



**Universidad
Norbert Wiener**

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**

Tesis

Resiliencia y bienestar psicológico en adolescentes escolares de un
centro educativo privado de Lurín, 2024

**Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología**

Presentado por:

Autora: Rios Inuma, Luz Lizbeth

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8837-4004>

Asesor: Mg. Valencia Pecho, Diego Ismael

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7614-0814>

Lima – Perú


2025

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, **LUZ LIZBETH RIOS INUMA** egresada de la Facultad de Ciencias de la Salud y Escuela Académica Profesional de Psicología de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico titulado: **“RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES ESCOLARES DE UN CENTRO EDUCATIVO PRIVADO DE LURÍN, 2024”**, asesorado por el docente: Mg. Diego Ismael Valencia Pecho, con DNI N° 46196305, con código ORCID <https://orcid.org/0000-0002-7614-0814>, tiene un índice de similitud de 19 % (diecinueve) con código oid:14912:462832629, verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

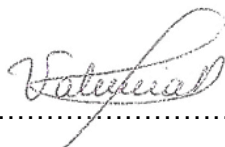
Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor 1
 Luz Lizbeth Rios Inuma
 DNI: 40819067

.....
 Firma de autor 2
 Nombres y apellidos del Egresado
 DNI:



.....
 Firma
 Diego Ismael Valencia Pecho
 DNI: 46196305

Lima, 04 de noviembre de 2024

Dedicatoria

A Dios por brindarme la vida, salud por permitirme ser de ayuda a los demás. A mi hijita Fabiana Flores que desde los 5 añitos me acompañó en este largo camino el de cumplir con mis sueños y mis objetivos trazados, caminando junto a mí, muchas veces acompañándome a clases a rendir exámenes, motivándome siempre con su amor y palabras de aliento para no rendirme en el camino diciéndome lo orgullosa que está de mí.

Agradecimientos

A mis amados padres Gregorio Rios y Lupe Inuma, por su inmenso amor y por las enseñanzas, por inculcarme siempre a dar lo mejor de mí en todo cuanto desarrollé siempre en bien de los demás.

A mi amado esposo Cesar y a mi amada hija Fabiana quiénes siempre han sido mi mayor fuente de fortaleza de inspiración y de impulso para no rendirme en el camino siempre motivándome a continuar y no desistir porque no siempre ha sido fácil pasando por una pandemia, familiares queridos fallecidos y pasando por situaciones difíciles que me han llenado de tristeza pero también me han enseñado a depender más de Dios de mi fe , de la perseverancia, constancia, la buena voluntad y la actitud positiva frente a hechos que muchas veces no comprendía y tuve que atravesar las cuáles me han permitido poder desarrollar mi capacidad de resiliencia, empatía, humanismo y con ello poder obtener mi crecimiento personal y profesional siempre en el deseo de Bienestar a los demás.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
ÍNDICE GENERAL	iv
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	12
1.1. Planteamiento del problema	12
1.2. Formulación del problema	14
1.2.1. Problema general	14
1.2.2. Problemas específicos	14
1.3. Objetivos de la investigación	14
1.3.1. Objetivo general	14
1.3.2. Objetivos específicos	14
1.4. Justificación de la investigación	15
1.4.1. Teórica	15
1.4.2. Metodológica	15
1.4.3. Práctica	15
1.5. Limitaciones de la investigación	16
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	17
2.1. Antecedentes de investigación	17
2.2. Bases teóricas	20
2.3. Formulación de hipótesis	30
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	31
3.1. Método de investigación	31
3.2. Enfoques de investigación	31
3.3. Tipo de investigación	31
3.4. Diseño de investigación	32
3.5. Población, muestra y muestreo	32
3.6. Variables y operacionalización	34
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	35
3.7.1. Técnica	35

3.7.2. Descripción de instrumentos	35
3.7.3. Validación	35
3.3.4. Confiabilidad	36
3.8. Procesamiento y análisis de datos	36
3.9. Aspectos éticos	37
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	38
4.1. Resultados	38
4.1.1. Análisis descriptivo de los ítems	38
4.1.2. Validez	39
4.1.3. Confiabilidad	43
4.2. Discusión de resultados	44
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	50
5.1. Conclusiones	50
5.2. Recomendaciones	51
REFERENCIAS	
ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Distribución poblacional en función al grado escolar y sexo	32
Tabla 2	Matriz de operacionalización de resiliencia	33
Tabla 3	Matriz de operacionalización de bienestar psicológico	34
Tabla 4	Niveles de resiliencia y dimensiones	38
Tabla 5	Niveles de bienestar psicológico y dimensiones	39
Tabla 6	Resultado de normalidad de las variable y componentes	39
Tabla 7	Medida de correlación de la resiliencia con el bienestar psicológico	39
Tabla 8	Medida de correlación de la dimensión satisfacción personal con el bienestar psicológico	40
Tabla 9	Medida de correlación de la dimensión ecuanimidad con el bienestar psicológico	40
Tabla 10	Medida de correlación de la dimensión sentirse bien solo con el bienestar psicológico	40
Tabla 11	Medida de correlación de la dimensión confianza en sí mismo con el bienestar psicológico	41
Tabla 12	Medida de correlación de la dimensión perseverancia con el bienestar psicológico	41

RESUMEN

Este estudio poseyó como fin comprender la relación de la resiliencia con el bienestar psicológico en 180 adolescentes escolares, entre varones y mujeres, de un centro educativo privado de Lurín. Fue un estudio de tipo básico, diseño no experimental y alcance correlacional. Se administraron la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young (1993) y la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) de Casullo (2002). Los hallazgos confirmaron que existió una relación positiva y moderada ($r_s=.529$; $p<.001$) entre la resiliencia y el bienestar psicológico evidenciada por un valor p inferior a .05, lo que indicó que esta relación fue estadísticamente significativa. Cada uno de los componentes de la resiliencia encontró relación positiva y estadísticamente significativa ($p<.05$) con el bienestar psicológico. La mayoría de los encuestados exhiben características positivas que contribuyen a la resiliencia, representado por el 71.1%. Del mismo modo, la mayoría de los adolescentes presentó un nivel regular de bienestar (71.7%), lo que es fundamental para la salud mental. En síntesis, hay evidencia suficiente para afirmar que la resiliencia puede jugar un papel importante en el aumento del bienestar psicológico.

Palabras clave: Resiliencia, ecuanimidad, bienestar psicológico, proyecto de vida.

ABSTRACT

The purpose of this study was to understand the relationship between resilience and psychological well-being in 180 school adolescents, both boys and girls, from a private educational center in Lurín. It was a basic type study, non-experimental design and correlational scope. The Resilience Scale (RE) by Wagnild and Young (1993) and the Psychological Well-being Scale (BIEPS-J) by Casullo (2002) were administered. The findings confirmed that there was a positive and moderate relationship ($r_s=.529$; $p<.001$) between resilience and psychological well-being evidenced by a p value less than .05, which indicated that this relationship was statistically significant. Each of the components of resilience found a positive and statistically significant relationship ($p<.05$) with psychological well-being. The majority of respondents exhibit positive characteristics that contribute to resilience, represented by 71.1%. Likewise, the majority of adolescents presented a regular level of well-being (71.7%), which is essential for mental health. In summary, there is sufficient evidence to affirm that resilience can play an important role in increasing psychological well-being.

Keys words: Resilience, equanimity, psychological well-being, life project

INTRODUCCIÓN

El periodo adolescente es una etapa esencial en el desarrollo humano, marcada por una serie de transformaciones físicas, emocionales y sociales que influyen en la construcción de la identidad personal. Durante estos años, los jóvenes no solo desarrollan habilidades cognitivas y sociales, sino que también enfrentan retos significativos, como la presión académica, las relaciones interpersonales y las expectativas familiares. Estos factores pueden generar estrés y ansiedad, afectando su bienestar psicológico. Por ello, entender cómo los adolescentes manejan estas adversidades es esencial para fomentar su desarrollo saludable.

En este contexto, la resiliencia emerge como un constructo clave. Hace referencia a la capacidad de una persona para adaptarse y recuperarse de situaciones complicadas, produciendo una respuesta positiva ante el estrés. La resiliencia no es innata; es un proceso que puede ser fortalecido a través de experiencias y el entorno en el que se desenvuelven los adolescentes. Factores como el respaldo social, la confianza en sí mismo y la autoeficacia desempeñan un papel crucial en la formación de esta habilidad. Así, es pertinente investigar cómo estos elementos se interrelacionan con el bienestar psicológico de los jóvenes en el ámbito escolar.

Este estudio se centró en un plantel educativo privado de Lurín, donde se exploró la relación entre la resiliencia y el bienestar psicológico de los adolescentes. Este contexto particular ofrece una oportunidad para examinar a un grupo de estudiantes que, aunque gozan de ciertas prerrogativas socioeconómicas, también enfrentan desafíos específicos que pueden influir en su salud mental.

Finalmente, este estudio aspiró a ofrecer un marco teórico y práctico que sirva de guía para educadores, psicólogos y padres en la promoción de un entorno que favorezca la resiliencia y el bienestar psicológico de los adolescentes. En un periodo en el que la salud mental se ha vuelto un tema de inquietud en aumento, es crucial que las instituciones educativas y las familias trabajen en conjunto para proporcionar a los jóvenes las competencias necesarias para enfrentar los desafíos de la vida con coraje y optimismo.

CAPÍTULO I: PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

A nivel global, la adolescencia es una etapa crucial en el crecimiento humano, marcada por significativos cambios biológicos, emocionales y sociales que pueden generar vulnerabilidad al estrés y a problemas de salud mental (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021). En esta etapa, dentro de los factores protectores esenciales para el adecuado ajuste emocional y social, se encuentran el bienestar psicológico y la resiliencia (Yavuz, 2023).

La resiliencia, entendida como la capacidad de recuperarse y adaptarse frente a adversidades, juega un papel crucial para el bienestar psicológico de la población adolescente (Rebaza, 2021). No obstante, la incidencia de trastornos emocionales como la ansiedad y la depresión en adolescentes ha aumentado significativamente en los últimos años, especialmente tras la pandemia de COVID-19, lo que ha puesto en evidencia la necesidad de fortalecer los recursos psicológicos, entre ellos la resiliencia, en esta población (Loades *et al.*, 2020).

En América Latina, los adolescentes enfrentan desafíos particulares en la promoción de la salud mental. De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud

(OPS, 2022), los adolescentes en esta región están expuestos a factores de riesgo como la pobreza, la violencia y la falta de acceso a servicios de salud mental, lo que puede comprometer su bienestar psicológico.

En el caso específico de Perú, investigaciones recientes han destacado que los adolescentes escolares presentan altos niveles de estrés académico y dificultades emocionales, lo que afecta su rendimiento y calidad de vida (Alvarez *et al.*, 2021). Asimismo, se ha señalado que los recursos psicológicos, como la resiliencia, son fundamentales para hacer frente a estos desafíos (Pineda *et al.*, 2021). De igual manera, se ha encontrado que los adolescentes presentan niveles bajos de resiliencia, lo que los hace más vulnerables a experimentar problemas en su bienestar psicológico ante situaciones estresantes (Sibalde *et al.*, 2020).

En el contexto específico del distrito de Lurín, ubicado en la provincia de Lima sur, existen factores socioeconómicos, educativos y culturales que pueden influir en los jóvenes escolares (Medina y León, 2023). Un estudio preliminar realizado en la zona sugiere que los adolescentes escolares de Lurín enfrentan presiones académicas, conflictos familiares y problemas de adaptación social que pueden contribuir a niveles más bajos de resiliencia y bienestar psicológico (Mendoza, 2022).

Los centros educativos privados, aunque cuentan con mayores recursos en comparación con las instituciones públicas, no están exentos de estos problemas. Por lo tanto, es fundamental investigar en profundidad la asociación entre las variables antes mencionadas en un grupo de jóvenes escolares.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

- ¿De qué manera se relaciona la resiliencia con el bienestar psicológico en adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín, 2024?

1.2.2. Problemas específicos

1. ¿Cuál es el nivel de resiliencia y de sus componentes en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?
2. ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico y de sus componentes en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?
3. ¿De qué manera se relaciona la dimensión “satisfacción personal” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?
4. ¿De qué manera se relaciona la dimensión “ecuanimidad” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?
5. ¿De qué manera se relaciona la dimensión “sentirse bien solo” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?
6. ¿De qué manera se relaciona la dimensión “confianza en sí mismo” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?
7. ¿De qué manera se relaciona la dimensión “perseverancia” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?

1.3. Objetivos de investigación

1.3.1. Objetivo general

- Comprender la relación de la resiliencia con el bienestar psicológico en adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín, 2024.

1.3.2. Objetivos específicos

1. Identificar el nivel de resiliencia y de sus dimensiones en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.
2. Identificar el nivel de bienestar psicológico y de sus componentes en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.
3. Establecer la relación de la dimensión “satisfacción personal” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.
4. Establecer la relación de la dimensión “ecuanimidad” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.
5. Establecer la relación de la dimensión “sentirse bien solo” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.
6. Instituir la relación de la dimensión “confianza en sí mismo” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.
7. Instituir la relación de la dimensión “perseverancia” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

Durante la adolescencia, una fase clave de transición y formación de la identidad, la resiliencia es fundamental para cómo los individuos manejan los desafíos característicos de este periodo, como la presión académica, la búsqueda de autonomía y

la exploración de nuevas experiencias. Investigar la conexión entre la resiliencia y el bienestar psicológico en adolescentes escolares ayudo a entender cómo interactúan estas variables y qué elementos ayudan a mejorar la salud mental en este grupo.

1.4.2. Metodológica

La metodología de este estudio se fundamentó en un diseño no experimental, de tipo transversal y correlacional, empleando instrumentos validados y confiables para evaluar la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa privada de Lurín. Se administró cuestionarios adaptados como la “Escala de Resiliencia de Wagnild Young” y la “Escala de Bienestar Psicológico de Casullo”, para obtener datos cuantitativos sobre estas variables.

1.4.3. Práctica

Los hallazgos de esta indagación tuvieron importantes implicaciones prácticas para el sector educativo y la salud mental de los adolescentes. Al señalar los niveles de resiliencia y bienestar psicológico de los educandos, se podrán diseñar e implementar programas y estrategias de intervención dirigidas a fortalecer estas habilidades y promover un ambiente escolar saludable.

Los descubrimientos también aportan a la creación de políticas y programas a escala comunitaria que promuevan el fortalecimiento de la resiliencia desde la infancia, teniendo en cuenta elementos como el respaldo social, la autoeficacia y las capacidades para manejar situaciones adversas. En última instancia, esta investigación buscará generar conocimiento aplicable y contribuir al bienestar integral de los adolescentes en el contexto escolar de Lurín y, por extensión, en otras comunidades similares.

1.5. Limitaciones de la investigación

Al haber considerado un solo plantel educativo privado de Lurín, limitó la generalización de los hallazgos. Las características específicas de este contexto, como el

nivel socioeconómico y las prácticas educativas, pueden no ser representativas de otros entornos escolares, tanto públicos como privados. Al ser un estudio de corte transversal, las relaciones entre resiliencia y bienestar psicológico se evalúan en un único momento en el tiempo. Esto dificulta establecer relaciones causales y puede no reflejar las dinámicas de cambio que ocurren a lo largo del tiempo en la vida de los adolescentes.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Internacionales

En Argentina, Carbone (2023) encuestó a 450 adolescentes, de entre 10 y 18 años, en contexto de pandemia por COVID-19, con el fin de vincular el bienestar psicológico con la resiliencia. Se administraron dos instrumentos de medida, uno por cada variable de análisis, cuyas evidencias psicométricas fueron verificadas anticipadamente. Los hallazgos estipularon que las variables antes mencionadas están íntimamente relacionadas ($r=.487$; $p<.01$), de tal forma que, a mayor resiliencia, mejor bienestar psicológico; por otra parte, el 32.8% (40) de los partícipes evidenciaron un muy bajo nivel de resiliencia; entre tanto, el 56.6 % (69) alcanzó un elevado nivel de bienestar psicológico.

Pérez-Correa *et al.* (2022), en Colombia, encuestaron a 300 estudiantes procedentes de dos centros educativos, con edades entre los 12 a 18 años, que percibieron un contexto violento; con el propósito de comprender la vinculación de la resiliencia con el bienestar psicológico. Se administraron dos instrumentos de medida: la “Escala de Resiliencia Sv-Res” y la “Escala de Bienestar Psicología para Jóvenes (BIEPS-J)”. El nivel con mayor preponderancia fue el medio en cada una de las dimensiones de la resiliencia: Identidad (38.3%), autonomía (41.3%), satisfacción (51.3%), pragmatismo

(50.3%), vínculos (57%), redes (50.3%), modelos (59.3%), metas (59%), afectividad (49%), autoeficacia (57.3%), aprendizaje (56%) y generatividad (53.3%); respecto al bienestar psicológico, el 45% alcanzó un alto nivel. Cada uno de los componentes que constituyeron la variable resiliencia expusieron correlación directa y estadísticamente significativa con el bienestar psicológico.

Dosil *et al.* (2019), en España, encuestó a 193 adolescentes de diferentes centros educativos, tanto privados como públicos, de la Comunidad Autónoma del País Vasco (CAPV), con el propósito de conocer el grado de resiliencia y compararlo según ciertas variables categóricas de interés. Para medirla, se recurrió al uso de la “Escala de Resiliencia de Connor y Davidson”. Respecto a los hallazgos, se demostró que un 32.11% obtuvo un grado medio, el 30.73% un grado alto y el 37.16% un bajo grado. Las variables categóricas, como el sexo y la edad, propiciaron discrepancias estadísticamente significativas en la capacidad de resiliencia en los adolescentes participantes. Por último, se concluyó que la resiliencia fue una conducta aprendida y, por tanto, esta habilidad social se pudo enseñar.

Fernández *et al.* (2019), en Uruguay, encuestó a 5 189 estudiantes, de entre 12 a 21 años, incluyendo tanto hombres como mujeres, con el fin de elaborar un perfil nacional sobre el bienestar psicológico subjetivo. Se administró la “Escala de Índice de Bienestar Personal (PWI)”, que evaluó la satisfacción con la vida de manera general y específica, a través de sus siete componentes. Los resultados determinaron mayor satisfacción en el componente conexión (pertenencia) con la comunidad; mientras que los componentes con menor satisfacción fueron seguridad y seguridad a futuro. Al comparar los componentes del bienestar psicológico subjetivo de acuerdo al sexo, encontraron que las damas evidenciaron menores niveles de satisfacción, en comparación con los hombres encuestados. Por su parte, al comparar de acuerdo al rango de edad, el grupo de

adolescencia temprana, de 12 a 14 años, obtuvo mayores niveles de satisfacción en cada uno de los componentes, en contraste con los adolescentes mayores.

Simón *et al.* (2019), en Cuenca (España), encuestaron a 844 estudiantes mayores de 12 años de cinco planteles educativos con el fin de conocer la prevalencia de víctimas de bullying y analizar los factores personales y sociales que estuvieran asociados. Se administraron las subescalas del KIDSCREEN-52, para medir victimización, bienestar físico y psicológico, asociación con los padres y vida familiar; la resiliencia fue medida por medio de la “Escala de Resiliencia (CD-RISC10)”. Los hallazgos expusieron que una menor resiliencia se asoció con la victimización por acoso, lo que los llevó a concluir que la resiliencia fue un predictor de protección contra el acoso. Asimismo, los jóvenes que no sufrieron acoso tuvieron un mejor bienestar psicológico, sugiriendo que los estudiantes que experimentaron emociones más positivas y una elevada satisfacción con la vida pueden estar mejor protegidos contra el acoso.

2.1.2. Nacionales

Abanto y Arteaga (2023), en Cajamarca, encuestó a 54 adolescentes de educación secundaria de un plantel educativo público con el propósito de conocer cómo se relaciona la resiliencia con el bienestar psicológico. Se administraron dos instrumentos, uno por cada variable de análisis, cuyas evidencias psicométricas fueron constatadas anticipadamente. El 44.4% (24) de los partícipes revelaron un nivel de resiliencia medio; a la par, el 54% (24) obtuvo un nivel de bienestar psicológico promedio. Se encontró una correspondencia positiva, de intensidad moderada y estadísticamente significativa ($r_{ho} = .742$; $p < .05$) entre ambas variables en los adolescentes escolares, estipulándose que, a mayor grado de resiliencia, más elevado el grado de bienestar psicológico. Las dimensiones de la resiliencia obtuvieron correlaciones directas y de una intensidad variada (baja y moderada) con las dimensiones del bienestar psicológico.

Calsín (2023), en Loreto, encuestó a 84 adolescentes de 14 a 19 años, incluyendo hombres y mujeres, procedentes de un plantel educativo público, con el fin de comprender la relación del bienestar psicológico con la resiliencia. Se administraron dos instrumentos, uno por cada variable de análisis, cuyas evidencias psicométricas fueron constatadas previamente. El nivel predominante de bienestar psicológico (48.8%) y resiliencia (42.9%) fueron medios; el bienestar psicológico junto a la resiliencia obtuvo una correspondencia estadísticamente muy significativa, de tipo directa e intensidad moderada ($\rho = .698$; $p < .01$). El bienestar psicológico fue sometido a un análisis de correlación con los diferentes componentes de la resiliencia: “aceptación, ecuanimidad, perseverancia y confianza”, encontrándose relaciones estadísticamente muy significativas ($p < .01$).

Johnson (2022), en Chiclayo, encuestó a 98 estudiantes de secundaria, de ambos sexos, procedentes de un plantel educativo público, con el propósito de conocer cómo se relaciona el bienestar psicológico con la resiliencia. Se administraron dos instrumentos, uno por cada variable de análisis, cuyas evidencias psicométricas fueron constatadas previamente. El 71.4% de los participantes expusieron un grado de bienestar psicológico medio, siendo el componente con mayor porcentaje crecimiento personal con un nivel bajo; del mismo modo, el 54.1% obtuvieron un nivel de resiliencia medio, donde el componente sentirse bien solo generó un mayor porcentaje en el nivel bajo. Se encontró una correspondencia positiva, de intensidad baja y estadísticamente significativa ($p < .05$; $\rho = .279$) entre ambas variables.

Rebaza (2021), en Trujillo, encuestó a 265 estudiantes de secundaria, de ambos sexos, procedentes de un plantel educativo público, con el propósito de conocer la relación entre resiliencia y bienestar psicológico. Se administraron como instrumentos la “Escala de Resiliencia de Wagnild Young” y la “Escala de Bienestar Psicológico”,

encontrándose una correspondencia significativa, de intensidad y de tipo directa entre ambas variables ($r = .391$; $p < .05$), por lo cual, al incrementar los grados de resiliencia, lo hace también los grados de bienestar psicológico. El 37% (98) de partícipes percibieron un grado medio bajo de bienestar psicológico; mientras que el 29.8% (79) alcanzaron un nivel elevado de resiliencia. Asimismo, cada uno de los componentes del bienestar psicológico mostraron relación estadísticamente significativa con la variable resiliencia.

Castro (2020), en Chiclayo, encuestó a 64 estudiantes, incluyendo ambos sexos, que cursaban el cuarto grado de secundaria de un plantel educativo público, con el fin de conocer cómo se relaciona el bienestar psicológico con la resiliencia. Se administraron como instrumentos la “Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A)” y la “Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA)”, encontrando una correspondencia directa, de intensidad moderada y estadísticamente muy significativa ($\rho = .583$; $p < .05$); por su parte, los componentes “ecuanimidad, confianza en sí mismo y sentirse bien solo” de la resiliencia obtuvieron correlaciones directas y estadísticamente significativas con el bienestar psicológico. Además, los componentes de “autoaceptación, relaciones positivas y autonomía” del bienestar psicológico mostraron correlaciones directas y estadísticamente significativas; ultimando que, a más resiliencia, más fue el grado de bienestar psicológico en los participantes.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Resiliencia

Definición.

En 1985, Rutter introdujo el vocablo resiliencia en las ciencias sociales para representar la capacidad humana de desarrollarse tanto psicológica como socialmente, incluso cuando se vive en un entorno de riesgo. Se refiere tanto a individuos como a

grupos capaces de adaptarse a contextos socioculturalmente desfavorecidos y recuperarse de experiencias traumáticas (Cabanyes, 2010).

Por otro lado, Rúa y Andreu (2011) describen la resiliencia como la habilidad de una persona para manejar circunstancias adversas o vivencias negativas y emerger fortalecida de ellas.

En conjunto, la resiliencia es un atributo personal que fomenta la adaptabilidad al mitigar los efectos adversos del estrés. Esto implica tener fortaleza emocional, valentía y capacidad de adaptación (Wagnild y Young, 1993).

Sin embargo, desde una perspectiva dinámica, la resiliencia se define como un proceso de adaptación positiva a situaciones adversas (Luthar, et al., 2000), cuya variación depende del origen del problema, el contexto y la etapa de vida, y se expresa de manera desigual en las diferentes culturas. Además, cabe señalar que las situaciones de adversidad no son estáticas, sino que cambian constantemente, y se debe considerar la preparación, vivir y aprender de la experiencia de la adversidad (Salgado, 2009).

Dimensiones.

Wagnild y Young (1993), establecieron que la resiliencia, desde una perspectiva psicométrica, puede medirse a través de dos factores generales: competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida; pero que, a su vez, se descomponen en cinco dimensiones específicas que se explican a continuación (Salgado, 2005):

1. Ecuanimidad: Implica tener la capacidad de contemplar diversas experiencias y mantener la calma, aceptando las situaciones tal como se presenten; esto conlleva a una respuesta más moderada frente a la adversidad, evitando reacciones extremas.
2. Perseverancia: Se relaciona con la idea de continuar esforzándose a pesar de los momentos difíciles o la falta de ánimo; implica un firme deseo de seguir luchando

por alcanzar metas personales, mantener el compromiso y ejercer la autodisciplina.

3. **Confianza en sí mismo:** Es la creencia en las habilidades y capacidades propias, además se interpreta como la confianza en uno mismo y la conciencia de las fortalezas y debilidades personales.
4. **Satisfacción personal:** Se trata de entender que la vida posee un propósito y valorar las contribuciones personales.
5. **Sentirse bien sólo:** Se refiere a reconocer que cada individuo tiene una trayectoria de vida única, aunque pueda compartir algunas vivencias en común; hay otras circunstancias que deben enfrentarse en solitario. Sentirse a gusto consigo mismo ofrece una sensación de libertad y un sentimiento de ser único.

Modelos teóricos.

Modelo de resiliencia de Werner y Smith.

Este modelo se centra en comprender cómo algunos niños expuestos a circunstancias adversas logran desarrollar una adaptación positiva y funcionamiento saludable a lo largo de sus vidas. Este modelo identifica tres factores clave que contribuyen a la resiliencia en estos niños (Werner y Smith, 1992):

1. **Temperamento fácil:** Algunos niños nacen con un temperamento fácil, lo que significa que tienen una predisposición innata a ser positivos, flexibles y adaptables en diferentes situaciones. Esta característica les permite enfrentar y superar los desafíos de forma más eficiente.
2. **Apoyo social:** El modelo resalta la relevancia del respaldo social, que abarca el apoyo proveniente de la familia, amigos, docentes u otros adultos importantes en la vida del niño. Este apoyo proporciona recursos emocionales y prácticos que ayudan al niño a manejar el estrés y la presión de las circunstancias difíciles.

3. **Oportunidades de éxito en la vida:** Los niños resilientes tienen acceso a oportunidades que les permiten experimentar éxito y logros significativos, ya sea a nivel académico, deportivo, artístico o en otros aspectos de sus vidas. Estas experiencias positivas refuerzan su sentido de competencia y autoestima, contribuyendo a su resiliencia.

Modelo de resiliencia de Wagnild y Young.

Este modelo representa una teoría centrada en los factores internos y psicológicos que influyen en la habilidad de los individuos para adaptarse y sobreponerse a escenarios difíciles. Este modelo destaca dos componentes centrales: el sentido de competencia y la aceptación de uno mismo y de la vida.

El sentimiento de competencia alude a cómo una persona percibe sus habilidades y recursos para afrontar retos. Esto abarca la confianza en sí misma, la habilidad para resolver problemas y la flexibilidad para adaptarse a cambios en las situaciones. Por otro lado, la aceptación de uno mismo y de la vida se refiere a la capacidad de encontrar un sentido profundo en la vida, mantener la esperanza, cultivar la gratitud y la capacidad de encontrar propósito incluso en medio de la adversidad (Wagnild y Young, 1993).

Modelo ecológico de resiliencia de Ungar.

Esta perspectiva se enfoca en entender la resiliencia como un proceso activo que involucra la interconexión entre elementos individuales y del ambiente. Este enfoque reconoce que la capacidad de enfrentar y superar adversidades está influenciada por múltiples niveles de influencia, que van desde lo individual hasta lo comunitario y lo social (Ungar, 2011).

En este modelo, Ungar destaca la importancia de analizar el entorno ecológico en el que una persona se encuentra y cómo este entorno puede afectar su capacidad para ser resiliente. Según Ungar (2011), "la disponibilidad de servicios de salud mental,

programas educativos inclusivos y entornos seguros contribuyen significativamente a la resiliencia comunitaria" (p. 89). El autor propone que las personas pueden ser más resilientes cuando tienen acceso a recursos tanto dentro como fuera de sí mismos, y cuando estos recursos se encuentran en equilibrio con sus necesidades y capacidades.

Ungar subraya la relevancia de tener en cuenta la diversidad cultural y las distintas maneras en que las personas interpretan y enfrentan los desafíos. Ungar (2011) destaca que "comprender la diversidad cultural y respetar las diferencias aumenta la capacidad de las comunidades para fomentar la resiliencia en sus miembros" (p. 112). Esto implica reconocer que lo que puede ser considerado como un factor protector en una cultura, puede no serlo necesariamente en otra.

2.2.2. Bienestar psicológico

Definición.

El concepto de bienestar psicológico se ha empleado como equivalente al bienestar subjetivo, y estos términos están estrechamente relacionados. El bienestar psicológico puede entenderse como el componente psicológico del bienestar en general, mientras que el bienestar subjetivo abarca una gama más amplia de influencias, incluyendo la satisfacción de necesidades fisiológicas (Victoria y González, 2000).

El bienestar psicológico, en palabras de Castro (2009), es un concepto amplio que abarca diversas dimensiones del funcionamiento humano, como la satisfacción con la vida, el equilibrio emocional y la realización personal.

Carol Ryff ha sido una de las principales investigadoras en el campo del bienestar psicológico. De acuerdo con esta autora, "el bienestar psicológico se define como un esfuerzo por alcanzar una vida plena y significativa, que implica la búsqueda continua de experiencias y desafíos que promuevan el crecimiento personal y la realización" (Ryff, 1989, p. 1076).

Victoria y González (2000), por su parte, estiman que el bienestar psicológico es la forma en que una persona piensa y siente acerca de sí misma de manera positiva y constructiva. Este concepto se basa en las experiencias subjetivas vividas y está íntimamente concerniente con el funcionamiento físico, psicológico y social de cada individuo.

Casullo y Castro (2000) refieren que el bienestar psicológico es una dimensión evaluativa que tiene que ver con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido, que va más allá de la sola presencia de afectos positivos. Abarca aspectos como el desarrollo personal, la implicación en actividades significativas y la construcción de relaciones positivas. Asimismo, este rasgo muestra notables diferencias respecto a la edad, el género y la cultura de cada individuo.

Dimensiones.

Casullo (2002) en base a la propuesta teórica de Ryff, construye un instrumento al que llamo “Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J)”, constituida por 13 ítems y que se distribuyen en cuatro dimensiones específicas (Aguirre, 2020):

- a) **Control:** Habilidad de un sujeto para manejar y controlar para afrontar situaciones difíciles, que muchas veces generan irritación.
- b) **Vínculos:** Habilidad del sujeto para cultivar relaciones interpersonales sólidas, mostrando empatía y expresando afecto.
- c) **Proyectos:** Habilidad del sujeto para lograr objetivos y metas propuestas, asumiendo que la vida es significativa. Esta persona también tiene un conjunto de valores que impacta en su perspectiva de la vida.
- d) **Aceptación de sí mismo:** Capacidad de un sujeto para reconocer y admitir los distintos aspectos (buenos y malos) sobre sí mismo.

Modelos teóricos.

Modelo de bienestar psicológico de Carol Ryff.

Carol Ryff propuso un modelo multidimensional que aborda diferentes aspectos del bienestar psicológico centrándose en seis dimensiones fundamentales: autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal (Ryff & Keyes, 1995). En conformidad con Ryff, el bienestar implica la capacidad de desempeñarse de forma excelente en estas esferas y experimentar una sensación de logro personal.

La primera dimensión, autoaceptación, se refiere a la habilidad de aceptarse a uno mismo, incluyendo aspectos positivos y negativos, sin juzgarse de manera severa. Las relaciones positivas con otros hacen referencia a la calidad de las interacciones sociales y la habilidad de establecer vínculos significativos y satisfactorios. La autonomía implica tener un sentido de control sobre la propia vida y la capacidad de tomar decisiones de manera independiente, sin sentirse presionado por influencias externas (Ryff & Keyes, 1995).

El control del entorno se describe como la habilidad de ajustarse a los desafíos del ambiente y gestionar de manera eficaz las situaciones diarias. Por otro lado, el propósito en la vida refleja la impresión de tener objetivos significativos y una dirección clara en la vida. Finalmente, el crecimiento personal se refiere a la capacidad de aprender y desarrollarse a lo largo del tiempo, buscando la mejora continua (Ryff, 1989).

Modelo de bienestar psicológico de Diener y Ryan.

La visión de Diener y Ryan (2009) se sustenta en la teoría de la autodeterminación y resalta la relevancia de cumplir con las necesidades psicológicas fundamentales para lograr el bienestar. Para Diener y Ryan (2009), estas necesidades incluyen la autonomía, la competencia y la relación. La autonomía involucra poseer la libertad de tomar

decisiones y comportarse de acuerdo con las propias convicciones y valores. La competencia implica sentirse capaz y eficiente en las actividades que se realizan, lo cual contribuye a la sensación de logro y eficacia personal. Por último, la relación se relaciona con sentirse conectado con otros y experimentar relaciones interpersonales satisfactorias y significativas.

Cumplir con estas necesidades primordiales fomenta la salud mental al brindar una sensación de dominio, habilidad y pertenencia en el entorno social. Diener y Ryan sostienen que cuando las personas satisfacen estas necesidades de manera adecuada, experimentan un mayor nivel de bienestar subjetivo, autonomía personal y autorregulación (Deci & Ryan, 2000). Adicionalmente, la teoría de la autodeterminación destaca la importancia de la motivación intrínseca y el cumplimiento de metas personales para el bienestar psicológico, enfatizando la importancia de vivir de acuerdo con los propios valores y deseos auténticos.

Modelo de bienestar psicológico de Casullo.

María Martina Casullo fue una figura destacada en la exploración de la salud mental de los jóvenes en su nación, enfocándose en investigaciones epidemiológicas, de prevención y salud pública. Definía el bienestar psicológico como un estado integral de la persona que abarca dimensiones personales, profesionales y sociales, e incluye tanto aspectos afectivos como cognitivos (Casullo y Castro, 2000).

Casullo construyó la “Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes” (BIEPS-J). Este instrumento, compuesto inicialmente por 20 ítems que evaluaban cinco de los seis componentes previamente mencionados, fue administrado a una muestra de adolescentes argentinos para su evaluación. La autora señala que, a través de análisis factoriales de componentes principales con rotación varimax, se obtuvo una solución factorial óptima

que explicaba cerca del 50% de la varianza y que estaba compuesta por cuatro dimensiones: control, vínculos, aceptación y proyectos (García et al., 2020).

2.2.3. Resiliencia y bienestar psicológico

La resiliencia y el bienestar psicológico están intrínsecamente entrelazados en el ámbito de la salud mental y emocional (Nuñez y Vásquez de la Bandera, 2022). La resiliencia, entendida como la capacidad de adaptarse y recuperarse frente a situaciones adversas, juega un papel fundamental en el mantenimiento del bienestar psicológico (García del Castillo et al., 2016). Como señalan Masten y Reed (2002), "la resiliencia es la capacidad de resistir las adversidades de la vida, recuperarse de ellas y crecer y desarrollarse a pesar de las experiencias estresantes y traumáticas" (p. 227). Esto implica que las personas resilientes no solo enfrentan de manera efectiva el estrés y la adversidad, sino que también encuentran oportunidades de crecimiento personal en medio de las dificultades.

La asociación entre resiliencia y bienestar psicológico se fortalece al considerar los mecanismos y recursos que subyacen a la resiliencia. Según Rutter (2006), estos recursos incluyen factores individuales como el autocontrol, la autoestima y la capacidad de establecer relaciones positivas con los demás, así como factores contextuales como el apoyo social, la cohesión familiar y el acceso a recursos comunitarios. Estos activos contribuyen a que las personas manejen el estrés y las dificultades de forma más eficiente, lo que a su vez fomenta su bienestar psicológico.

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Hg: La resiliencia se relaciona directa y significativamente con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín, 2024.

H0: La resiliencia no se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín, 2024.

2.3.2. Hipótesis específicas

He1: La dimensión “satisfacción personal” de la resiliencia se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.

He2: La dimensión “ecuanimidad” de la resiliencia se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.

He3: La dimensión “sentirse bien solo” de la resiliencia se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.

He4: La dimensión “confianza en sí mismo” de la resiliencia se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.

He5: La dimensión “perseverancia” de la resiliencia se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

Esta indagación corresponde a un método hipotético – deductivo, que de acuerdo con Bernal (2016) consiste en “un procedimiento que parte de unas aseveraciones en calidad de hipótesis y busca refutar o falsear tales hipótesis, deduciendo de ellas conclusiones generales que deben confrontarse con los hechos antes de constituirse en teorías” (p. 71).

3.2. Enfoque de la investigación

Esta indagación sigue un enfoque cuantitativo, debido a su manera de iniciar es recolectando datos o perspectivas de las personas; además, debido a la forma de entregar la información de proveniencia empírica, esta forma es brindada al mundo científico en material numérico, exacto y con confianza estadística. Además, esta ruta utilizará programas de análisis estadísticos para describir, predecir, comprobar y explicar variables, constructos o información en general (Ruiz & Valenzuela, 2022).

3.3. Tipo de investigación

Esta indagación es básica pues se espera “obtener nuevos conocimientos con el objetivo de aumentar la teoría, despreocupándose de las aplicaciones prácticas que puedan derivarse” (Salgado-Lévano, 2018, p. 64).

3.4. Diseño de la investigación

El diseño es no experimental, ya que no implica la maniobra de las variables de estudio, sino que estas se observan y miden en su entorno natural. Asimismo, es transversal, ya que su propósito es obtener información sobre variables de interés en un momento determinado (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018) y de alcance correlacional al pretender “identificar la relación o grado de asociación entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular” (Salgado-Lévano, 2018, p. 62).

3.5. Población, muestra y muestreo

3.5.1. Población

La población estuvo constituida por 230 estudiantes del nivel de educación secundaria, incluyendo hombres y mujeres, de un centro educativo privado de la zona de Lurín en Lima Sur, cuya distribución se exhibe en la tabla 1.

Tabla 1

Distribución poblacional en función al grado escolar y sexo

Grado escolar	Hombres	Mujeres
1° grado	26	24
2° grado	27	21
3° grado	23	24
4° grado	21	17
5° grado	20	27
Sub-total	116	113
Total	230	

3.5.2. Muestra

La muestra se conformó por 180 alumnos, tanto de sexo masculino como femenino, cuyas edades oscilaban entre los 13 y los 17 años. Este tamaño se logró a través de una fórmula estadística de probabilidad para poblaciones limitadas. Para garantizar la representación, estos alumnos se encuentran en los niveles de 2° a 5° de la educación secundaria.

3.5.3. Muestreo

Se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia (Salgado-Lévano, 2018), al seleccionar aquellos participantes a los que se puede acceder de forma cómoda o fácil. Se tomarán en cuenta los siguientes criterios de inclusión:

- Educandos del 2° a 5° grado de educación secundaria.
- Educandos matriculados en el centro educativo privado “San Marcos del Sur” en el distrito de Lurín.
- Educandos que respondan de forma adecuada la encuesta.
- Educandos que no evidencien dificultades físicas o psicológicas.

3.6. Variables y operacionalización

3.6.1. Resiliencia

Definición conceptual.

Es la capacidad de la personalidad de un sujeto para adaptarse y recuperarse frente a situaciones adversas, superando obstáculos, estrés o traumas (Wagnild y Young, 1993).

Definición operacional.

Puntaje obtenido a través de la “Escala de Resiliencia (ER)” constituida por 25 reactivos, distribuidos en cinco factores.

Tabla 2*Matriz de operacionalización de resiliencia*

Atributo	Dimensiones	Ítems	Escala de medida
Resiliencia	Satisfacción personal	16, 21, 22, 25	Ordinal
	Ecuanimidad	7, 8, 11, 12	
	Sentirse bien solo	5, 3, 19	
	Confianza en sí mismo	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24	
	Perseverancia	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23	

3.6.2. Bienestar psicológico**Definición conceptual.**

Es la habilidad para ejercer influencia sobre el entorno, mantener relaciones saludables, aceptarse a uno mismo y tener metas personales es evaluada mediante la presencia o ausencia de estados emocionales apropiados, sin involucrar una evaluación directa del progreso personal (Casullo, 2002).

Definición operacional.

Puntaje obtenido de la “Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)”, conformado por 13 reactivos, distribuidos en 4 factores.

Tabla 3*Matriz de operacionalización de bienestar psicológico*

Atributo	Dimensiones	Ítems	Escala de medida
Bienestar psicológico	Control de situaciones	1, 5, 10, 13	Ordinal
	Vínculos psicosociales	2, 8, 11	
	Proyecto de vida	3, 6, 12	
	Aceptación de sí	4, 7, 9	

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

La técnica será la encuesta, la cual estará dividida en tres partes. En la primera se encontrará el consentimiento informado, en la segunda una ficha sociodemográfica, para identificar las características de los evaluados, y en la tercera parte los instrumentos de medición para cada una de las variables seleccionadas (Arias *et al.*, 2022).

3.7.2. Descripción de instrumentos

Escala de Resiliencia (ER).

Fue diseñada en los Estados Unidos, en 1993 por Wagnild y Young con la intención de instituir el nivel de resiliencia personal. Se constituye por 25 ítems, distribuidos en cinco factores: “Ecuanimidad, sentirse bien solo, perseverancia, confianza en sí mismo y satisfacción personal”, con una escala de respuestas de tipo Likert, que va desde en desacuerdo (1) hasta de acuerdo (7); posee una duración de 30 minutos como máximo, y puede ser aplicado a partir de los 13 años en adelante, administrándose de forma colectiva o individual, tanto a hombres como mujeres.

Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS - J).

Fue creada en Argentina en 2002 por María Casullo con la intención de medir el nivel de bienestar subjetivo. Se constituye por 13 ítems, distribuidos en cuatro factores: “Control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos de vida y aceptación de sí”, incluyendo una escala de respuestas de tipo Likert, que va desde en acuerdo (3) hasta en desacuerdo (1), con una duración de 10 minutos como máximo, y se puede aplicar a partir de los 13 años en adelante, administrándose de forma colectiva o individual, tanto a hombres como mujeres.

3.7.3. Validación

Escala de Resiliencia (ER).

Ríos (2021) constató la evidencia de validez de contenido de la escala recurriendo al juicio de 10 expertos, cuyas respuestas permitieron calcular el coeficiente de V de Aiken, reflejando los índices de acuerdo, cuyos valores comprendieron del .98 a 1, afirmándose que los ítems son óptimos o excelentes para medir el dominio teórico de la variable. En relación con la prueba de validez fundamentada en la estructura interna (constructo), mediante la aplicación del Análisis Factorial Exploratorio ($KMO=.757$; $Bartlett=.000$) y Confirmatorio, los índices de ajustes fueron apropiados para el modelo teórico de 5 factores ($RMSEA=.031$; $SRMR=.103$; $CFI=.814$; $TLI=.815$; $PGFI=.766$) que explicaron el 58.84% de la varianza acumulada total.

Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS - J).

Niño de Guzmán (2022) verificó la evidencia de validez de contenido de la escala a través del coeficiente V de Aiken, cuyos índices oscilaron entre .80 a 1, por cada ítem revisado por los diez jueces expertos, manteniendo los 13 ítems del instrumento original. Conjuntamente, estableció la evidencia de validez por estructura interna por medio del Análisis Factorial Confirmatorio, encontrando que la escala se conformó por cuatro factores ($CFI=.936$; $TLI=.907$; $SRMR=.0388$; $RMSEA=.0553$), al igual que la propuesta original; donde la varianza explicada estuvo representada por el 40.38%.

3.7.4. Confiabilidad

Escala de Resiliencia (ER).

Ríos (2021) determinó la confiabilidad de la escala utilizando el método de consistencia interna, obteniendo resultados positivos y altos. Los valores del coeficiente alfa de Cronbach y del coeficiente de Omega fueron de .818 y .825, respectivamente.

Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS - J).

Niño de Guzmán (2022), del mismo modo, estableció la confiabilidad a través del criterio por consistencia interna, valiéndose de los coeficientes de Alfa de Cronbach y Omega de McDonald's, obteniendo valores de .716 y .724 para la escala general, categorizados como elevados en comparación con los parámetros establecidos. Las subescalas con los coeficientes más elevados fueron control, vínculos y aceptación respectivamente.

3.8. Procedimiento y análisis de datos

En primer lugar, previo al inicio del proceso de encuesta masiva, se solicitó un permiso a la dirección general del plantel educativo privado, tras su afirmativa, se organizó los días y momentos en los cuales se efectuaría la recogida de datos.

Una vez recogido los cuestionarios, se pasó a su digitalización. En los resultados, este proceso se plasmó en el programa informático Microsoft Excel 2019, para su posterior extracción al siguiente programa, el SPSS versión 28, que facilitó la obtención de los resultados organizados en tablas y figuras.

A pesar de todo, para conseguir la correspondencia de las variables, se inició con la detección de la normalidad en las puntuaciones. Dado que la muestra superaba los 50 individuos, se utilizó el método de Kolmogorov-Smirnov, complementado con la corrección de Lilliefors. Una vez confirmada la normalidad de ambas variables, se calculó el estadístico de prueba de correlación de rangos de Spearman.

3.9. Aspectos éticos

La indagación inició por el acatamiento de las indicaciones ofrecidas por el “Reglamento de Ética de la Universidad Privada Norbert Wiener” (2020), centrándose en los códigos brindados, siendo uno de los principales el respeto por la autoría de la bibliografía presentada, por lo que estuvo debidamente citada y referenciada.

Por otro lado, se tuvo en cuenta los artículos número 81 y 87 del “Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú” (2017), los cuales brindan indicaciones en cuanto a los participantes de la investigación y el proceso para su aceptación; es por lo cual se abogó por el bienestar y dignidad de cada uno de ellos, así como no obligar a ninguno para su participación, por lo que el firmado del asentamiento informado será de forma voluntaria.

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo

Tabla 4

Niveles de resiliencia y dimensiones

	Muy bajo		Bajo		Regular		Alto		Muy alto	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Resiliencia	1	0.6	6	3.3	45	25	98	54.4	30	16.7
Satisfacción personal	1	0.6	8	4.4	36	20	92	51.1	43	23.9
Ecuanimidad	7	3.9	22	12.2	60	33.3	69	38.3	22	12.2
Sentirse bien solo	2	1.1	12	6.7	41	22.8	66	36.7	59	32.8
Confianza en sí mismo	1	0.6	10	5.6	45	25	84	46.7	40	22.2
Perseverancia	1	0.6	4	2.2	54	30	99	55	22	12.2

Nota. $n=180$; f = frecuencia; %=porcentaje.

En la tabla 4, se observa que la mayoría de los participantes en la encuesta (71.1%) poseen elevados grados de resiliencia, lo que indica una habilidad predominante para afrontar dificultades. Más del 75% de los encuestados se siente satisfecho o muy satisfecho personalmente. Aunque un 50.5% presentan un nivel alto, hay una representación notable en niveles regulares y bajos, sugiriendo una variabilidad en la capacidad de mantener la calma ante la adversidad. Más del 69% reportan sentirse bien o muy bien solos. Más del 68% tienen niveles altos de confianza, lo que es un indicativo de

una autopercepción positiva. Un 67.2% presentan un alto nivel de perseverancia, sugiriendo que muchos individuos se esfuerzan por alcanzar sus metas a pesar de los desafíos.

Tabla 5

Niveles de bienestar psicológico y dimensiones

	Bajo		Regular		Alto	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Bienestar psicológico	41	22.8	129	71.7	10	5.6
Control de situaciones	26	14.4	143	79.4	11	6.1
Vinculaciones psicosociales	32	17.8	136	75.6	12	6.7
Proyecto de vida	32	17.8	134	74.4	14	7.8
Aceptación de sí	46	25.6	118	65.6	16	8.9

Nota. $n=180$; f = frecuencia; %=porcentaje.

En la tabla 5, la mayoría de participantes muestra un nivel regular (71.7%), lo que sugiere que, aunque no alcanzan niveles óptimos de bienestar, tampoco están en una situación crítica. La gran mayoría se encuentra en la categoría regular, lo que implica que sienten cierto nivel de control (79.4%), conexiones sociales aceptables (75.6%), tienen alguna dirección con sus proyectos (74.4%) y pueden reconocer y aceptar aspectos de su vida (65.6%).

4.1.2. Prueba de hipótesis

Tabla 6

Resultado de normalidad de las variable y componentes

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	<i>p</i>
Satisfacción	.075	180	.016
Ecuanimidad	.069	180	.036
Sentirse bien solo	.105	180	.000
Confianza	.074	180	.018
Perseverancia	.161	180	.000
Resiliencia	.056	180	.200
Control	.214	180	.000

Vínculos	.231	180	.000
Proyecto	.229	180	.000
Aceptación	.188	180	.000
Bienestar psicológico	.140	180	.000

Nota. p =probabilidad de significancia estadística.

En base a los resultados expuestos en la tabla 6, se asevera que los puntajes de la variable bienestar psicológico y componentes ($p<.001$) no se aproximan a una distribución normal; por lo cual, se justifica el empleo de métodos estadísticos de tipo no paramétricos.

Tabla 7

Medida de correlación de la resiliencia con el bienestar psicológico

		Bienestar psicológico
Resiliencia	r_s	.529
	p	.000

Nota. r_s = coeficiente de correlación de Spearman; p = probabilidad de significancia estadística.

La tabla 7 muestra un valor p menor a .05, lo que señala que la correlación tiene significación estadística. El coeficiente de correlación fue de .529, lo que señala una correlación moderadamente positiva entre la resistencia y el bienestar psicológico. Esto implica que, conforme se incrementa la resiliencia de las personas, también suele incrementarse su estado de bienestar psicológico.

Tabla 8

Medida de correlación de la dimensión satisfacción personal con el bienestar psicológico

		Bienestar psicológico
Satisfacción personal	r_s	.466
	p	.000

Nota. r_s = coeficiente de correlación de Spearman; p = probabilidad de significancia estadística.

En la tabla 8, se aprecia un valor p inferior a .05 revelando que la correlación es estadísticamente significativa. El coeficiente de correlación fue de .466, indicando una correlación positiva y moderada entre la dimensión satisfacción personal y el bienestar

psicológico. Esto implica que, conforme se incrementa la satisfacción personal de las personas, su nivel de bienestar psicológico también se incrementa.

Tabla 9

Medida de correlación de la dimensión ecuanimidad con el bienestar psicológico

		Bienestar psicológico
Ecuanimidad	r_s	.508
	p	.000

Nota. r_s = coeficiente de correlación de Spearman; p = probabilidad de significancia estadística.

En la tabla 9, se aprecia un valor p inferior a .05 revelando que la correlación es estadísticamente significativa. El coeficiente de correlación fue de .508, indicando una correlación positiva y moderada entre la dimensión ecuanimidad y el bienestar psicológico. Esto implica que, a medida que aumenta la ecuanimidad de los individuos, también tiende a aumentar su nivel de bienestar psicológico.

Tabla 10

Medida de correlación de la dimensión sentirse bien solo con el bienestar psicológico

		Bienestar psicológico
Sentirse bien solo	r_s	.327
	p	.000

Nota. r_s = coeficiente de correlación de Spearman; p = probabilidad de significancia estadística.

En la tabla 10, se aprecia un valor p inferior a .05 revelando que la correlación es estadísticamente significativa. El coeficiente de correlación fue de .327, indicando una correlación positiva y baja entre la dimensión sentirse bien solo y el bienestar psicológico. Esto implica que, a medida que aumenta el sentirse bien solo de los individuos, también tiende a aumentar su nivel de bienestar psicológico.

Tabla 11

Medida de correlación de la dimensión confianza en sí mismo con el bienestar psicológico

		Bienestar psicológico
Confianza en sí mismo	r_s	.471
	p	.000

Nota. r_s = coeficiente de correlación de Spearman; p = probabilidad de significancia estadística.

En la tabla 11, se aprecia un valor p inferior a .05 revelando que la correlación es estadísticamente significativa. El coeficiente de correlación fue de .471, indicando una correlación positiva y moderada entre la dimensión confianza en sí mismo y el bienestar psicológico. Esto implica que, conforme se incrementa la autoconfianza de los participantes, también suele incrementarse su estado de bienestar psicológico.

Tabla 12

Medida de correlación de la dimensión perseverancia con el bienestar psicológico

		Bienestar psicológico
Perseverancia	r_s	.334
	p	.000

Por último, en la tabla 12, se aprecia un valor p inferior a .05 revelando que la correlación es estadísticamente significativa. El coeficiente de correlación fue de .334, indicando una correlación positiva y baja entre la dimensión perseverancia y el bienestar psicológico. Esto sugiere que, a medida que aumenta la perseverancia de los individuos, igualmente tiende a aumentar su nivel de bienestar psicológico.

4.1.3. Discusión de resultados

Respecto al propósito general, los hallazgos mostraron una relación estadísticamente relevante entre la resiliencia y el bienestar psicológico. Esta correlación moderadamente positiva indica que, conforme las personas adquieren mayores grados de resiliencia, su bienestar psicológico también suele mejorar. Estos hallazgos son consistentes con la literatura existente, que destaca la resiliencia como un factor asociado al bienestar psicológico en adolescentes (Abanto y Arteaga, 2023; Johnson, 2022; Nuñez, 2023; Rebaza, 2021).

La resiliencia se refiere a la capacidad de un individuo para adaptarse y recuperarse de las adversidades (Tedeschi & Calhoun, 2004). Estudios anteriores han documentado que la resiliencia está asociada con mayores niveles de satisfacción con la

vida y una reducción en los síntomas de ansiedad y depresión (Connor & Davidson, 2003). Este estudio refuerza estas afirmaciones al mostrar que una mayor resiliencia no solo se correlaciona con una mejor adaptación ante el estrés, sino que también se asocia con un incremento en el bienestar psicológico.

Respecto al primer propósito específico, los resultados revelan una notable predominancia de altos niveles de resiliencia entre los encuestados, con un 71.1% de ellos indicando una capacidad significativa para enfrentar adversidades. Este hallazgo es alentador y sugiere que muchos individuos en la muestra poseen habilidades adaptativas que les permiten gestionar el estrés y los desafíos cotidianos. La resiliencia se ha identificado como un factor crítico en el bienestar psicológico, ya que facilita la adaptación y el crecimiento personal tras experiencias adversas (Nuñez y Vásquez de la Bandera, 2022; Rutter, 2012).

Además, el hecho de que más del 75% de los encuestados se sientan satisfechos o muy satisfechos con su vida personal refuerza la idea de que la resiliencia puede estar asociada con una percepción positiva del bienestar. Este vínculo se ha documentado en investigaciones previas, que indican que individuos resilientes tienden a experimentar mayores niveles de satisfacción y bienestar general (Connor & Davidson, 2003). La capacidad de enfrentar adversidades parece influir directamente en la autopercepción y el bienestar emocional.

Sin embargo, también se observa una variabilidad en la capacidad de mantener la calma ante la adversidad, con un 50.5% de los encuestados mostrando niveles altos de resiliencia, mientras que una proporción significativa presenta niveles regulares y bajos. Esta diversidad sugiere que, aunque una mayoría posee habilidades resilientes, hay un grupo considerable que puede estar enfrentando dificultades en este aspecto. Es esencial considerar que la resiliencia no es una característica fija, sino que puede desarrollarse y

modificarse a lo largo del tiempo a través de experiencias y entornos de apoyo (Rutter, 2012).

El hallazgo de que más del 69% de los encuestados se sienten bien o muy bien solos es significativo, ya que la soledad puede ser un factor de riesgo para la salud mental. Esta autopercepción positiva indica que muchos individuos tienen la capacidad de disfrutar de su propia compañía, lo que puede contribuir a un mejor manejo del estrés y una mayor satisfacción personal (Cacioppo & Patrick, 2008).

Asimismo, la presencia de altos niveles de confianza en un 68% de los encuestados sugiere una autopercepción positiva que es crucial para la resiliencia. La confianza en uno mismo se ha relacionado con una mayor disposición a afrontar desafíos y persistir ante las adversidades (Bandura, 1997). Igualmente, un 67.2% de los participantes muestra un alto nivel de perseverancia, lo que implica que muchos individuos están dispuestos a esforzarse por alcanzar sus metas a pesar de los obstáculos que puedan encontrar. Esta perseverancia es un componente esencial de la resiliencia, ya que permite a los individuos mantener el enfoque y la motivación ante situaciones difíciles (Duckworth *et al.*, 2007).

En cuanto al segundo propósito específico, los resultados indican que la mayoría de los participantes (71.7%) se encuentran en un nivel regular de bienestar, lo que sugiere que, aunque no alcanzan niveles óptimos, tampoco están en una situación crítica. Este hallazgo es significativo, ya que refleja una condición intermedia en la que los individuos pueden experimentar un cierto grado de bienestar, pero también enfrentan áreas que podrían mejorarse.

El hecho de que el 79.4% de los participantes sienta cierto nivel de control sobre sus vidas es un aspecto positivo, ya que el control percibido se ha asociado consistentemente con un mayor bienestar psicológico. Chacón (2006) destaca que la

percepción de autoeficacia, que se relaciona estrechamente con el sentido de control, es fundamental para la motivación y el logro de metas. Este sentido de control permite a los individuos enfrentarse a los desafíos de manera más efectiva y contribuye a su resiliencia (García-Vesga y Domínguez-de la Ossa, 2013).

Además, el 75.6% de los encuestados reporta tener conexiones sociales aceptables. La calidad de las relaciones sociales es un predictor clave del bienestar psicológico, ya que el apoyo social puede mitigar el impacto del estrés y fomentar un sentido de pertenencia (Orcasita y Uribe, 2010). Aunque las conexiones sociales de los participantes son consideradas aceptables, este hallazgo sugiere que hay margen para mejorar estas relaciones, lo que podría contribuir a un mayor bienestar.

Asimismo, el hecho de que un 74.4% de los participantes tenga alguna dirección en sus proyectos indica que muchos individuos están comprometidos con sus metas y objetivos, lo cual es un componente esencial del bienestar. La capacidad de establecer y trabajar hacia objetivos significativos se relaciona con un sentido de propósito, que ha demostrado ser crucial para el bienestar general (Contreras y Esguerra, 2006). No obstante, esta cifra también sugiere que un porcentaje considerable podría beneficiarse de una mayor claridad y dirección en sus planes, lo que podría fomentar una sensación de logro y satisfacción personal.

Finalmente, el 65.6% de los encuestados indica que pueden reconocer y aceptar aspectos de su vida, lo que es un indicativo de autoconocimiento y aceptación emocional. La aceptación de la propia realidad y la capacidad de reflexionar sobre las experiencias de vida son fundamentales para el crecimiento personal y la salud mental (Castro, 2009). En contraste, este porcentaje también sugiere que una proporción significativa de los participantes podría enfrentar dificultades en este ámbito, lo que puede limitar su capacidad para desarrollar una resiliencia plena.

En relación al tercer objetivo específico, los resultados indican una correlación estadísticamente significativa entre la dimensión de satisfacción personal y el bienestar psicológico. Esta correlación positiva y moderada sugiere que a medida que los individuos experimentan un aumento en su satisfacción personal, también tienden a reportar un mayor nivel de bienestar psicológico.

La satisfacción personal es un componente crucial del bienestar general, y este hallazgo respalda la teoría de que los individuos que se sienten satisfechos con sus vidas y sus logros tienden a disfrutar de un mejor estado emocional y psicológico (Castro, 2009). La literatura indica que la satisfacción personal está relacionada con diversas dimensiones del bienestar, incluyendo la autoestima, la percepción de logros y el sentido de propósito (Ryan & Deci, 2001).

En cuanto al cuarto propósito específico, los resultados revelan una correlación estadísticamente significativa entre la dimensión de ecuanimidad y el bienestar psicológico. Esta correlación positiva y moderada sugiere que a medida que aumenta la ecuanimidad de los individuos, también tiende a incrementarse su nivel de bienestar psicológico.

La ecuanimidad, entendida como la capacidad de enfrentar tanto las experiencias positivas como las negativas sin dejarse llevar por emociones extremas, es fundamental para el bienestar psicológico. Este concepto está estrechamente relacionado con prácticas de atención plena y regulación emocional, las cuales han demostrado ser eficaces en la mejora del bienestar mental (Vásquez-Dextre, 2016). La habilidad para mantener la ecuanimidad permite a los individuos gestionar el estrés de manera más efectiva, lo que puede resultar en una disminución de la ansiedad y la depresión (Hervás *et al.*, 2016).

Para el quinto propósito específico, los resultados indican una correlación estadísticamente significativa entre la dimensión de sentirse bien solo y el bienestar

psicológico. Este hallazgo sugiere que, a medida que los individuos experimentan un aumento en su capacidad para sentirse bien en soledad, también tienden a reportar un mayor nivel de bienestar psicológico.

Sentirse a gusto solo implica la capacidad de gozar de la propia compañía y encontrar gratificación en instantes de soledad. Esta capacidad es esencial para el bienestar psicológico, ya que fomenta la autonomía y la autoaceptación, dos componentes clave en la salud mental (Ryan & Deci, 2001). Además, Cacioppo *et al.* (2014) demostraron que las personas que pueden disfrutar de su propia compañía suelen experimentar menores niveles de ansiedad y depresión, así como un mayor sentido de satisfacción con la vida.

Aunque la correlación baja sugiere que, si bien hay una relación entre sentirse bien solo y el bienestar psicológico, otros factores también pueden influir en esta dinámica. Por ejemplo, la calidad de las relaciones sociales, el apoyo emocional y el contexto ambiental pueden jugar un papel fundamental en cómo los individuos experimentan su bienestar psicológico (Orcasita y Uribe, 2010).

Para el sexto propósito específico, los resultados muestran una correlación estadísticamente significativa entre la dimensión de confianza en sí mismo y el bienestar psicológico. Este hallazgo indica una correlación positiva y moderada, lo que sugiere que a medida que los individuos aumentan su confianza en sí mismos, también tienden a experimentar un mayor nivel de bienestar psicológico.

La confianza en sí mismo es un componente fundamental del bienestar psicológico, ya que está relacionada con la percepción que los individuos tienen sobre su capacidad para afrontar desafíos y alcanzar metas. Una mayor confianza en uno mismo no solo promueve una actitud positiva hacia la vida, sino que también permite a los

individuos gestionar mejor el estrés y las dificultades, lo que se traduce en un bienestar psicológico superior (Bardales y Tirado, 2024).

Finalmente, en relación al séptimo objetivo particular, los hallazgos muestran una evaluación estadísticamente relevante entre la dimensión de perseverancia y el bienestar psicológico. Este hallazgo sugiere que a medida que aumenta la perseverancia de los individuos, también tienden a experimentar un mayor nivel de bienestar psicológico.

La perseverancia, entendida como la habilidad de sostener un esfuerzo constante ante retos y barreras, es un elemento crucial en el crecimiento personal y el bienestar. Según Duckworth *et al.* (2007), la perseverancia está relacionada con la determinación, que se asocia con el logro de metas a largo plazo y con una mayor satisfacción en la vida. Las personas que muestran altos niveles de perseverancia tienden a tener un enfoque más positivo ante las dificultades, lo que puede contribuir a un mayor bienestar emocional (Park *et al.*, 2013).

Aunque relación sea baja entre la perseverancia y el bienestar psicológico, esto no disminuye la importancia de la perseverancia como un factor influyente. La correlación sugiere que, si bien la perseverancia puede contribuir al bienestar, también puede haber otros factores que jueguen un papel importante en esta relación. Por ejemplo, el apoyo social, la autoconfianza y las habilidades de afrontamiento son variables que pueden influir en cómo la perseverancia impacta el bienestar psicológico (Orcasita y Uribe, 2010). La interacción de estas variables puede ser crucial para comprender el contexto en el que la perseverancia fomenta el bienestar.

Es importante señalar las limitaciones de este estudio, ya que la correlación no implica causalidad. Investigaciones futuras deberían explorar la dirección de esta relación y considerar variables contextuales y demográficas que puedan influir en la resiliencia y el bienestar psicológico.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primera: La resiliencia evidencia una relación positiva y moderada con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de Lurín; esto implica que fomentar la resiliencia en los jóvenes podría contribuir a mejorar su bienestar psicológico.

Segunda: Se registró un perfil predominantemente positivo entre los jóvenes en la encuesta, con un 71.1% exhibiendo elevados grados de resiliencia, lo que señaló una potente habilidad para afrontar dificultades. Además, más del 75% se siente satisfecho con su vida, mientras que un 69% reporta sentirse bien o muy bien en soledad, lo que sugiere un buen manejo emocional; más del 68% tiene una autopercepción positiva a través de la confianza en sí mismos, y un 67.2% muestra perseverancia,

Tercera: La mayoría de los jóvenes presentó un nivel regular de bienestar (71.7%), lo que sugiere que, aunque no logran niveles óptimos, tampoco se encuentran en una situación crítica. Este nivel regular se acompaña de percepciones positivas en varios aspectos: un 79.4% siente cierto control sobre su vida, un 75.6% mantiene conexiones sociales aceptables, un 74.4% tiene claridad en sus proyectos y un 65.6% puede reconocer y aceptar diferentes aspectos de su vida.

Cuarta: La satisfacción personal mantuvo relación positiva y moderada con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de Lurín encuestados; esto implica que a medida que los jóvenes experimenten mayor satisfacción en sus vidas, también es probable que su bienestar psicológico mejore.

Quinta: La ecuanimidad mostró una relación positiva y moderada con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de Lurín encuestados; esto implica que a medida que los jóvenes desarrollen una mayor ecuanimidad, su bienestar psicológico también tiende a mejorar.

Sexta: El sentirse bien solo mostró una relación positiva, aunque baja, con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de Lurín encuestados; esto sugiere que, aunque la conexión es menos fuerte en comparación con otras dimensiones, a medida que las personas se sienten más cómodas y satisfechas con su soledad, su bienestar psicológico tiende a aumentar.

Séptima: La confianza en sí mismo mostró relación positiva y moderada con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de Lurín encuestados; esto sugiere que los jóvenes que desarrollan una mayor confianza en sí mismos, también es probable que su bienestar psicológico mejore.

Octava: La perseverancia mostró relación positiva, aunque baja, con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de Lurín encuestados; esto sugiere que, aunque la conexión no es tan fuerte, a medida que las personas muestran más perseverancia, su bienestar psicológico tiende a mejorar.

5.2. Recomendaciones

Primera: Implementar programas de capacitación y talleres que enseñen técnicas de resiliencia a individuos y grupos, centrándose en estrategias para enfrentar

adversidades y gestionar el estrés. Esto puede incluir prácticas de mindfulness, técnicas de resolución de problemas y el desarrollo de una mentalidad de crecimiento.

Segunda: Crear espacios comunitarios o virtuales donde las personas puedan formar conexiones significativas, participando en actividades que promuevan la interacción social. Evaluar el impacto de estas redes en la percepción de control y satisfacción personal a través de encuestas y grupos focales.

Tercera: Promover la investigación longitudinal que explore la relación entre las variables estudiadas (resiliencia, satisfacción personal, confianza, etc.) a lo largo del tiempo. Esto permitirá identificar patrones y factores que influyen en el bienestar, facilitando la adaptación de intervenciones basadas en datos empíricos.

Cuarta: Producir materiales (guías, trípticos y dípticos) que ayuden a los individuos a reflexionar sobre sus fortalezas y debilidades, así como a establecer metas claras. Estos recursos pueden ser utilizados en sesiones individuales o grupales y deben ser validados a través de estudios piloto para asegurar su efectividad.

REFERENCIAS

- Abanto, M. y Arteaga, S. (2023). *Resiliencia y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública distrital de la ciudad de Cajamarca, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio digital de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/30120>
- Aguirre, L. (2020). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas del distrito del Rímac, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/47607>
- Alvarez, M., Arias, J. P., Morón, G., Ramírez, R., Cayo, J. y Pomalima, R. (2022). Impacto en la salud mental de los niños y adolescentes de Lima Metropolitana en el contexto de la COVID-19. *Revista de Psicología Herediana*, 15(1), 21 – 34. <https://doi.org/>
- Arias, J., Holgado, J., Tafur, T., y Vásquez, M. (2022). *Metodología de la investigación: El método ARIAS para realizar un proyecto de tesis*. Hindú S.A.C.
- Bandura, A. (1997). *Autoeficacia: el ejercicio del control*. WH Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co. <https://psycnet.apa.org/record/1997-08589-000>
- Bardales, A. y Tirado, D. (2024). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio digital de la Universidad Privada Antenor Orrego. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/45652>
- Bernal, C. (2016). *Metodología de la investigación: Administración, economía, humanidades y ciencias sociales* (4° ed.). Pearson.

- Cabanyes, J. (2010). Resilience: An approach to the concept. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 3(4), 145-51 <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2010.09.003>
- Calsín, G. (2023). *Bienestar Psicológico y Resiliencia en adolescentes de una Comunidad Nativa Peruana* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio digital de la Universidad Ricardo Palma. <https://hdl.handle.net/20.500.14138/6372>
- Carbone, V. (2023). A la espera del bienestar psicológico: resiliencia en épocas de pandemia. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 8 (339). <https://doi.org/10.32351/rca.v8.339>
- Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23 (3), 43 – 72. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419066004>
- Castro, M. (2020). *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio digital de la Universidad Señor de Sipán. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/9021>
- Casullo, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 28 (1), 35 – 68.
- Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico. En: M. Casullo. *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. (pp. 11-29). Paidós.
- Cacioppo, J. & Patrick, W. (2008). *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. W.W. Norton & Company. <https://pdfroom.com/books/loneliness-human-nature-and-the-need-for-social-connection/jb5qOnq0gxQ/download>
- Cacioppo, S., Capitanio, J. P., & Cacioppo, J. T. (2014). Toward a neurology of loneliness. *Psychological Bulletin*, 140(6), 1464-1504. <https://doi.org/10.1037/a0037618>

- Chacón, C. (2006). Las creencias de autoeficacia: un aporte para la formación del docente de inglés. *Acción pedagógica*, 18, 44-54.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2968869.pdf>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). *Código de ética y deontología*.
https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/4569/Maria_Jackelinn_Tesis_bachiller_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Connor, K. & Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.
<https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Contreras, F. y Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas*, 2(2), 311-319.
https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982006000200011
- Dosil, M., Biota, I., Picaza, M., Eiguren, A. y Rodríguez, I. (2019). Resilience Analysis in the Teen Stage: An Approach to the Situation of Schools in the Basque Country. *International Journal of Modern Education Studies*, 3 (2), 54 - 64.
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED606391.pdf>
- Duckworth, A., Peterson, C., Matthews, M. & Kelly, D. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087-1101. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Fernández, M., Daset, L. y Castelluccio, L. (2019). Perfil de bienestar psicológico subjetivo en adolescentes uruguayos. *Suma Psicológica*, 26 (2), 103-109.
<https://doi.org/10.14349/sumapsi.2019.v26.n2.6>
- García del Castillo, J., García del Castillo-López, A., López – Sánchez, C. y Díaz, P. (2016). Conceptualización teórica de la resiliencia psicosocial y su relación con la

salud. *Salud y drogas*, 16 (1), 59 – 68.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83943611006>

Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Interamericana editores.

Hervás, G., Cebolla, A. y Soler, J. (2016). Intervenciones psicológicas basadas en mindfulness y sus beneficios: estado actual de la cuestión. *Revista de Clínica y Salud*, 27 (3), 115–124. <https://dx.doi.org/10.1016/j.clysa.2016.09.002>

Johnson, J. (2022). *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Chiclayo* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/95261>

Loades, M., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M., Borwick, C., y Crawley, E. (2020). Revisión sistemática rápida: El impacto del aislamiento social y la soledad en la salud mental de niños y adolescentes en el contexto de la COVID-19. *Revista de la Academia Estadounidense de Psiquiatría Infantil y Adolescente*, 59 (11), 1218-1239.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>

Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543–562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>

Masten, A. S., & Reed, M.-G. J. (2002). Resilience in development. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 74–88). Oxford University Press.

Medina, W. y Leon, B. (2023). *Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la carrera profesional de Psicología de una universidad privada de*

- la ciudad del Cusco-2023* [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. Repositorio digital de la Universidad Continental. <https://hdl.handle.net/20.500.12394/14007>
- Mendoza, C. (2022). *Habilidades sociales y resiliencia en estudiantes de una institución educativa en el distrito de Lurín* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio digital de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1974>
- Park, N., Peterson, C. y Sun, J. (2013). La Psicología Positiva: Investigación y aplicaciones. *Terapia psicológica*, 31(1). <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082013000100002>
- Niño De Guzmán, K. (2023). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Casullo en adolescentes de dos instituciones educativas de Villa María del Triunfo* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio digital de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/2336>
- Núñez, A. (2023). *Resiliencia y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio digital de la Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/38057>
- Núñez, A. & Vásquez de la Bandera, F. (2022). Resiliencia y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 8502-8515. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4016
- Orcasita, L. y Uribe, A. (2010). La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychología. Avances de la disciplina*, 4(2), 69-82. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224090010>

- Organización Mundial de la Salud (2021). *Salud mental del adolescente*.
<https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Panamericana de la Salud (2022). *Salud mental en adolescentes: Una prioridad para las Américas*. <https://www.paho.org>
- Pérez-Correa, K., Aroca-Paez, K., Pacheco-Orozco, R. y Jiménez-Gómez, Sh. (2022). Relación entre resiliencia y bienestar psicológico en adolescentes que viven en un contexto violento de una ciudad del Caribe colombiano. *Journal of Applied Cognitive Neuroscience*, 3(2), <https://doi.org/10.17981/JACN.3.2.2022.03>
- Pineda, V., Quispe, M., Conza, N. (2021). *Resiliencia y bienestar psicológico durante la pandemia covid-19 en jóvenes de la ciudad de Juliaca, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio digital de la Universidad Peruana Unión. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/5452>
- Rebaza, R. (2021). *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Víctor Larco, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio digital de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/9667>
- Rios, R. (2021). *Propiedades psicométricas de la escala de resiliencia de Wagnild y Young en adolescentes, Tarapoto 2021* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/76257>
- Rua, M. y Andreu, J. (2011). Validación psicométrica de la escala de resiliencia (RS) en una muestra de adolescentes portugueses. *Psicopatología clínica, legal y forense*, 11. <http://www.masterforense.com/pdf/2011/2011art3.pdf>
- Ruiz, C. y Valenzuela, M. (2022). *Metodología de la investigación*. Universidad Nacional Autónoma de Tayacaja Daniel Hernández Morillo.

- Rutter, M. (2006). The Promotion of Resilience in the Face of Adversity. In A. Clarke-Stewart & J. Dunn (Eds.), *Families count: Effects on child and adolescent development* (pp. 26–52). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511616259.003>
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335-344. <https://doi.org/10.1017/s0954579412000028>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potential: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. & Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Salgado, A. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Liberabit*, 11 (11), 41 – 48. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272005000100006
- Salgado, A. (2009). Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la ciudad de Lima. *Liberabit*, 15 (2), 133-141.
- Salgado-Lévano, C. (2018). *Manual de investigación: Teoría y práctica para hacer la tesis según la metodología cuantitativa*. Universidad Marcelino Champagnat.
- Sibalde, I., Sibalde, M., Diogo da Silva, A., Scorsolini, F., Brandao, W. y Meirelles, E. (2020). Factores relacionados con la resiliencia de adolescentes en contextos de

vulnerabilidad social: revisión integradora. *Enfermería Global*, 19 (59), 582 – 596.

<https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.411311>

Simón, M., Fuentes, R., Garrido, M., Serrano, M., Larrañaga, M. y Yubero, S. (2019).

Factores personales y sociales que protegen frente a la victimización por bullying.

Enfermería Global, 18 (2), 1–24. <https://doi.org/10.6018/eglobal.18.2.345931>

Tedeschi, R. & Calhoun, L. (2004). Target Article: "Posttraumatic Growth: Conceptual

Foundations and Empirical Evidence". *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–

18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01

Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural

ambiguity of a nascent construct. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1), 1-

17. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.2010.01067.x>

Vásquez-Dextre, E. (2016). Mindfulness: Conceptos generales, psicoterapia y

aplicaciones clínicas. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 79 (1), 42-51.

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-

85972016000100006

Victoria, C. y González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con

otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16 (6),

586-592.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-

21252000000600010&lng=es&tlng=es.

Wagnild, G. & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the

Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1, 165- 178.

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

Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High-risk children from birth*

to adulthood. Cornell University Press. <https://psycnet.apa.org/record/1992-97370->

000

Yavuz, K. (2023). Psychological Resilience in Children and Adolescents: The Power of Self-Recovery. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar*, 15 (1), 112–131.
<https://doi.org/10.18863/pgy.1054060>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos de la investigación	Formulación de hipótesis	VARIABLES	Metodología
Problema general:	Objetivo general:	Hipótesis general:	Resiliencia:	Tipo de investigación: Básica
¿De qué manera se relaciona la resiliencia con el bienestar psicológico en adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín, 2024?	Comprender la relación de la resiliencia con el bienestar psicológico en adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín, 2024.	Hg: La resiliencia se relaciona directamente con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín, 2024.	Puntaje obtenido a través de la Escala de Resiliencia (ER) constituida por 25 reactivos, distribuidos en cinco factores: <ul style="list-style-type: none"> • Satisfacción personal • Ecuanimidad • Sentirse bien solo • Confianza en sí mismo • Perseverancia 	Diseño de investigación: No experimental, de corte transversal.
Problemas específicos:	Objetivos específicos:	H0: La resiliencia no se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín, 2024.	Bienestar psicológico:	Enfoque de investigación: Cuantitativo
1. ¿Cuál es el nivel de resiliencia y de sus dimensiones en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?	1. Identificar el nivel de resiliencia y de sus dimensiones en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.	Hipótesis específicas:	Puntaje obtenido de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J), conformado por 13 reactivos, distribuidos en 4 factores: <ul style="list-style-type: none"> • Control de situaciones • Vínculos psicosociales • Proyecto de vida • Aceptación de sí 	Población y muestra: La población estuvo constituida por 230 estudiantes del nivel de educación secundaria. El tamaño de la muestra fue de 180 estudiantes, de segundo a quinto de secundaria
2. ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico y de sus componentes en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?	2. Identificar el nivel de bienestar psicológico y de sus componentes en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.	He1: La dimensión “satisfacción personal” de la resiliencia se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.		Técnica: Encuesta
3. ¿De qué manera se relaciona la dimensión	3. Establecer la relación de la dimensión			Instrumentos: Escala de Resiliencia (ER)

<p>“satisfacción personal” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?</p>	<p>“satisfacción personal” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.</p>	<p>He2: La dimensión “ecuanimidad” de la resiliencia se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.</p>
<p>4. ¿De qué manera se relaciona la dimensión “ecuanimidad” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?</p>	<p>4. Establecer la relación de la dimensión “ecuanimidad” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.</p>	<p>He3: La dimensión “sentirse bien solo” de la resiliencia se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.</p>
<p>5. ¿De qué manera se relaciona la dimensión “sentirse bien solo” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?</p>	<p>5. Establecer la relación de la dimensión “sentirse bien solo” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.</p>	<p>He4: La dimensión “confianza en sí mismo” de la resiliencia se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.</p>
<p>6. ¿De qué manera se relaciona la dimensión “confianza en sí mismo” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?</p>	<p>6. Instituir la relación de la dimensión “confianza en sí mismo” de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.</p>	<p>He5: La dimensión “perseverancia” de la resiliencia se relaciona con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.</p>
<p>7. ¿De qué manera se relaciona la dimensión “perseverancia” de la</p>	<p>7. Instituir la relación de la dimensión “perseverancia” de la</p>	

resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín?

resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín.

Anexo 2: Instrumentos

ESCALA DE RESILIENCIA (ER)

Autores: Wagnild y Young (1993)

Instrucciones:

Por medio de este cuestionario, se busca conocer su forma y frecuencia de actuar ante determinadas circunstancias, las cuales serán plasmadas en 25 frases. Se le solicita que conteste a cada una de las siguientes frases marcando con un aspa (X) en la casilla que mejor represente su proceder en cada oración, vale resaltar que no existe respuesta buena ni mala, agradeceremos solución de manera sincera y rápida el cuestionario.

N°	Ítems	En De acuerdo						
		1	2	3	4	5	6	7
1	Cuando planifico algo lo realizo.							
2	Soy capaz de resolver mis problemas							
3	Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.							
4	Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.							
5	Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).							
6	Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.							
7	Generalmente me tomo las cosas con calma.							
8	Me siento bien conmigo mismo(a).							
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10	Soy decidido (a).							
11	Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.							
12	Considero cada situación de manera detallada.							
13	Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.							
14	Soy autodisciplinado(a).							
15	Me mantengo interesado en las cosas.							

16	Por lo general, encuentro algo de que reírme.							
17	La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.							
18	En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.							
19	Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.							
20	A veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera.							
21	Mi vida tiene sentido.							
22	No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.							
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.							
24	Tengo suficiente energía para hacer lo que deba hacer.							
25	Acepto que hay personas a las que no les agrado.							

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO PARA ADOLESCENTES (BIEPS-J)

Autora: María Casullo (2000)

Instrucciones:

Lee con atención las frases siguientes. Marca con un aspa (X) tu respuesta en uno de los tres espacios sobre la base en lo que pensaste y sentiste en el último mes. No hay respuestas buenas o malas; todas sirven. No dejes frases sin responder.

N°	Ítems	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo
1	Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.			
2	Tengo amigos(as) en quienes confiar.			
3	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
4	En general estoy conforme con mi cuerpo que tengo.			
5	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
6	Me importa pensar que haré en el futuro.			
7	Generalmente caigo bien a la gente.			
8	Cuento con personas que me ayuden si lo necesito.			
9	Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10	Si estoy molesto/a por algo, soy capaz de cómo cambiarlo.			
11	Creo que en general me llevo bien con la gente.			
12	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
13	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			

Anexo 3: Validez del instrumento

Tabla 12

Evidencias de validez de contenido de la Escala de Resiliencia (ER)

Ítem	1º Juez			2º Juez			3º Juez			Aciertos	V. de Aiken (≥.90)	Observación
	P	R	C	P	R	C	P	R	C			
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
6	0	0	1	1	1	1	1	1	1	9	87%	No
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
9	0	0	0	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
10	0	0	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
Coeficiente V de Aiken promedio										V=1.00	100%	

Nota. No está de acuerdo = 0, sí está de acuerdo = 1; P = Pertinencia, R = Relevancia, C = Claridad, A = aceptable

Primero, se examinaron las evidencias de validez basadas en el contenido por método de juicio de expertos. En la tabla 12 se presentan los resultados. Tras revisar exhaustivamente los 25 reactivos, el coeficiente V de Aiken de 1.00 ($V \geq .90$) evidencia un alto grado de acuerdo (100%) entre los especialistas sobre el contenido de la Escala de Resiliencia (ER).

Tabla 13*Evidencias de validez de contenido de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)*

Ítem	1º Juez			2º Juez			3º Juez			Aciertos	V. de Aiken ($\geq .90$)	Observación
	P	R	C	P	R	C	P	R	C			
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
6	0	0	1	1	1	1	1	1	1	9	87%	No
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
9	0	0	0	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
10	0	0	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100%	No
Coeficiente V de Aiken promedio										V=1.00	100%	

Nota. No está de acuerdo = 0, sí está de acuerdo = 1; P = Pertinencia, R = Relevancia, C = Claridad, A = aceptable

Primero, se examinaron las evidencias de validez basadas en el contenido por método de juicio de expertos. En la tabla 13 se presentan los resultados. Tras revisar exhaustivamente los 13 reactivos, el coeficiente V de Aiken de 1.00 ($V \geq .90$) evidencia un alto grado de acuerdo (100%) entre los especialistas sobre el contenido de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J).

Anexo 4: Aprobación del Comité de Ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 04 de setiembre de 2024

Investigador(a)
Luz Lizbeth Rios Inuma
Exp. N°: 0504-2024

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEIC-UPNW) evaluó y **APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: "Resiliencia y bienestar psicológico en adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurin, 2024." Versión 01 con fecha 04/06/2024.
- Formulario de Consentimiento Informado Versión 01 con fecha 04/06/2024.

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Luz Lizbeth Rios Inuma.

La **APROBACIÓN** comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. La vigencia de la aprobación es de dos años (24 meses) a partir de la emisión de este documento.
2. El Informe de Avances se presentará cada 6 meses, y el informe final una vez concluido el estudio.
3. Toda enmienda o adenda se deberá presentar al CIEIC-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
4. Si aplica, la Renovación de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,

Raúl Antonio Rojas Ortega
Presidente

Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
UPNW



Anexo 5: Formato de consentimiento informado

Título de proyecto de investigación:	RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES ESCOLARES DE UN CENTRO EDUCATIVO PRIVADO DE LURÍN, 2024
Investigadora	: RIOS INUMA, LUZ LIZBETH
Institución	: Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

Estamos invitando a usted a que su menor hijo(a) participe en un estudio de investigación titulado: “RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES ESCOLARES DE UN CENTRO EDUCATIVO PRIVADO DE LURÍN, 2024”. de fecha __/06/2024 y versión 01. Este es un estudio desarrollado por una investigadora de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW).

I. INFORMACIÓN

Propósito del estudio: El propósito de este estudio es determinar la relación que existe entre la resiliencia y el bienestar psicológico en una muestra de adolescentes escolares del distrito de Lurín. Su ejecución permitirá comprender cómo estas variables interactúan y qué factores contribuyen a fortalecer la salud mental en este grupo poblacional.

Duración del estudio (meses): 6 meses.

Nº esperado de participantes: 180 estudiantes.

Criterios de Inclusión y exclusión:

- Estudiante de educación secundaria del 2° a 5° grado.
- Estudiante matriculado en el centro educativo privado “San Marcos del Sur” en el distrito de Lurín.
- Estudiante que responde de forma adecuada la encuesta.
- Estudiante que no evidencien dificultades físicas o psicológicas.

Procedimientos del estudio: Si Usted decide que su menor hijo(a) participe en este estudio se le realizará los siguientes procesos:

- Responder dos escalas de forma anónima.
- Deberá responder todas las frases y/u oraciones que incluye cada escala.
- El tiempo aproximado para la administración de ambas escalas es de 20 minutos.

Los resultados se almacenarán respetando la confidencialidad y su anonimato.

Riesgos: La participación de su menor hijo(a) en el estudio *no* presenta ningún riesgo físico o psicológico.

Beneficios: Usted se beneficiará del presente proyecto, al poder conocer la medida de resiliencia y bienestar psicológico del grado en general.

Costos e incentivos: Usted no pagará ningún costo monetario por su participación en la presente investigación. Así mismo, no recibirá ningún incentivo económico a cambio de su participación.

Confidencialidad: Se guardará la información recolectada con códigos para resguardar su identidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona.

Derechos del paciente: La participación de su menor hijo(a) en el presente estudio es voluntaria. Si usted lo decide puede negarse a participar en el estudio o su menor hijo(a) retirarse de éste en cualquier momento, sin que esto ocasione ninguna penalización o pérdida de los beneficios y derechos que tiene como individuo.

Preguntas/Contacto: Puede comunicarse con la investigadora RIOS INUMA, LUZ LIZBETH, número de celular: +51 946 870 032 y correo electrónico: a2020103571@uwiener.edu.pe

Así mismo puede comunicarse con el Comité de Ética que validó el presente estudio, contacto del Comité de Ética: Dr. Raúl Antonio Rojas Ortega, presidente del Comité de Ética de la Universidad Privada Norbert Wiener, para la investigación, e-mail: comité.etica@uwiener.edu.pe

II. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

He leído la hoja de información del Formulario de Consentimiento Informado (FCI), y declaro haber recibido una explicación satisfactoria sobre los objetivos, procedimientos y finalidades del estudio. Se han respondido todas mis dudas y preguntas. Comprendo que la decisión de que mi menor hijo(a) participe es voluntaria y conozco el derecho a que se retire en cualquier momento, sin que esto le perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Padre de familia:

DNI:

Fecha: (__ / __ / __)

Luz Lizbeth, Rios Inuma

DNI: 40819067

Fecha: (__ / __ / __)

Anexo 6: Formato de asentimiento informado

Título del Proyecto de Tesis: RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES ESCOLARES DE UN CENTRO EDUCATIVO PRIVADO DE LURÍN, 2024

Hola, mi nombre es LUZ LIZBETH, RIOS INUMA y soy egresada de la Escuela Académica Profesional de Psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW).

Se está realizando una investigación para conocer la relación que existe entre la resiliencia y el bienestar psicológico en una muestra de adolescentes escolares del distrito de Lurín y, para ello, queremos pedirte tu participación.

Tu participación en el estudio consistiría en responder dos escalas de forma anónima, de un tiempo aproximado de 20 minutos. Esta participación es voluntaria, es decir, aun cuando tu papá, tu mamá o tu apoderado hayan dicho que puedes participar, si tú no quieres hacerlo, puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio. También es importante que sepas que, si en un momento dado ya no quieres continuar en el estudio, no habrá ningún problema, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema. Toda la información que nos proporcionas y las mediciones que realicemos nos ayudarán a comprender cómo estas variables interactúan y qué factores contribuyen a fortalecer la salud mental en este grupo poblacional.

Esta información será confidencial. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas. Esos datos solo los conocerán la investigadora de este estudio. Si aceptas participar, te pido que por favor pongas una (X) en el cuadrado de abajo que dice “Sí quiero participar”. Si no quieres participar, no pongas ninguna (X).

Sí quiero participar

Nombre del participante: _____

Nombre y firma de la persona/investigador que obtiene el asentimiento:

Fecha: _____

Anexo 7: Reporte de Turnitin

Similarity Report

PAPER NAME

INFORME DE TESIS.docx

AUTHOR

Luz Lizbeth Ríos Inuma

WORD COUNT

13224 Words

CHARACTER COUNT

77437 Characters

PAGE COUNT

60 Pages

FILE SIZE

128.3KB

SUBMISSION DATE

Nov 4, 2024 5:03 PM GMT-5

REPORT DATE

Nov 4, 2024 5:04 PM GMT-5

● 19% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

- 18% Internet database
- 5% Publications database
- Crossref database
- Crossref Posted Content database
- 14% Submitted Works database

● Excluded from Similarity Report

- Bibliographic material
- Quoted material
- Cited material
- Small Matches (Less than 8 words)
- Manually excluded text blocks

Summary

● 19% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 17% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 15% Base de datos de trabajos entregados
- 4% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	hdl.handle.net Internet	3%
2	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	3%
3	repositorio.continental.edu.pe Internet	<1%
4	repositorio.autonoma.edu.pe Internet	<1%
5	Universidad Católica de Santa María on 2015-03-27 Submitted works	<1%
6	Universidad Wiener on 2024-11-02 Submitted works	<1%
7	uwiener on 2024-01-29 Submitted works	<1%
8	uwiener on 2024-02-28 Submitted works	<1%