados positiva y significativamente en estudiantes de una institución educativa estatal de Chiclayo, ello implica que a mayor resiliencia, mayor bienestar psicológico; y viceversa.

El 62,5% de estudiantes evaluados tienen niveles altos de bienestar psicológico, ello indica que la población restante necesita fortalecer la sensación de ánimo por la vida misma.

El 78,1% de estudiantes tienen niveles altos de resiliencia; a su vez, el 21,9% necesita fortalecer su capacidad de sobreponerse ante situaciones abrumadoras.

A mayor confianza en sí mismo, ecuanimidad y sentirse bien solo (dimensiones de resiliencia), mayor bienestar psicológico; existiendo una relación significativa entre dichas dimensiones con la variable bienestar psicológico.

A mayor autonomía, autoaceptación y relaciones positivas (dimensiones de bienestar psicológico), mayor resiliencia; existiendo una relación significativa entre dichas dimensiones con la variable resiliencia.

4.2. Recomendaciones

Al director de la institución educativa, coordinar con el área de Tutoría y Orientación Educativa; sobre la necesidad de fortalecer el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes del 4to grado de secundaria; a través, de medios de comunicación de mayor alcance como emisoras de radio y/o televisión.

Buscar alianzas estratégicas, como centros de salud, y escuelas de psicología de la provincia de Lambayeque, para que, de forma personalizada, realicen el seguimiento emocional respectivo en estudiantes con escasos recursos económicos.

Al área TOE, diseñar y ejecutar programas psicoeducativos didácticos y reflexivos dirigidos a fortalecer la resiliencia y el bienestar psicológico en los adolescentes de 4to grado durante el 2021.

A futuros investigadores, replicar esta investigación en un rango más amplio de estudio, cuando se retome la educación presencial; utilizando los mismos instrumentos, de

tal forma que los resultados reflejen la realidad de todos los estudiantes y no sólo de los que tengan acceso a internet en sus hogares.

A psicólogos de Chiclayo, utilizar los instrumentos construidos en este estudio, para medir el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de colegios estatales de la localidad.

REFERENCIAS

American Psychological Association. (2002). Ethical principles of psychologists and Code of Conduct. *American Psychologist, 57*(12), 1060-1073.doi10.1037/0003-066X.47.12.1597

Arias, M., y Giraldo, C. (2011). El rigor científico en la investigación cualitativa. *Invest Educ Enferm, 29* (3), 500-514. Recuperado de https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3845203

Asociación Española de Coaching. (2012). *La Resiliencia: Hoy más que nunca*. Asociación Española de Coaching. Recuperado de https://www.asescoaching.org/2012/11/06/resiliencia-hoy-mas-que-nunca/

Bel, A. (2015). *La gran defensa del adolescente: la resiliencia*. Instituto superior de Estudios Psicológicos. Recuperado de https://www.isep.com/pe/actualidad-psicologia-clinica/la-gran-defensa-del-adolescente-la-resiliencia/

Briones, K. (2019). *Propiedades Psicoletricas de la escala de Bienestar Psicologico (SPWB) de Ryff versión abreviada en adolescentes de la ciudad de Cajamarca* (Tesis de pregrado). Universidad Privada Antonio Guillermo Urello, Cajamarca, Perú. Recuperado de http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/813

Bustamante, D. (2019). *Resiliencia y Bienestar Psicologico en mujeres internas por tráfico ilícito de Drogas en un establecimiento Penitenciario de Lima* (Tesis de pregrado). Universidad Señor de Sipán, Chiclayo, Perú. Recuperado de repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/6166/Bustamante Mori Deysey Janeth.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Campos, D. (2018). *Bienestar Psicológico en estudiantes (según semestre de estudios y género) de una Universidad Privada de Lima* (Tesis de pregrado). Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú. Recuperado de http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1624

Castilla, H., Caycho-Rodriguez, T., Shimabukuro, M., y Valdivia, A. (2014). Análisis exploratorio de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en una muestra de adolescentes, jóvenes y adultos universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de*

Psicologia de Arequipa, 2(1), 80-93. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/312092117_Analisis_exploratorio_de_la_Escala_de_Resiliencia_de_Wagnild_y_Young_en_una_muestra_de_adolescentes_jovenes_y_adultos_universitarios_de_Lima_Metropolitana

Chambergo, M. (2020). *Problemática principal en institución educativa Nicolás La Torre* (Entrevista Oral).

Clínica Las Condes.(2016). *Clínica Las Condes*. ¿Felicidad o bienestar psicológico? Recuperado de https://www.clinicalascondes.cl/BLOG/Listado/Psiquiatria-Adultos/Felicidad-o-bienestar-psicologico

Coppari, N. (2012). Nivel de bienestar psicológico de estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas (pública y privada) de Asunción. *Eureka, 9*(1), 47-57. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/pdf/eureka/v9n1/a06.pdf

Córdova, T. y Vásquez, S. (2018). *Socialización parental y resiliencia en adolescentes de secundaria de una institución educativa-Chiclayo, 2016* (Tesis de pregrado). Universidad Señor de Sipán, Pimentel. Recuperado de http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/4253

Cyrulnik, B. (10 de Diciembre de 2018). Resiliencia: El dolor es inveitable, el sufrimiento es opcional. *Aprendiendo Juntos*. (V. Estebam, Entrevistador).

Del Toro, M. y Chávez, J. (2017). *Adolescentes: El Estudio de la Resiliencia en un Contexto Escolarizado.* Universidad San Nicolás de Hidalgo. Recuperado de http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/2592.pdf

Fernandez, M. (2018). *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria víctimas de violencia de una institución educativa pública emblemática del distrito de Huaral, 2018* (Tesis de pregrado). Universidad Cesar Vallejo, Lima. Recuperado de repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25494/Fernandez_SMP.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Freire, C., Ferradás, M., Nuñez, J., y Valle,A. (2017). Estructura factorial de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en estudiantes ₛuniversitarios. *European Journal of*

education and Psychology, 10(1), 1-8. Recuperado de https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1888899216300198

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2011). *Punto de mira*. La adolescencia: Una época de oportunidades. Recuperado de https://www.unicef.org/spanish/sowc2011/pdfs/La-salud-mental-del-adolescente.pdf

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2018). *Problemas y opiniones de adolescentes esperan atención de candidatos a mu nicipios y gobiernos regionales*. Notas de prensa. Recuperado de https://www.unicef.org/peru/notas-de-prensa/problemas-y-opiniones-de-adolescentes-esperan-atenci%C3%B3n-de-candidatos-municipios

García, D., Soler, M., y Covo, R. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes: Relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos. *Revista de Orientación Educacional, 33*(63), 23-43. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/334638339_BIENESTAR_PSICOLOGICO_EN_ADOLESCENTES_RELACIONES_CON_AUTOESTIMA_AUTOEFICACIA_MALESTAR_PSICOLOGICO_Y_SINTOMAS_DEPRESIVOS

Gonzales, J. (12 de 2017). *Resiliencia y bienestar psicológico en madres de hijos con transto rno del espectro autista en un centro de educación básica especial de Lima Sur* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú., Lima, Perú. Recuperado de http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/431/1/JEAMPIERT%20FELIPE%20GONZALES%20BERRU.pdf

Hernández, R. (2016). *Resiliencia y bienestar psicológic de u grup d adolescente en riesg de exclusión social.* (Tesis de pregrado). Universidad de Salamanca, Salamanca, España. Recuperado de https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/126752/TFG_HernandezEstebanR_Resilienciaybienestar.pdf;jsessionid=F904A5E219B1498EBFB112504BF52D83?sequence=1

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (Sexta ed.). Mexico: McGraw-Hill. Recuperado de

http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2016). *Más de 8 jóvenes vive en el Perú.* Instituto Nacional de Estadística e Informática. Recuperado de http://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/mas-de-8-millones-de-jovenes-viven-en-el-peru-9325/

Jerez, M., y Oyarzo, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento. *Rev Chil Neuro-Psiquiat.,53*(3), 149-157. Recuperado de https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0717-92272015000300002&lng=es&nrm=iso

Maslow, A. (1991).*Motivación y personalidad.* Madrid: Ediciones Díaz de Santos, S.A.

Mateu, R., García, M., Gil, J., y Caballer, A. (2009). *¿Hacia una escuela resiliente?* (Tesis de maestría). Universitat Jaume I, Castellón de la Plana, España. Recuperado de http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/185457/s162.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E., y Meléndez, J. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento Psicológico, 14*(2), 101-112.Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-89612016000200008

Olmo, M. (2017). *Liderazgo resiliente en directores de educación Secundaria en contextos d esafiantes: Estudio de casos* (Tesis doctoral). Universidad de Granada, Granada. Recuperado de https://hera.ugr.es/tesisugr/28873610.pdf

Organización de la Naciones Unidas - Perú (2018). *Desafíos y Prioridades: polític de adolescentes y jóvenes en el Perú.* Recuperado de https://peru.unfpa.org/es/publications/desaf%C3%ADos-y-prioridades-pol%C3%ADtica-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes-en-el-per%C3%BA

Organización Mundial de la Salud. (2019). *Sald mental del adolescente*. Organización Mundial de la Salud. Recuperado de https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

Piña, K. (2017). *Bienestar Psicológico y Resiliencia en Jóvenes Universitarios* (Tesis de maestría).Universidad Autónoma del Estado de México, Toluca, México. Recuperado de http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/68666

Pomalima, R. (2018). *Andina. Agencia Peruana de Noticias*. La mitad de los problemas de sa lud mental empieza en la adolescencia. Recuperado de https://andina.pe/agencia/noticia-la-mitad-los-problemas-salud-mental-empieza-la-adolescencia-728322.aspx

Retiz, O. (2016). *Resiliencia Bienestar y Expresión Artística en jóvenes en situación pobreza* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Recuperado de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/7312

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything: or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*, 1069-1081.

Salgado, A. (2012). *Efectos del bienestar espiritual sobre la resiliencia en estudiantes universitarios de Argentina, Bolivia, Perú y República Dominicana. (Tesis doctoral).* Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/271528611_Efectos_del_Bienestar_Espiritual_sobre_la_Resiliencia_en_estudiantes_universitarios_de_Argentina_Bolivia_Peru_y_Republica_Dominicana

Sánchez-Cánovas, J. (2007). *Manual Escala de Bienestar Psicológico* (Segunda ed.). España: TEA Ediciones S.A.

Siancas, M. y Uriarte, D. (2017). *Estilos de afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en policías de tránsito de la ciudad de Chiclayo* (Tesis de pregrado). Universidad Señor de Sipán, Pimentel. Recuperado de http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/1165

Silva, I., y Omar, M. (2015). Autoestima, adolescencia y pedagogía. *Revista Electrónica Educare,19*(1), 241-256. Recuperado de https://www.redalyc.org/pdf/1941/194132805013.pdf

Solórzano, P. (2019). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes limeños . *Casus, 4*(1), 30-36. Recuperado de https://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/download/160/119?inline=1

Tello, J. (2018). Calidad de Vida y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Psicologia de una Universida sNacional de Lima Metropolitana (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Federico Villareal, Lima, Perú. Recuperado de http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2260

Universidad Señor de Sipán. (2019). *Reglamentos directivas.* Universidad Señor de Sipán. Recuperado de http://www.uss.edu.pe/uss/transparencia.aspx?nUniOrgCodigo=1030&nDetTipo=202131

Vallejos, S. (2020). *Estilos de personalidad y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo, 2019* (Tesis de pregrado). Universidad Señor de Sipán, Pimentel. Recuperado de http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/6958

Vara, A. (2012). *7 pasos para una tesis exitosa. Desde la idea inicial hasta la sustentación.* Recuperado de https://www.administracion.usmp.edu.pe/investigacion/files/7-PASOS-PARA-UNA-TESIS-EXITOSA-Desde-la-idea-inicial-hasta-la-sustentaci%C3%B3n.pdf

Wagnild, G., & Young, H. (1993). Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Juornal of Nursing Measurement, 1*(2), 165-177. Recuperado de https://ucdavis.pure.elsevier.com/en/publications/development-and-psychometric-evaluation-of-the-resilience-scale.

Wolin,S., y Wolin, S. (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise ab ove Adversity.* New York: Villard Books.

ANEXOS

ANEXO Nº 01

Evidencias de ejecución de la investigación

PERÚ Ministerio de Educación

UGEL – CHICLAYO
I.E.EMBLEMÁTICA "NICOLÁS LA TORRE"
Av. Sáenz Peña 1815 –J.L. Ortiz-Chiclayo

"AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD"

Chiclayo, 23 de Octubre del 2020

CARTA N° 0001- 2020

SEÑOR:
Mg. Daniel Guillermo Cabrera Leonardini
Decano de la Facultad de Derecho y Humanidades, Universidad Señor de Sipán
Chiclayo.

ASUNTO: AUTORIZACIÓN DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS PSICOLÓGICOS A ESTUDIANTES PARA REALIZAR INVESTIGACIÓN

Me es grato dirigirme a Ud. para expresarle mi saludo cordial y al mismo tiempo comunicarle que se acepta a la alumna Castro Espinoza Maritza Giovanna y se le prestará las facilidades a su persona para que ejecute la investigación titulada: "BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020", autorizándole la aplicación de instrumentos psicológicos de manera virtual a los estudiantes de 4to de secundaria de esta Institución, durante el mes de Noviembre del presente año.

Sin otro particular, me despido de usted.

Atentamente

I.E. EMBLEMATICA "NICOLAS LA TORRE" JOSÉ L. ORTIZ - CHICLAYO
Dr. Magdeyri Arce Reyes
DIRECTOR

ANEXO N° 2

Instrumentos psicológicos

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES (EBP-A)

De: Maritza Castro Espinoza

Responde con sinceridad a los siguientes enunciados, según el nivel de acuerdo.

N°	**Ítem**	*Totalmente en desacuerdo*	*Algo en desacuerdo*	*Ni de acuerdo ni en desacuerdo*	*Algo de acuerdo*	*Totalmente de acuerdo*
1	Lo malo que me pasó antes, quedó en el pasado, soy una mejor versión de mí mismo (a) ahora.					
2	Me quiero tal como soy, con mis defectos y virtudes.					
3	Me gusta como soy.					
4	Suelo llevarme bien con los demás.					
5	Trato de ponerme en el lugar de las otras personas para entenderlos mejor.					
6	Suelo iniciar y/o mantener conversaciones amables y fluidas con otras personas.					
7	Me adapto fácilmente a situaciones adversas.					
8	Soy práctico (a) al resolver problemas.					
9	Ante una dificultad, me bloqueo y no encuentro forma pronta de superarla.					
10	Mi vida no tiene sentido.					

11	Tengo un “porqué” para vivir.					
12	Reflexiono constantemente sobre cómo haré de este mundo un lugar mejor.					
13	Soy leal a mis principios y creencias, aunque los demás intenten convencerme de lo contrario.					
14	Suelo hacer cosas para complacer a los demás.					
15	Me siento con libertad de ser quien soy y decidir por mí mismo, independientemente el contexto o las situaciones adversas.					
16	Busco superarme a mí mismo (a) aprendiendo nuevas cosas.					
17	Trato de sacar mi mejor versión leyendo, escuchando historias de vida o aprendiendo de los errores y aciertos de los demás.					
18	Tengo un proyecto de vida y el plan de cómo hacerlo realidad.					

ESCALA DE RESILIENCIA EN ADOLESCENTES (ERA)

De: Maritza Castro Espinoza

Responde con sinceridad a los siguientes enunciados.

N°	**Ítem**	*Totalmente en desacuerdo*	*Algo en desacuerdo*	*Ni de acuerdo, ni en desacuerdo*	*Algo de acuerdo*	*Totalmente de acuerdo*
1	A pesar de mis defectos, confío en mí mismo (a) y en mis capacidades.					
2	Sé que lograré alcanzar mis metas.					
3	Reconozco mis puntos débiles, en qué debo mejorar.					
4	Suelo mantenerme calmado (a) cuando ocurre algo malo.					
5	Creo que la vida es demasiado bonita como para desesperarme por cualquier cosa.					
6	Me considero una persona sin actitudes impulsivas.					
7	Soy una persona disciplinada.					
8	Cuando tengo una meta, hago todo lo posible por alcanzarla.					
9	Me rindo fácilmente.					
10	No me arrepiento de haberme equivocado antes,					

	me sirvió para aprender y mejorar.					
11	Estoy convencido (a) que yo estoy en este mundo por una razón importante.					
12	Mis acciones contribuyen a hacer de este mundo, un lugar mejor.					
13	Ante momentos duros, soy mi mejor aliado (a).					
14	Me considero una persona que depende mucho de otras para decidir o actuar.					
15	Me siento libre de elegir lo que más me beneficie en la vida.					

ANEXO N°3

Confiabilidad y validez ítem-test de instrumentos aplicados en prueba piloto

Tabla 7

Correlación ítem test de ítems de Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A), en prueba piloto.

ITEM	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
ITEM 1	,607	,904
ITEM 2	,520	,907
ITEM 3	,554	,906
ITEM 4	,623	,904
ITEM 5	,607	,904
ITEM 6	,630	,904
ITEM 7	,606	,904
ITEM 8	,610	,904
ITEM 9	,520	,907
ITEM 10	,393	,910
ITEM 11	,726	,902
ITEM 12	,639	,903
ITEM 13	,407	,910
ITEM 14	,815	,897
ITEM 15	,775	,900
ITEM 16	,376	,910
ITEM 17	,578	,905
ITEM 18	,360	,911

Fuente: Prueba piloto realizada a adolescentes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo.

Tabla 8

Confiabilidad y correlación ítem test de ítems de Escala de resiliencia en adolescentes (era), en prueba piloto.

ITEM	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
ITEM 1	,508	,847
ITEM 2	,484	,848
ITEM 3	,479	,849
ITEM 4	,590	,843
ITEM 5	,476	,849
ITEM 6	,590	,843
ITEM 7	,494	,848
ITEM 8	,392	,854
ITEM 9	,508	,847
ITEM 10	,494	,848
ITEM 11	,594	,842
ITEM 12	,409	,852
ITEM 13	,578	,845
ITEM 14	,534	,846
ITEM 15	,336	,856

Fuente: Prueba piloto realizada a adolescentes de una institución educativa estatal de la ciudad de Chiclayo.

ANEXO N°4

Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

PRIMERA PARTE: INFORMACIÓN.

I. INFORMACIÓN

El presente formulario de CONSENTIMIENTO INFORMADO, está dirigido a las personas mayores de edad, padres y madres de sus menores hijos que serán invitados para participar en la investigación **BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020.**

Que se realizará como parte de la formación profesional de los estudiantes de la Unidad Académica de Psicología, Facultad de Humanidades, de la Universidad Señor de Sipán, de Chiclayo.

La investigación es conducida y asesorada por el docente de la asignatura Metodología de la Investigación Científica, MSc. Juan Montenegro Ordoñez. Tiene el propósito de complementar la formación profesional de los estudiantes del XI ciclo de Psicología, con actividades prácticas, en lugares fuera del campus universitario.

Autonomía y voluntariedad. Usted es una persona autónoma. Por lo tanto, usted decidirá si su menor hijo(a) participará o no en la presente investigación. Si usted decide consentir la participación de su menor hijo(a) en la presente investigación, debe saber que a su hijo(a) se le pedirá que responda algunas preguntas de un cuestionario que durará aproximadamente 30 minutos.

El cuestionario será de manera individual y anónima, lo que consistirá en preguntas sobre temas de Bienestar psicológico y Resiliencia, lo cual su menor hijo(a) formará parte. Así como usted consiente la participación de su menor hijo(a) en la investigación, también consentirá que su participación sea hasta que concluya la aplicación del cuestionario, o hasta cuando desee retirarse, sin ningún daño o perjuicio para su bienestar, suyo y el de su menor hijo(a).

Los fines de la investigación son estrictamente académicos. La información que su menor hijo(a) nos proporcione, solo será empleada para el cumplimiento de los objetivos de la investigación; dichos objetivos, tienen el propósito de contribuir a la formación profesional de los estudiantes de la Universidad Señor de Sipán, en el ámbito de la formación práctica, que es la que complementa a la formación teórica, de la asignatura Metodología de la Investigación Científica.

Justicia. La participación de su menor hijo(a) en la presente investigación, no significará ningún riesgo para usted, ni para su menor hijo(a), ni les ocasionará daño alguno. Asimismo, tampoco les proporcionará beneficios directos. Solo, que su menor hijo(a), ha participado y contribuido voluntariamente, a la formación profesional de los estudiantes responsables de la investigación, de la Universidad Señor de Sipán.

II. COMPRENSIÓN

Por favor, deseamos que nos diga si ha entendido lo que hemos conversado hasta este momento. Díganos qué dudas tiene o qué no ha entendido bien. Volveremos a explicárselo. Es necesario que haya entendido, porque solo si ha entendido, tiene sentido consentir la participación de su menor hijo(a) en la investigación.

En cualquier momento de la investigación, usted puede realizar las preguntas que desea, por ello, le proporcionaremos un número telefónico, al cual usted llamará con ese fin. El número de teléfono, es el siguiente: 963 306 741.

¿Ha entendido? ¿Todo está claro? ¿Tiene alguna pregunta?

III. VOLUNTARIEDAD

La participación de su menor hijo(a) en la investigación es voluntaria. Por lo mismo, puede retirarse cuando usted lo decida, o cuando su menor hijo(a) lo desee.

Confidencialidad. No utilizaremos su nombre en la investigación, ni el de su menor hijo(a). Por ello, usted decidirá qué seudónimo utilizaremos, tanto para usted, como para su menor hijo(a). Si desea, puede elegir los seudónimos por sorteo. Escribiremos unos 10 nombres que usted desea, o nosotros le presentaremos 10 opciones, y elegirá dos de ellos al azar. Los nombres elegidos, será los seudónimos, uno para usted y otro para su hijo.

Solo los estudiantes, investigadores responsables de la investigación, conocerán los seudónimos.

SEGUNDA PARTE: FORMULARIO DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO.

Yo, …….. he aceptado voluntariamente consentir la invitación para que mi menor hijo(a), participe en la investigación titulada:

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020.

Me han informado claramente sobre los responsables de la investigación, y a qué institución pertenecen. Asimismo, me han explicado sobre el propósito de la investigación, y que mi menor hijo(a) responderá a dichas preguntas.

También sé, que la información que proporcionará mi menor hijo(a) es confidencial, y solo será utilizada para los fines de la investigación.

Me han informado de los riesgos y beneficios. Me han dicho y sé, que la participación de mi menor hijo(a) es voluntaria y confidencial; por ello, solo se identificará con un seudónimo que ha sido elegido según mi voluntad y decisión.

La persona que me ha leído el presente documento que se llama CONSENTIMIENTO INFORMADO, me ha dicho que en cualquier momento, mi menor hijo(a) puede retirarse de la investigación, incluso, durante la entrevista grupal. Me ha proporcionado un número de teléfono, al cual llamaré ante cualquier duda.

Asimismo, me han dicho, que me darán una copia del presente documento. Y como prueba que entendí lo que me han leído y explicado, firmo el presente documento.

Mi seudónimo: …….

Mi firma: …….

Fecha: …….

ANEXO N°5

Cartilla de juicio de expertos

FORMATO DE EVALUACIÓN DE INSTRUMENTO DE MEDICIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento de medición denominado Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA) versión Digital; que forma parte de la investigación BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020.
La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando a la línea de investigación denominada Comunicación y Desarrollo Humano como a sus aplicaciones. Agradezco su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	
Grado profesional:	Maestría ( ) Doctor ( )
Área de Formación académica:	Clínica ( ) Educativa (X) Social ( ) Organizacional ( )
Áreas de experiencia profesional:	Educativa
Institución donde labora:	
Tiempo de experiencia profesional en el área :	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( )
Experiencia en Investigación Psicométrica : (Consignar trabajos Psicométricos realizados -Título del estudio realizado).	

2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

Validar lingüísticamente el instrumento Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA), versión Digital. Juzgar la pertinencia de los ítems de acuerdo a sus dimensiones.

3. DATOS DEL INSTRUMENTO

Nombre del instrumento:	Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA), versión Digital.
Autor(es):	Castro Espinoza Maritza Giovanna
Procedencia	Perú
Administración:	Individual o colectiva, mediante aparatos tecnológicos.
Tiempo de	Variable de 10 a 15 minutos

aplicación:	
Ámbito de aplicación:	Adolescentes de 14-18 años de instituciones educativas estatales del Perú.
Significación :	Identificar los niveles de resiliencia y sus dimensiones: Confianza en sí mismo, Ecuanimidad, Perseverancia, Satisfacción Personal, Sentirse bien solo

4. SOPORTE TEÓRICO

Áreas del instrumento denominado: Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA), versión Digital.

ESCALA/ÁREA	DEFINICIÓN
Confianza en sí mismo	Creencia en sí mismo y en los propios recursos, habilidad de depender de uno mismo y conocer sus propias fuerzas y limitaciones.
Ecuanimidad	Perspectiva equilibrada de su propia vida y experiencias: connota la de consideración de un vasto campo de experiencia y "esperar con calma" y, enfrentar las cosas como se presentan; en consecuencia, se limitan las respuestas extremas frente a la adversidad.
Perseverancia	Acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; connotando un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo, permanecer involucrado y de practicar la autodisciplina.
Satisfacción Personal	Comprensión del significado de la vida y cómo se contribuye a ésta.
Sentirse bien solo	Significado de libertad y valorización como personas únicas en importantes.

5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

Respetado(a) juez:

A continuación le presento el instrumento de medición denominado Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA) versión Digital; por lo que le solicito tenga a bien realizar la calificación de acuerdo con los siguientes indicadores:

CATEGORÍA	CALIFICACIÓN	INDICADOR
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. Totalmente en desacuerdo (No cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (Bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (Moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (Alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinentes:

1 No cumple con el criterio

2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

6. DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO:

DIMENSIONES	Pretende medir:	ÍTEM	CLARIDAD	COHERENCIA	RELEVANCIA	OBSERVACIONES/RECOMENDACIONES
Confianza en sí mismo	Creencia en sí mismo y en los propios recursos, habilidad de depender de uno mismo y conocer sus propias fuerzas y limitaciones.	A pesar de mis defectos, confío en mí mismo (a) y en mis capacidades.				
		Sé que lograré alcanzar mis metas.				
		Reconozco mis puntos débiles, en qué debo mejorar.				
Ecuanimidad	Perspectiva equilibrada de la propia vida y experiencias	Suelo mantenerme calmado (a) cuando ocurre algo malo.				
		Creo que la vida es demasiado bonita como para desesperarme por cualquier cosa.				
		Me considero una persona sin actitudes impulsivas.				
Perseverancia	Acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento.	Soy una persona disciplinada.				
		Cuando tengo una meta, hago todo lo posible por alcanzarla.				
		Me rindo fácilmente.				

Satisfacción personal	Comprensión del significado de la vida y cómo se contribuye a ésta.	No me arrepiento de haberme equivocado antes, me sirvió para aprender y mejorar.				
		Estoy convencido (a) que yo estoy en este mundo por una razón importante.				
		Mis acciones contribuyen a hacer de este mundo, un lugar mejor.				
Sentirse bien solo	Significado de libertad y valorización como personas únicas en importantes.	Ante momentos duros, soy mi mejor aliado (a).				
		Me considero una persona que depende mucho de otras para decidir o actuar.				
		Me siento libre de elegir lo que más me beneficie en la vida.				

Ciudad y fecha de evaluación:

Firma del evaluador
N° de Colegiatura:
Número de contacto:

Informes de validación de la Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA)

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020

II. NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA)

III. TESISTA: Castro Espinoza Maritza Giovanna

IV. DECISIÓN: Después de haber revisado el instrumento de recolección de datos, procedió a validarlo teniendo en cuenta su forma, estructura y profundidad; por tanto, permitirá recoger información concreta y real de la variable en estudio, corrigiendo su pertinencia y utilidad.

OBSERVACIONES: Apto para su aplicación.

APROBADO: (SI) NO

Chiclayo, 25 de Octubre del 2020

Firma.

Mg. Edwin Abel Tarrillo Vásquez

Número de Colegiatura: 36718

EXPERTO

Informes de validación de la Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA)

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020

II. NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA)

III. TESISTA: Castro Espinoza Maritza Giovanna

IV. DECISIÓN: Después de haber revisado el instrumento de recolección de datos, procedió a validarlo teniendo en cuenta su forma, estructura y profundidad; por tanto, permitirá recoger información concreta y real de la variable en estudio, corrigiendo su pertinencia y utilidad.

OBSERVACIONES: Apto para su aplicación.

APROBADO: (SI) NO

Chiclayo, 25 de Octubre del 2020

Firma
Mg. Edwin Alberto Gamonal Sanchez
Número de Colegiatura: 0144395

EXPERTO

Informes de validación de la Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA)

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020

II. NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA)

III. TESISTA: Castro Espinoza Maritza Giovanna

IV. DECISIÓN: Después de haber revisado el instrumento de recolección de datos, procedió a validarlo teniendo en cuenta su forma, estructura y profundidad; por tanto, permitirá recoger información concreta y real de la variable en estudio, corrigiendo su pertinencia y utilidad.

OBSERVACIONES: Apto para su aplicación.

APROBADO: (SI) NO

Chiclayo, 25 de Octubre del 2020

Firma

Mg. Mónica Banessa Burga Santa Cruz

Número de Colegiatura: 0405210

EXPERTA

FORMATO DE EVALUACIÓN DE INSTRUMENTO DE MEDICIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento de medición denominado Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A) versión Digital; que forma parte de la investigación BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020.

La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando a la línea de investigación denominada Comunicación y Desarrollo Humano como a sus aplicaciones. Agradezco su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	
Grado profesional:	Maestría ( ) Doctor ( )
Área de Formación académica:	Clínica ( ) Educativa ( ) Social ( ) Organizacional ( )
Áreas de experiencia profesional:	
Institución donde labora:	
Tiempo de experiencia profesional en el área :	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( )
Experiencia en Investigación Psicométrica : (Consignar trabajos Psicométricos realizados -Título del estudio realizado).	

2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

Validar lingüísticamente el instrumento Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A), versión Digital. Juzgar la pertinencia de los ítems de acuerdo a sus dimensiones.

3. DATOS DEL INSTRUMENTO

Nombre del instrumento:	Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A) , versión Digital.
Autor(es):	Castro Espinoza Maritza Giovanna
Procedencia	Perú

Administración:	Individual o colectiva, mediante aparatos tecnológicos.
Tiempo de aplicación:	Variable de 10 a 15 minutos
Ámbito de aplicación:	Adolescentes de 14-18 años de instituciones educativas estatales del Perú.
Significación :	Identificar los niveles de Bienestar Psicológico y sus dimensiones: Autoaceptación, Relaciones positivas, Dominio del entorno, Propósito de vida, Autonomía, Crecimiento personal.

4. SOPORTE TEÓRICO

Áreas del instrumento denominado: Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (ERA), versión Digital.

ESCALA/ÁREA	DEFINICIÓN
Autoaceptación	Capacidad de aceptación integral de los aspectos de la persona, los acontecimientos del pasado, tal cual sucedieron, con sentido de equilibrio y sosiego.
Relaciones positivas	Capacidad de establecer relaciones con los demás de manera abierta y sincera, incluyendo la apertura y la empatía.
Dominio del entorno	Capacidad personal para desenvolverse en entornos de dificultad, demostrando recursos de adaptación en contextos de adversidad.
Propósito de vida	Búsqueda y compromiso con el sentido de la vida.
Autonomía	Capacidad de tomar decisiones propias con libertad y elegir como actuar con criterio coherente a sus creencias y valores.
Crecimiento personal	Búsqueda de adquisición de aprendizajes y formas de potenciación de recursos que se tiene como persona.

Administración:	Individual o colectiva, mediante aparatos tecnológicos.
Tiempo de aplicación:	Variable de 10 a 15 minutos
Ámbito de aplicación:	Adolescentes de 14-18 años de instituciones educativas estatales del Perú.
Significación :	Identificar los niveles de Bienestar Psicológico y sus dimensiones: Autoaceptación, Relaciones positivas, Dominio del entorno, Propósito de vida, Autonomía, Crecimiento personal.

4. SOPORTE TEÓRICO

Áreas del instrumento denominado: Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A) , versión Digital.

ESCALA/ÁREA	DEFINICIÓN
Autoaceptación	Capacidad de aceptación integral de los aspectos de la persona, los acontecimientos del pasado, tal cual sucedieron, con sentido de equilibrio y sosiego.
Relaciones positivas	Capacidad de establecer relaciones con los demás de manera abierta y sincera, incluyendo la apertura y la empatía.
Dominio del entorno	Capacidad personal para desenvolverse en entornos de dificultad, demostrando recursos de adaptación en contextos de adversidad.
Propósito de vida	Búsqueda y compromiso con el sentido de la vida.
Autonomía	Capacidad de tomar decisiones propias con libertad y elegir como actuar con criterio coherente a sus creencias y valores.
Crecimiento personal	Búsqueda de adquisición de aprendizajes y formas de potenciación de recursos que se tiene como persona.

5. **PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:**

Respetado(a) juez:

A continuación le presento el instrumento de medición denominado Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A)versión Digital; por lo que le solicito tenga a bien realizar la calificación de acuerdo con los siguientes indicadores:

CATEGORÍA	CALIFICACIÓN	INDICADOR
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. Totalmente en desacuerdo (No cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (Bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (Moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (Alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinentes:

1 No cumple con el criterio

2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

6. DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO:

DIMENSIONES	Pretende medir:	ÍTEM	CLARIDAD	COHERENCIA	RELEVANCIA	OBSERVACIONES/RECOMENDACIONES
Autoaceptación	Capacidad de aceptación integral de los aspectos de la persona, los acontecimientos del pasado, tal cual sucedieron, con sentido de equilibrio y sosiego.	Lo malo que me pasó antes, quedó en el pasado, soy una mejor versión de mí mismo (a) ahora.				
		Me quiero tal como soy, con mis defectos y virtudes.				
		Me gusta como soy.				
Relaciones positivas	Capacidad de establecer relaciones con los demás de manera abierta y sincera, incluyendo la apertura y la empatía.	Suelo llevarme bien con los demás.				
		Trato de ponerme en el lugar de las otras personas para entenderlos mejor.				
		Suelo iniciar y/o mantener conversaciones amables y fluidas con otras personas.				
Dominio del entorno	Capacidad personal para desenvolverse en entornos de dificultad, demostrando recursos de adaptación en contextos de adversidad.	Me adapto fácilmente a situaciones adversas.				
		Soy práctico (a) al resolver problemas.				
		Ante una dificultad, me bloqueo y no encuentro forma pronta de superarla.				
Propósito de vida	Búsqueda y compromiso con el sentido de la vida.	Mi vida no tiene sentido.				
		Tengo un "porqué" para vivir.				
		Reflexiono constantemente sobre cómo haré de este mundo un lugar mejor.				

Autonomía	Capacidad de tomar decisiones propias con libertad y elegir como actuar con criterio coherente a sus creencias y valores.	Soy leal a mis principios y creencias, aunque los demás intenten convencerme de lo contrario.				
		Suelo hacer cosas para complacer a los demás.				
		Me siento con libertad de ser quien soy y decidir por mí mismo, independientemente el contexto o las situaciones adversas.				
Crecimiento personal	Búsqueda de adquisición de aprendizajes y formas de potenciación de recursos que se tiene como persona.	Busco superarme a mí mismo (a) aprendiendo nuevas cosas.				
		Trato de sacar mi mejor versión leyendo, escuchando historias de vida o aprendiendo de los errores y aciertos de los demás.				
		Tengo un proyecto de vida y el plan de cómo hacerlo realidad.				

Ciudad y fecha de evaluación: _____

Firma del evaluador
Grado, nombres y apellidos completos
Número de colegiatura
E-mail/teléfono de contacto

Informes de validación de la Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A)

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020

II. NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A)

III. TESISTA: Castro Espinoza Maritza Giovanna

IV. DECISIÓN: Después de haber revisado el instrumento de recolección de datos, procedió a validarlo teniendo en cuenta su forma, estructura y profundidad; por tanto, permitirá recoger información concreta y real de la variable en estudio, corrigiendo su pertinencia y utilidad.

OBSERVACIONES: Apto para su aplicación.

APROBADO: (SI) NO

Chiclayo, 25 de Octubre del 2020

Firma.

Mg. Edwin Abel Tarrillo Vásquez

Número de Colegiatura: 36718

EXPERTO

Informes de validación de la Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A)

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020

II. NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A)

III. TESISTA: Castro Espinoza Maritza Giovanna

IV. DECISIÓN: Después de haber revisado el instrumento de recolección de datos, procedió a validarlo teniendo en cuenta su forma, estructura y profundidad; por tanto, permitirá recoger información concreta y real de la variable en estudio, corrigiendo su pertinencia y utilidad.

OBSERVACIONES: Apto para su aplicación.

APROBADO: (SI) NO

Chiclayo, 25 de Octubre del 2020

Firma

Mg. Edwin Alberto Gamonal Sanchez

Número de Colegiatura: 0144395

EXPERTO

Informes de validación de la Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A)

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020

II. NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A)

III. TESISTA: Castro Espinoza Maritza Giovanna

IV. DECISIÓN: Después de haber revisado el instrumento de recolección de datos, procedió a validarlo teniendo en cuenta su forma, estructura y profundidad; por tanto, permitirá recoger información concreta y real de la variable en estudio, corrigiendo su pertinencia y utilidad.

OBSERVACIONES: Apto para su aplicación.

APROBADO: (SI) NO

Chiclayo, 25 de Octubre del 2020

Firma

Mg. Mónica Banessa Burga Santa Cruz

Número de Colegiatura: 0405210

EXPERTA

ANEXO N° 06

Acta de originalidad

ACTA DE ORIGINALIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, Juan Montenegro Ordoñez, docente del curso Investigación II de la Escuela Profesional de Psicología y revisor de la investigación aprobada mediante RESOLUCIÓN N° 0221-2020/FDH-USS de la estudiante **CASTRO ESPINOZA MARITZA GIOVANNA**, titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE CHICLAYO, 2020.

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 nivel de similitud de productos acreditables en la Universidad Señor de Sipán S.A.C., aprobada mediante Resolución de Directorio Nº 221-2019/PD-USS.

Pimentel, 23 de diciembre del 2020.

MSc. Juan Montenegro Ordoñez

DNI N° 16677406

Castro_Espinoza_Maritza_PAF_Investigación_II_B

INFORME DE ORIGINALIDAD

14%	14%	1%	8%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	5%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
4	repositorio.upch.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	es.scribd.com Fuente de Internet	<1%
6	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	<1%
7	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	<1%
8	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	<1%
9	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	<1%

10	Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	<1 %
11	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
12	www.repositorioacademico.usmp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
13	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	gredos.usal.es Fuente de Internet	<1 %
15	Submitted to Pontificia Universidad Catolica Madre y Maestra PUCMM Trabajo del estudiante	<1 %
16	hdl.handle.net Fuente de Internet	<1 %
17	eprints.uanl.mx Fuente de Internet	<1 %
18	revistacientifica.uaa.edu.py Fuente de Internet	<1 %
19	Submitted to Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo Trabajo del estudiante	<1 %
	repositorio.unp.edu.pe	

20	Fuente de Internet	<1%
21	Submitted to Pontificia Universidad Catolica del Peru Trabajo del estudiante	<1%
22	www.css.gob.pa Fuente de Internet	<1%
23	Submitted to Universidad de Deusto Trabajo del estudiante	<1%

Excluir citas	Activo	Excluir coincidencias	< 15 words
Excluir bibliografía	Activo		