



**Autónoma**  
Universidad Autónoma del Perú

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

**TESIS**

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES  
UNIVERSITARIOS DE LIMA SUR**

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGIA**

**AUTOR**

**JONATHAN JEFERSON QUISPE VELARDE (ORCID: 0000-0002-2734-8117)**

**ASESORA**

**MG. LUZ ELIZABETH MAYORGA FALCON (ORCID: 0000-0001-6213-3018)**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DEL PROGRAMA**

**BIENESTAR PSICOLÓGICO**

**LÍNEA DE ACCIÓN RSU**

**SALUD Y BIENESTAR**

**LIMA, PERÚ, JUNIO DE 2024**



**CC BY-NC-ND**

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

*Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.*

## Referencia bibliográfica

Quispe Velarde, J. J. (2024). *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

## HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Jonathan Jeferson Quispe Velarde
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	73885856
URL de ORCID	<a href="https://orcid.org/0000-0002-2734-8117">https://orcid.org/0000-0002-2734-8117</a>
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Luz Elizabeth Mayorga Falcon
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	08406202
URL de ORCID	<a href="https://orcid.org/0000-0001-6213-3018">https://orcid.org/0000-0001-6213-3018</a>
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47283514
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Max Hamilthon Chauca Calvo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	08035455
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Mayra Alejandra Carbajal Tito
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47245841
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios de Lima Sur
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado.
Línea de investigación del Programa	Bienestar psicológico
URL de disciplinas OCDE	<a href="https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.02.04">https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.02.04</a>

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA  
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Lima, el jurado de sustentación de tesis conformado por: la DRA. SILVANA GRACIELA VARELA GUEVARA como presidenta, el MG. MAX HAMILTHON CHAUCA CALVO como secretario y la MG. MAYRA ALEJANDRA CARBAJAL TITO como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS  
DE LIMA SUR**

Presentado por el bachiller:

**JONATHAN JEFERSON QUISPE VELARDE**

Para obtener el **Título Profesional de Licenciado en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado se procedió a la calificación individual, obteniendo el dictamen de **Aprobado** con una calificación de **DOCE (12)**.

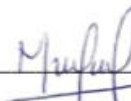
En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 06 de junio del 2024.



**PRESIDENTA**  
DRA. SILVANA GRACIELA  
VARELA GUEVARA



**SECRETARIO**  
MG. MAX HAMILTHON  
CHAUCA CALVO



**VOCAL**  
MG. MAYRA ALEJANDRA  
CARBAJAL TITO

## ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

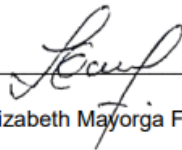
Yo Luz Elizabeth Mayorga Falcon docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesora de la tesis titulada:

Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios de Lima Sur

Del bachiller Jonathan Jeferson Quispe Velarde, constato que la tesis tiene un índice de similitud de 19% verificable en el reporte de similitud del software Turnitin que se adjunta.

La suscrita analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Autónoma del Perú.

Lima, 15 de Noviembre de 2024



Luz Elizabeth Mayorga Falcon

DNI: 08406202

## **DEDICATORIA**

A mis padres por su gran dedicación para apoyar mis metas y planes a futuro, siendo una motivación para superar las diversas adversidades.

### **AGRADECIMIENTOS**

A la facultad de psicología, por mantener una maya curricular que aporta a la psicología científica y como profesión desde un panorama orientado al análisis y modificación de la conducta. Así mismo, a los estudiantes universitarios que colaboraron con la resolución de los instrumentos de medición, los cuales fueron relevantes para poder analizar las variables bienestar psicológico y resiliencia.

## ÍNDICE

<b>DEDICATORIA .....</b>	<b>2</b>
<b>AGRADECIMIENTOS.....</b>	<b>3</b>
<b>LISTA DE TABLAS .....</b>	<b>5</b>
<b>RESUMEN .....</b>	<b>6</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>7</b>
<b>RESUMO .....</b>	<b>8</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>9</b>
<b>II. MÉTODO .....</b>	<b>14</b>
2.1. Tipo y diseño.....	14
2.2. Población, muestra y muestreo.....	14
2.3. Hipótesis .....	14
2.4. Variables y operacionalización.....	14
2.5. Instrumentos o materiales .....	15
2.6. Procedimientos.....	16
2.7. Análisis de datos .....	16
2.8. Aspectos éticos .....	16
<b>III. RESULTADOS.....</b>	<b>17</b>
<b>IV. DISCUSIÓN.....</b>	<b>21</b>
<b>V. CONCLUSIONES.....</b>	<b>25</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>26</b>
<b>REFERENCIAS</b>	
<b>ANEXOS</b>	

## LISTA DE TABLAS

- |         |  |
|---------|--|
| Tabla 1 | Análisis de frecuencias del bienestar psicológico y sus dimensiones                        |
| Tabla 2 | Análisis de frecuencias de la resiliencia y sus dimensiones                                |
| Tabla 3 | Análisis de correlación entre el bienestar psicológico y la resiliencia                    |
| Tabla 4 | Análisis de correlación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la resiliencia |
| Tabla 5 | Análisis de correlación entre las dimensiones del bienestar psicológico y la resiliencia   |
| Tabla 6 | Análisis de correlación entre las dimensiones de las variables                             |

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES  
UNIVERSITARIOS DE LIMA SUR, 2021**

**JONATHAN JEFERSON QUISPE VELARDE**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ**

**RESUMEN**

En este análisis se propuso como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en una muestra de 268 estudiantes (68.4% mujeres y 31.6% varones) de diversas universidades de Lima-Sur, entre los 16 a 55 años. El método del estudio fue correlacional, además contó con un diseño no experimental con corte transaccional. Se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) de Casullo (2002) y la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young (1993). Se encontró que el 54.1% de alumnos tuvo un nivel promedio de bienestar psicológico y el 25.6 en bajo, mientras que para la resiliencia se obtuvo un 50.6% en el nivel medio y el 25.3% en bajo. Además, se identifica correlación directa de magnitud fuerte entre el bienestar psicológico con la resiliencia ( $\rho = .584$ ,  $p < .001$ ), demostrando un tamaño del efecto moderado ( $TE = .341$ ). Además, se halló que bienestar psicológico se relaciona con las dimensiones de resiliencia ( $p < .05$ ), así mismo, se encontró que las dimensiones de bienestar psicológico se correlacionan con resiliencia ( $p < .05$ ), y finalmente, las dos dimensiones de bienestar psicológico se correlacionó con las dimensiones de resiliencia ( $p < .05$ ). Se determinó que, a mayor presencia de bienestar psicológico, se evidenciará mayor resiliencia para los universitarios evaluados.

**Palabras clave:** salud mental, bienestar psicológico, resiliencia, adaptabilidad

# PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND RESILIENCE IN UNIVERSITY STUDENTS FROM LIMA SUR

JONATHAN JEFERSON QUISPE VELARDE

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

## ABSTRACT

In this analysis, the objective was to determine the relationship between psychological well-being and resilience in a sample of 268 students (68.4% women and 31.6% men) from various universities in Lima-Sur, between 16 and 55 years old. The study method was correlational, and it had a non-experimental design with a cross-sectional section. The Psychological Well-Being Scale (BIEPS-A) by Casullo (2002) and the Resilience Scale (RS) by Wagnild and Young (1993) were applied. It was found that 54.1% of students had an average level of psychological well-being and 25.6% had a low level, while for resilience, 50.6% had an average level and 25.3% had a low level. In addition, a strong direct correlation of magnitude is identified between psychological well-being and resilience ( $\rho = .584$ ,  $p < .001$ ), demonstrating a moderate effect size ( $TE = .341$ ). In addition, it was found that psychological well-being is related to the dimensions of resilience ( $p < .05$ ), likewise, it was found that the dimensions of psychological well-being are correlated with resilience ( $p < .05$ ), and finally, the two dimensions of psychological well-being were correlated with the dimensions of resilience ( $p < .05$ ). It was determined that, the greater the presence of psychological well-being, the greater resilience will be evident for the university students evaluated.

**Keywords:** mental health, psychological well-being, resilience, adaptability

# BEM-ESTAR PSICOLÓGICO E RESILIÊNCIA EM UNIVERSITÁRIOS DE LIMA SUR

JONATHAN JEFERSON QUISPE VELARDE

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

## RESUMO

Nesta análise, o objetivo foi determinar a relação entre o bem-estar psicológico e a resiliência numa amostra de 268 estudantes (68,4% mulheres e 31,6% homens) de várias universidades de Lima-Sul, entre os 16 e os 55 anos. O método de estudo foi correlacional e teve também um desenho não experimental com um corte transversal. Foram aplicadas a Escala de Bem-Estar Psicológico (BIEPS-A) de Casullo (2002) e a Escala de Resiliência (ER) de Wagnild e Young (1993). Verificou-se que 54,1% dos estudantes apresentaram um nível médio de bem-estar psicológico e 25,6% um nível baixo, enquanto que para a resiliência 50,6% apresentaram um nível médio e 25,3% um nível baixo. Além disso, é identificada uma correlação direta de forte magnitude entre o bem-estar psicológico e a resiliência ( $\rho = .584$ ,  $p < 0.001$ ), demonstrando um tamanho de efeito moderado ( $TE = 0.341$ ). Além disso, verificou-se que o bem-estar psicológico está relacionado com as dimensões da resiliência ( $p < 0,05$ ), da mesma forma, verificou-se que as dimensões do bem-estar psicológico estão correlacionadas com a resiliência ( $p < 0,05$ ) e, por último, as duas dimensões do bem-estar psicológico correlacionaram-se com as dimensões da resiliência ( $p < 0,05$ ). Determinou-se que, quanto maior for a presença de bem-estar psicológico, maior resiliência será evidente para os estudantes universitários avaliados.

**Palavras-chave:** saúde mental, bem-estar psicológico, resiliência, adaptabilidade

## I. INTRODUCCIÓN

La pandemia ha incrementado los grados de estrés, depresión y ansiedad a causa de la necesidad de adaptarse a nuevos hábitos. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), un estudio realizado en 55 países reveló un aumento del 24% en insomnio, 22% en ansiedad y 15% en depresión. Estos cambios constantes han afectado el bienestar y disminuido las habilidades resilientes necesarias para enfrentar retos y situaciones difíciles.

La Asociación Internacional de Presidentes Universitarios (IAUP, 2021) realizó una encuesta en la que el 45% de los universitarios necesitaron apoyo para continuar sus estudios, además, un 68% percibe un éxito académico deficiente y el 57% enfrentó baja sostenibilidad financiera. Adicionalmente, la matrícula universitaria disminuyó en un 44% debido a la pandemia, perjudicando la calidad de vida y resiliencia de los escolares debido a la escasez de recursos financieros para proseguir con su educación.

En Latinoamérica, los estudiantes enfrentan complicaciones en su bienestar psicológico por causa del confinamiento. El Senado de la Universidad de Chile (2021) reportó que los cambios incluyen el uso intensivo de tecnología, la entrada al mercado laboral, la pérdida de seres queridos y la carencia económica; estos factores han afectado su bienestar y adaptación a la educación virtual, llevando a algunos a abandonar sus estudios.

Además, la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020) reportó que el 51.2% de estudiantes en América Latina vive en condiciones deficientes, y alrededor del 30% en situaciones de precariedad; esto afecta su calidad educativa y bienestar al no tener medios adecuados para la educación virtual, reduciendo sus habilidades resilientes para superar los nuevos retos y experiencias negativas.

En Perú, el bienestar psicológico de los escolares de educación superior está comprometido por situaciones de vulnerabilidad psicosocial. El Ministerio de Educación (MINEDU, 2019) reportó que el 79% de los estudiantes experimenta estrés académico y familiar, mientras que el 81% muestra síntomas de ansiedad debido a la sobrecarga de actividades y la falta de habilidades de afrontamiento.

Así mismo, el Ministerio de Salud (MINSA, 2020) reportó que el 82.3% de personas que llamaron a líneas de soporte emocional durante el confinamiento presentaron altos índices de estrés, un 12% mostró trastornos depresivos y ansiosos, y el 14.4% de jóvenes entre 18 y 25 años enfrentaron problemas psicológicos; estos factores alteran el bienestar psicológico, por lo que se propone desarrollar habilidades resilientes para mejorar la capacidad de afrontar adversidades. Conforme a ello, se plantea la interrogante de estudio: ¿Qué relación existe entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur?

A continuación, se revisaron los antecedentes internacionales, en donde Gonzáles (2021) reportó relación entre resiliencia y bienestar psicológico ( $r = .291$ ) en 378 universitarios de Guatemala. Así mismo, Harvey et al. (2021) hallaron que bienestar psicológico se asocia con solución de problemas ( $r = .315$ ) en 201 universitarios de Colombia. Además, Brito (2019) halló relación entre resiliencia y bienestar subjetivo ( $p < .05$ ) en 115 universitarios de Colombia. Igualmente, Benavente y Quevedo (2018) reportaron relación entre resiliencia y bienestar subjetivo ( $r = .382$ ) en 447 académicos de España. Por último, Serrano (2018) no encontraron relación entre estrés académico y resiliencia ( $p > .05$ ) en 150 universitarios de Ecuador.

De la misma manera, se revisaron los antecedentes a nivel nacional, en donde Zavaleta (2021) halló relación entre resiliencia con las dimensiones de felicidad ( $p < .05$ ) en 239 universitarios en Lima. Así mismo, Chávez (2020) encontró relación

entre resiliencia y calidad de vida ( $\rho = .456$ ) en 369 universitarios de Cajamarca. Además, Estrada y Mamani (2020) reportaron relación entre bienestar psicológico y resiliencia ( $\rho = .702$ ) en 134 universitarios de Puerto Maldonado. Por otra parte, Flores y Huamaní (2020) encontraron relación entre procrastinación académica y bienestar psicológico ( $\rho = -.304$ ) en universitarios de Huancavelica. Por último, Lamas et al. (2019) hallaron relación entre bienestar psicológico y resiliencia ( $\rho = .575$ ) en 114 alumnos de educación superior en Ica.

A partir de esta sección, se presentan las bases teóricas de bienestar psicológico, el cual se define como un estado en el que las personas disfrutan y aceptan sus experiencias vitales, tanto en el ámbito interpersonal, laboral y personal, logrando una mayor satisfacción y resiliencia (Vielma y Leonor, 2010). No se limita a la ausencia de enfermedades, sino que implica ser consciente de los aspectos positivos de la vida y manejar las adversidades con flexibilidad (Oblitas, 2009; Valerio y Serna, 2018). Este estado de bienestar se caracteriza por el optimismo y la aceptación de las fortalezas y debilidades propias, favoreciendo una percepción positiva y saludable de la vida (Casullo y Castro, 2000; Páramo et al., 2012).

Según el modelo teórico de Ryff (1989), la variable se deriva de estímulos ambientales y sociales constantes que influyen en el desarrollo cognitivo de los sujetos; este modelo destaca la importancia de la acción individual en la percepción de satisfacción, basada en elementos como la aceptación de uno mismo, autonomía, crecimiento individual, dominio del entorno y relaciones positivas. Dichos factores, que perduran a lo largo de la vida, generan sensaciones gratificantes y favorecen el desarrollo integral del individuo.

En cuanto sus dimensiones, Casullo (2002) incluyen la aceptación/control, que implica reconocer y aceptar el malestar, ser consciente de los errores y enfrentar las

obligaciones satisfactoriamente; la autonomía, definida como la capacidad de expresar pensamientos y comportamientos sin temores, tomando decisiones propias pese a influencias externas; los vínculos, que se refieren a la habilidad de desarrollar relaciones afectivas y sentimentales de manera favorable, facilitando el apoyo y aprecio de los demás; y los proyectos, consisten en la disposición para tener una visión clara del futuro, estableciendo y cumpliendo metas y objetivos.

Por otra parte, se explican las bases teóricas de resiliencia, en donde en términos científicos, es la capacidad de un objeto para soportar un golpe y recuperar su forma original después de ser deformado (Kotliarenko et al., 1996). En psicología, se define como la habilidad del ser humano para enfrentar y superar adversidades, manteniendo una actitud positiva y perseverante (Majul et al., 2013). Esta capacidad permite aprender de las experiencias negativas y evitar errores futuros, favoreciendo la adaptación y la mejora de habilidades cognitivas y emocionales para superar obstáculos y optimizar la calidad de vida (Becoña, 2006; Quintero, 2005).

La teoría de Wagnild y Young (1993) proponen que la resiliencia es una actitud positiva desarrollada a lo largo de la vida, considerada un rasgo de personalidad que permite enfrentar adversidades con mayores probabilidades de obtener resultados positivos. Además, este modelo se basa en dos factores principales: pensamientos positivos para superar dificultades y actitudes que transforman acciones negativas en oportunidades de aprendizaje; estos elementos ayudan a las personas a afrontar desafíos con una perspectiva optimista y resiliente.

De acuerdo con las dimensiones, Wagnild y Young (1993) proponen cinco: La perseverancia es la capacidad de mantener la consistencia y resistencia ante adversidades, superando el desaliento para alcanzar los objetivos. Sentirse bien solo implica disfrutar de la propia compañía y apreciar la libertad, lo que fortalece la

resiliencia al superar adversidades solo o con ayuda. La confianza en sí mismo hace alusión a la seguridad en la habilidad de resolver problemas y alcanzar metas efectivamente. La ecuanimidad es la habilidad de sostener una visión estable y tranquila de la vida, viendo los eventos negativos como lecciones de aprendizaje. Y, por último, la satisfacción personal es el bienestar derivado de interpretar positivamente los eventos diarios, mostrando emociones de felicidad y alegría.

Seguidamente, se detalla la justificación del estudio, donde a nivel teórico, se revisa definiciones, teorías y características de las variables, demostrando su posible asociación, esto proporciona un marco teórico útil para futuros investigadores y, a través de los resultados, amplía su conocimiento. A nivel metodológico, se aplicó instrumentos psicométricos, además, se corroboró su validez y confiabilidad mediante una muestra piloto para dar mayor fiabilidad en los resultados. A nivel práctico, este análisis ofrece datos acerca de la conexión entre las variables en la muestra, esto beneficia a investigadores al ofrecer una perspectiva más amplia y facilita el diseño de programas preventivos que optimicen estrategias para mejorar la interacción con experiencias directas y el desarrollo de habilidades resilientes.

En el objetivo general, se busca: Determinar la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur. Así mismo, se proponen los específicos cómo: (1) Identificar los niveles del bienestar psicológico. (2) Identificar los niveles de la resiliencia. (3) Identificar la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la resiliencia. (4) Establecer la relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y la resiliencia. (5) Establecer la relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones de la resiliencia.

## II. MÉTODO

### 2.1. Tipo y diseño

El tipo de estudio fue correlacional, ya que tuvo como objetivo relacionar las variables mediante la estadística (Bernal, 2010). Además, el diseño fue no experimental de corte transversal, debido a que no se manipularon las variables y se recolectó datos en un solo momento (Hernández et al., 2014).

### 2.2. Población, muestra y muestreo

La población fue representada por todos los alumnos/as con edades entre 16 a 55 años, los cuales cursan entre I al XI ciclo de diversas universidades de Lima-Sur. La muestra fue de 320 estudiantes universitarios, el cual fue determinado por una fórmula estadística para poblaciones infinitas (95% confianza, 6% error y 50% de proporción). Además, el muestreo fue no probabilístico por conveniencia, ya que participaron estudiantes que fueron accesibles y disponibles para el estudio (Otzen & Manterola, 2017).

### 2.3. Hipótesis

En la hipótesis general se propone: Existe relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur. Así mismo, se plantean los específicos: (H1) Existe relación entre bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia. (H2) Existe relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y la resiliencia. (H3) Existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones de la resiliencia.

### 2.4. Variables y operacionalización

Definición conceptual de bienestar psicológico: se entiende como la capacidad de una persona para reconocer sus éxitos pasados, presentes y futuros, desde su propia perspectiva (Casullo, 2002).

Definición conceptual de resiliencia: Es un rasgo positivo de la personalidad que permite a las personas afrontar el estrés y eventos negativos que afectan su calidad de vida (Wagnild y Young, 1993).

## 2.5. Instrumentos o materiales

Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-A fue creado por Casullo (2002) en Argentina. Se compone por cuatro dimensiones y se estructura por 13 ítems. Su medición es tipo Likert con tres opciones de respuestas. Este instrumento, fue analizado mediante la validez de contenido ( $V > .80$ ) y se calculó la fiabilidad por consistencia en la escala total y sus dimensiones ( $\alpha > .70$ ).

A nivel nacional, Domínguez (2014) realizó la validez por análisis confirmatorio ( $CFI = .96$ ,  $GFI = .90$ ,  $RMR = .03$ ,  $RMSEA = .09$ ) y estimó la confiabilidad por consistencia en la escala total y dimensiones ( $\alpha > .75$ ). Así mismo, Robles (2020) aplicó la validez por contenido ( $V > .80$ ), así mismo, efectuó la validez por análisis confirmatorio ( $GFI = .93$ ,  $SRMR = .05$ ,  $RMSEA = .07$ ,  $CFI = .95$ ,  $TLI = .94$ ) y por último, calculó la confiabilidad por consistencia ( $\omega = .84$ ).

En este estudio, se corroboró la validez por análisis exploratorio ( $KMO = .785$ ,  $X^2 = 457.990$ ,  $gl = 78$ ,  $p < .001$ ), en donde se reportó una matriz de estructura de cuatro dimensiones ( $VEA > 40\%$ ,  $Autovalor > 1$ ,  $\lambda > .30$ ). Además, se calculó la confiabilidad por consistencia ( $\alpha = .84$ ). En conclusión, el constructo es válido y confiable.

Escala de Resiliencia (ER) fue elaborado por Wagnild y Young (1993) en EE.UU. Se constituye por cinco dimensiones y está estructurado por 25 ítems. Además, su medición fue tipo Likert con siete alternativas de respuestas. Conforme a su psicometría, analizó la confiabilidad por consistencia ( $\alpha > .70$ ).

A nivel nacional, Castilla et al. (2016) ejecutaron la validez por análisis exploratorio ( $KMO > .700$ ,  $p < .05$ ,  $VEA = 41.8\%$ ), luego aplicaron la confiabilidad por

consistencia ( $\alpha=.90$ ). Por otro lado, Gómez (2019) analizó la validez por ítem-test ( $r>.20$ ) y estimó la confiabilidad por consistencia ( $\alpha>.87$ ).

Del mismo modo, se examinó la validez por análisis exploratorio (KMO=.893,  $X^2= 1363.36$ ,  $gl=300$ ,  $p<.001$ ), reportando una matriz de estructura de cinco dimensiones (VEA>40%, Autovalor>1,  $\lambda>.30$ ). posteriormente, se estimó la confiabilidad por consistencia ( $\alpha= .94$ ). Por lo tanto, el constructo es válido y confiable.

## **2.6. Procedimientos**

Se inició con la obtención del permiso de la Universidad, que emitió una carta formal para proceder a aplicar los instrumentos. Luego, los cuestionarios se organizaron en Google Forms y se distribuyeron mediante un enlace enviado por correo electrónico y redes sociales a los estudiantes universitarios.

## **2.7. Análisis de datos**

Se aplicó el software SPSS, en donde se corroboró la psicometría de los constructos. Posteriormente, se identificó las medidas descriptivas y luego se calculó el test inferencial (Kolmogorov Smirnov), el cual determinó que los datos no son homogéneos, es por ello que se empleó el modelo no paramétrico.

## **2.8. Aspectos éticos**

Se brindó el consentimiento informado que solicita el permiso del estudiante para poder utilizar sus datos de forma anónima en la presente investigación, respetando a quienes no desean participar. De tal manera que se mantiene en consideración los lineamientos bioéticos establecidos en los principios de Helsinki, donde se identifica que los resultados deben ser usados cumpliendo los principios éticos.

### III. RESULTADOS

#### *Análisis de descriptivos de las variables*

**Tabla 1**

*Análisis de frecuencias del bienestar psicológico y sus dimensiones*

Niveles	Aceptación		Autonomía		Vínculos		Proyectos		Bienestar psicológico	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Bajo	122	38.1	132	41.3	126	39.4	126	39.4	82	25.6
Promedio	198	61.9	133	41.6	194	60.6	194	60.6	173	54.1
Alto	0	0	55	17.2	0	0	0	0	65	20.3

En la tabla 1 se encuentra que para el bienestar psicológico a nivel general existe una mayor presencia dentro del nivel promedio (54.1%), seguido por un nivel bajo (25.6%). En sus dimensiones también existen mayor representatividad dentro del nivel medio, sin embargo, se encuentran valores nulos de niveles altos para aceptación / control, vínculos y proyectos.

**Tabla 2**

*Análisis de frecuencias de la resiliencia y sus dimensiones*

Niveles	D1		D2		D3		D4		D5		Resiliencia	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Bajo	85	26.6	102	31.9	81	25.3	80	25.0	81	25.3	81	25.3
Medio	167	52.2	150	46.9	160	50.0	172	53.8	171	53.4	162	50.6
Alto	68	21.3	68	21.3	79	24.7	68	21.3	68	21.3	77	24.1

*Nota:* D1= perseverancia, D2= sentirse bien solo, D3= confianza en sí mismo, D4= ecuanimidad, D5= satisfacción personal.

Respecto a la tabla 2 se observa que el 50.6% de evaluados mantuvo un nivel intermedio de resiliencia y el 25.3% en bajo. Para las dimensiones también se

identifica mayor tendencia dentro del nivel medio, mientras que en el nivel bajo la dimensión sentirse bien solo mantuvo mayor representatividad (31.9%).

### **Contrastación de hipótesis**

**Tabla 3**

*Análisis de correlación entre el bienestar psicológico y la resiliencia*

n = 320	M	DE	Rho [IC95%]	p	TE
Bienestar psicológico	32.2	5.43	.584 [.511, .656]	.001	.341
Resiliencia	119.8	29.37			

En la tabla 3, se identificó que existe de relación positiva con magnitud fuerte ( $Rho=.584$ ) y una probabilidad de significancia estadística ( $p<.05$ ). Por ello, se pudo aceptar la hipótesis alterna.

**Tabla 4**

*Análisis de correlación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la resiliencia*

n = 320	Dimensiones de resiliencia				
	Perseverancia	Sentirse bien solo	Confianza en sí mismo	Ecuanimidad	Satisfacción personal
<i>Rho</i>	.498**	.425**	.529**	.532**	.495**
Bienestar psicológico <i>IC [95%]</i>	[.415, .580]	[.335, .515]	[.450, .608]	[.453, .611]	[.412, .578]
<i>p</i>	.001	.001	.001	.001	.001
<i>TE</i>	.248	.181	.280	.283	.245

En la tabla 4, se revela la existencia de una relación con tendencia directa y magnitud entre modera y fuerte para el bienestar psicológico con perseverancia ( $Rho=.498$ ), sentirse bien solo ( $Rho=.425$ ), confianza en sí mismo ( $Rho=.529$ ), ecuanimidad ( $Rho=.532$ ) y satisfacción personal ( $Rho=.495$ ). Conforme a ello, se confirma la hipótesis alterna.

**Tabla 5**

*Análisis de correlación entre las dimensiones del bienestar psicológico y la resiliencia*

Dimensiones del bienestar psicológico	Resiliencia (n = 320)			
	<i>Rho</i>	<i>IC [95%]</i>	<i>p</i>	<i>TE</i>
Aceptación / Control	.528**	[.449, .607]	.001	.279
Autonomía	.424**	[.334, .514]	.001	.180
Vínculos	.383**	[.289, .477]	.001	.147
Proyectos	.578**	[.505, .651]	.001	.334

En la tabla 5 se identifica relación positiva y moderada para la dimensión autonomía ( $Rho=.424$ ) y vínculos ( $Rho=.383$ ) con la resiliencia, mientras que para aceptación / control y proyectos la magnitud fue fuerte ( $Rho=.528$ ,  $.578$ ). En base a ello, admite la hipótesis alterna.

**Tabla 6**

*Análisis de correlación entre las dimensiones de las variables*

Dimensiones		Dimensiones de resiliencia (n = 320)				
		D1	D2	D3	D4	D5
Aceptación / Control	<i>Rho</i>	.464**	.392**	.479**	.467**	.462**
	<i>IC [95%]</i>	[.378, .550]	[.299, .485]	[.394, .564]	[.391, .561]	[.375, .549]
	<i>p</i>	.001	.001	.001	.001	.001
	<i>TE</i>	.215	.154	.229	.218	.213
Autonomía	<i>Rho</i>	.349**	.315**	.422**	.389**	.351**
	<i>IC [95%]</i>	[.252, .446]	[.216, .414]	[.331, .512]	[.296, .482]	[.254, .447]
	<i>p</i>	.001	.001	.001	.001	.001
	<i>TE</i>	.122	.099	.178	.151	.123
Vínculos	<i>Rho</i>	.321**	.321**	.316**	.384**	.385**
	<i>IC [95%]</i>	[.222, .420]	[.222, .420]	[.217, .415]	[.290, .478]	[.291, .479]
	<i>p</i>	.001	.001	.001	.001	.001
	<i>TE</i>	.103	.103	.100	.147	.148
Proyectos	<i>Rho</i>	.524**	.419**	.530**	.503**	.452**
	<i>IC [95%]</i>	[.444, .604]	[.328, .510]	[.451, .609]	[.421, .585]	[.364, .540]
	<i>p</i>	.001	.001	.001	.001	.001
	<i>TE</i>	.275	.176	.281	.253	.204

---

*Nota:* n = muestra, D1 = perseverancia, D2 = sentirse bien solo, D3 = confianza en sí mismo, D4 = ecuanimidad, D5 = satisfacción personal.

Por último, en la tabla 6 se analiza la relación entre las dimensiones ambas variables, notándose la existencia de relación directa con una probabilidad de significancia inferior al .05. En base a ello, se admite la hipótesis alterna.

#### IV. DISCUSIÓN

El presente estudio pretendió reconocer la relación existente entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de diferentes ciclos y carreras, por lo que a continuación se discuten cada uno de los resultados hallados. En el objetivo general se reconoció que una mayor percepción de bienestar y una orientación clara en proyectos y planes se asocian con comportamientos perseverantes, mayor confianza, tranquilidad y deseos de superar adversidades.

Estos resultados concuerdan con Gonzáles (2021), quien encontró una relación directa pero débil entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios de Guatemala ( $r = .291$ ). Benavente y Quevedo (2018) también observaron que una mayor resiliencia en estudiantes españoles se asocia con mejores estrategias de afrontamiento al estrés y mayor percepción de bienestar. Asimismo, Estrada y Mamani (2020) hallaron una relación fuerte entre bienestar psicológico y resiliencia en Puerto Maldonado, Perú.

Por su parte, Brito (2019) encontró relación entre resiliencia y bienestar subjetivo en universitarios colombianos. Además, Lamas et al. (2019) demostraron que el bienestar psicológico, social y subjetivo se asocia con mayor perseverancia ante las adversidades en universitarios de Ica. Por su parte, Oblitas (2009) sostiene que el bienestar psicológico depende de las condiciones individuales y la percepción del entorno, y Wagnild y Young (1993) consideran la resiliencia como un rasgo de personalidad que favorece el bienestar al enfrentar adversidades y alcanzar metas.

Otro de los hallazgos relevantes de este estudio, se encuentra en los resultados de los objetivos específicos. Para el primer objetivo, se identificó que el 54.1% de los evaluados tiene un nivel medio de bienestar psicológico, el 20.3% un nivel superior, y el 25.6% un nivel bajo. Esto sugiere que la mayoría de los estudiantes

confía en sus habilidades y oportunidades para alcanzar metas (Estrada y Mamani, 2020). Sin embargo, un grupo menor presenta baja percepción de bienestar, con falta de autonomía, vínculos afectivos y proyectos personales (OMS, 2020).

De forma semejante, Harvey et al. (2021) encontraron que cerca de la mitad de los estudiantes colombianos tenían un nivel promedio de bienestar psicológico. Benavente y Quevedo (2018) demostraron que estudiantes de psicología y enfermería de España, también tenían un nivel moderado de bienestar, al igual que Lamas et al. (2019) en estudiantes de Ica. Según Ryff (1989), los sujetos con elevados niveles de bienestar tienen una mayor calidad de vida debido a su visión positiva de los problemas, toma de decisiones autónoma y dominio de su entorno. Sin embargo, la falta de estabilidad en su contexto puede deteriorar su bienestar psicológico.

Para el segundo objetivo específico, se encontró que el 50.6% de los evaluados presentaron un nivel medio de resiliencia, lo que indica que no todos tienen las competencias necesarias para superar adversidades, ya que la resiliencia depende de experiencias previas y características personales (Majul et al., 2013). Además, el 25.3% mostró niveles bajos de resiliencia, lo que refleja mayor dificultad para mantener una actitud perseverante y segura para alcanzar sus metas.

Estos resultados son similares a Brito (2019), quien encontró que los estudiantes de Bogotá tenían un nivel promedio de resiliencia. Asimismo, Benavente y Quevedo (2018) en España y Serrano (2018) en Ecuador también reportaron niveles moderados de resiliencia. Además, Lamas et al. (2019) en Ica, Perú, hallaron una prevalencia de resiliencia media.

En base a los postulados de Arroyo (2018), los bajos niveles de resiliencia están relacionados con problemas emocionales, dificultades para afrontar el estrés y deterioro en la salud física y mental. Además, afectan el desarrollo de competencias

personales, la relación con grupos sociales, el entorno familiar y múltiples aspectos de la vida (Javier, 2009; Silva, 2012; Villalba, 2004).

Para el tercer objetivo específico, se encontró una relación positiva y parcialmente fuerte entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la resiliencia ( $p < .05$ ). Estos datos indican que los estudiantes con mayor percepción de bienestar psicológico mostraron conductas perseverantes, autoconfianza, tranquilidad ante tensiones y control. Estos hallazgos se asemejan a Gonzáles (2021) en estudiantes de Guatemala y al de Estrada y Mamani (2020) en un instituto de Puerto Maldonado.

Otros estudios también han encontrado que el bienestar está relacionado a variables similares a la resiliencia. Harvey et al. (2021) encontraron que los estudiantes colombianos con mayor bienestar psicológico mostraron mejor afrontamiento al estrés, solución de problemas y uso de estrategias cognitivas como la evitación y negación. De manera similar, Benavente y Quevedo (2018) identificaron que un mayor bienestar psicológico favoreció la reevaluación cognitiva, la resolución de problemas y la resiliencia en estudiantes universitarios en España.

Con estos resultados, se confirma el tercer objetivo específico que establece una asociación entre las dimensiones de la resiliencia con el bienestar psicológico en universitarios. La prueba de significancia estadística permitió confirmar la hipótesis alterna. Según Seligman y Peterson (2003), el bienestar facilita alcanzar mayores estados de felicidad, mejorando la capacidad de superación y afrontamiento de eventos adversos, y ofreciendo más alternativas de solución.

El cuarto objetivo específico demuestra que una mayor percepción de aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos se asocia con actitudes de perseverancia y superación de adversidades en estudiantes de Lima Sur. Según Sánchez (2013), estos componentes optimizan las creencias y pensamientos

positivos, ayudando a los estudiantes a orientarse hacia sus metas y superar eventos problemáticos.

Estos hallazgos se asimilan a Gonzáles (2021) quien demostró que las dimensiones del bienestar psicológico están asociadas a mayores índices de resiliencia en universitarios guatemaltecos. Asimismo, Brito (2019) encontró una asociación directa en estudiantes de Colombia. Además, Benavente y Quevedo (2018) indicaron que mayores puntuaciones de resiliencia se asocian con mejores métodos de afrontamiento como la revaloración positiva y la resolución de incidencias. Igualmente, Serrano (2018) halló que la resiliencia está relacionada con un menor estrés académico en universitarios ecuatorianos. De manera similar, Zavaleta (2021) identificó asociaciones con otras variables positivas como el sentido positivo de la vida, realización personal y satisfacción con la vida.

Para el quinto objetivo específico, se reportó relación directa entre las dimensiones de ambas variables. Esto determina que ambas variables se asocian positivamente y optimizan las habilidades para alcanzar metas personales. Los participantes con altos niveles de aceptación/control, autonomía, vínculos afectivos y proyectos mostraron conductas perseverantes, bienestar en soledad, autoconfianza, tranquilidad emocional y satisfacción personal.

Dichos resultados son explicados debido a que el bienestar psicológico permite a las personas desarrollar una motivación intrínseca que les ayude a afrontar las situaciones estresantes, favoreciendo su continuidad ante eventos que nunca antes se habían enfrentado, optimizando la búsqueda de alternativas de solución variados (Carranza et al., 2017), a diferencia de las personas que carecen de bienestar psicológico debido a que mantiene una menor visión positiva o de superación frente a las adversidades (Páramo et al., 2012).

## V. CONCLUSIONES

1. Se reconoció que entre el bienestar psicológico y la resiliencia existe directa y de magnitud moderada. Por lo tanto, se evidencia que, a medida que aumenta la percepción de bienestar psicológico, también se incrementa el nivel de resiliencia en los alumnos.
2. Se halló que el 54.1% de los participantes evidencia un nivel medio de bienestar psicológico, el 20.3% muestra un nivel alto y el 25.6% refleja niveles bajos.
3. Se reveló que el 50.6% de los universitarios tenían un nivel intermedio de resiliencia, mientras que el 25.3% presentaban niveles bajos, indicando mayores dificultades para superar adversidades y menos perseverancia y seguridad en alcanzar sus metas.
4. Se pudo reportó relación directa y moderada entre el bienestar psicológico con perseverancia, plenitud en la soledad y satisfacción personal de la resiliencia, mientras que la relación fue fuerte con ecuanimidad y seguridad personal.
5. Existe relación directa entre las dimensiones del bienestar psicológico y la resiliencia, lo cual permite reconocer que a mayor percepción de aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos, mayor resiliencia en los estudiantes que fueron evaluados.
6. Se confirmó la existencia de correlaciones positivas y con probabilidad de significancia estadística entre las dimensiones de ambas variables en los universitarios.

## VI. RECOMENDACIONES

1. Concientizar a los docentes y a los estudiantes universitarios en la relación entre las variables de estudio, con la finalidad de que reconozcan el rol que juega el contar con una adecuada aceptación y control de las actividades, autonomía, establecimiento de vínculos y la planificación de proyectos para la superación de las adversidades frente a una actitud resiliente.
2. Diseñar y ejecutar programas de promoción de la salud que se enfoquen en mejorar los niveles bajos de bienestar psicológico en los universitarios, mediante la ejecución de talleres virtuales orientados en el acercamiento de sus metas personales y proyectos a futuro.
3. Incentivar a futuros investigadores en diseñar estudios semejantes que utilicen un muestreo probabilístico y representativo para toda la población de alumnos de educación superior, con el propósito de que los hallazgos se puedan generalizar y se cuente con mejores explicaciones sobre la unidad de análisis. Asimismo, la ejecución de diseños explicativos con la unificación de otras variables que puedan predecir mejor la relación analizada.

## REFERENCIAS

- Arroyo, J. (2018). *Resiliencia y motivación al logro académico en estudiantes de derecho y psicología de una universidad privada de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.  
<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/615/1/JULIO%20ARROYO%20MENDOZA.pdf>
- Asociación Internacional de Presidentes Universitarios. (2021). *Dio inicio la XIX Conferencia virtual trianual de la asociación internacional de presidentes universitarios*. Newsletter. <https://suplementocampus.com/dio-inicio-la-xix-conferencia-virtual-trianual-de-la-asociacion-internacional-de-presidentes-universitarios/>
- Becoña, E. (2006). Resilience: definition, characteristics and usefulness of the concept. *Journal of Psychopathology and Clinical Psychology*, 11(1), 125-146.  
<https://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/4024>
- Benavente, M., & Quevedo, M. (2018). Resilience, psychological well-being and coping in university students considering personality and illness variables. *Journal of Psychology and Education*, 13(2), 91-112.  
<http://www.revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/161.pdf>
- Brito, K. (2019). *Resiliencia y bienestar en estudiantes universitarios en Iberoamérica* [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio de la Universidad Cooperativa de Colombia.  
[https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/16295/1/2019\\_resiliencia\\_bienestar\\_estudiantes.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/16295/1/2019_resiliencia_bienestar_estudiantes.pdf)

- Carranza, R., Hernandez, R., & Alhuay, J. (2017). Psychological well-being and academic performance in undergraduate psychology students. *International Journal of Research in Social Sciences*, 13(2), 133–146. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6246945>
- Castilla, H., Coronel, J., Bonilla, A., Mendoza, M., & Barboza, M. (2016). Validity and reliability of the Resilience Scale (Scale resilience) in a sample of students and adults from the city of Lima. *Peruvian Journal of Psychology and Social Work*, 4(2), 121-136. <http://revistas.uigv.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/146>
- Casullo, M., & Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de psicología de la PUCP*, 18(1), 36–68. <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840>
- Chávez, E. (2020). Relationship between resilience and quality of life in university students from Cajamarca. *Advances in Psychology*, 28(1), 59-71. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/2112/2192>
- Domínguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de Lima: Un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: Avances de la disciplina*, 8(1), 23-31. <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v8n1/v8n1a03.pdf>
- Espinoza, M., & Matamala, A. (2012). *Resiliencia: Una mirada sistémica. construcción y validación preliminar de test* [Tesis de pregrado, Universidad de Bío-Bío]. Repositorio de la Universidad de Bío-Bío. <http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/1437/1/Espinoza%20Alvea%20Maria%20Aurora.pdf>

- Estrada, E., & Mamani, H. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 55-68. <https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/491/568>
- Flores, G., & Huamaní, P. (2020). *Procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica – 2020* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de los Andes]. Repositorio de la Universidad Peruana de los Andes. <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2377/TESIS%20FINAL%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gómez, B. (2010). *Individual and family resilience*. Association Vasco-Navarra.
- Gómez, M. (2019). *Estandarización de la escala de resiliencia de Wagnild y Young en universitarios de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio de la Universidad Ricardo Palma. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1921/1Estandarizaci%C3%B3n%20de%20Escala%20de%20Resiliencia%20de%20Wagnild%20%26%20Young%20en%20universitarios%20de%20Lima%20Metropolita.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- González, D. (2021). Psychological well-being, resilience and anxiety in university students. *Guatemalan Magazine of Higher Education*, 4(1), 43-58. <https://revistages.com/index.php/revista/article/view/53/106>
- Harvey, J., Obando, L., Hernández, K., & Cruz, E. (2021). Psychological well-being and coping strategies against COVID-19 in university students. *Health University*, 23(3), 207-216. <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v23n3/2389-7066-reus-23-03-207.pdf>

- Helaman, S. (2016). *Resiliencia y felicidad en estudiantes de la escuela superior técnica de sub-oficiales de policías de Charcani-Arequipa* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio de la Universidad Católica de Santa María. [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSM\\_3f57436fddcadf4694852b1c4f2c4dc7](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSM_3f57436fddcadf4694852b1c4f2c4dc7)
- Kotliarenco, M., Cáceres, I., & Álvarez, C. (1996). *Resilience, building in adversity* (6ª ed.). CEANIM.
- Lámas, H., & Atuncar, S. (2019). *Bienestar (subjetivo, psicológico y social) y resiliencia en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud, Universidad Autónoma de Ica, 2018* [Tesis de posgrado, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio de la Universidad Autónoma de Ica. <https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Search/Results?lookfor=resiliencia+y+bienestar+psicol%C3%B3gico+en+universitarios&type=AllFields>
- Majul, E., Casari, L., & Lambiase, S. (2013). Resilience. An experience with district adolescents in historical context. *Electronic Journal of Psychology*. 1(1). 19-40.
- Matalinares, M., Arenas, C., Dioses, A., Muratta, R., Pareja, C. Diaz, G., & Chávez, J. (2006). Inteligencia emocional y autoconcepto en colegiales de Lima Metropolitana. *Revista IIPSI*, 8(2), 41-55. <http://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/123456789/265/139.%20Inteligencia%20emocional%20y%20autoconcepto%20en%20colegiales%20de%20Lima%20Metropolitana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ministerio de Educación. (2019). *Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental*. Ministerio de Educación.

- <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>
- Ministerio de Salud. (2020). *Plan de salud mental Perú, 2020 – 2021*. MINSA. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5092.pdf>
- Oblitas, L. (2009). *Health psychology and quality of life*. Technical and engineering bookstore.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Las cifras confirman el impacto de la pandemia sobre la salud mental*. El País. <https://elpais.com/ciencia/2020-12-23/las-cifras-confirman-el-impacto-de-la-pandemia-sobre-la-salud-mental.html>
- Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Nuevo desafío educativo: bienestar psicológico, social y emocional*. El Economista. <https://www.economista.com.mx/arteseideas/Nuevo-desafio-educativo-bienestar-psicologico-social-y-emocional-20201212-0015.html>
- Páramo, M., Straniero, C., García, C., & Torrecilla, N. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10(1), 7-21. <https://www.redalyc.org/pdf/801/80124028001.pdf>
- Peralta, S., Ramírez, A., & Castaño, H. (2006). Factores resilientes asociados al rendimiento académico en estudiantes pertenecientes a la Universidad de Sucre. *Psicología desde el Caribe*, 17(3), 196-219. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21301709.pdf>
- Quintero, A. (2005). Resiliencia: contexto no clínico para trabajo social. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales Niñez y Juventud*, 3(1), 73-94. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1692-715X2005000100004](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2005000100004)

Robles, M. (2020). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) en adultos de 20 a 58 años de Puente Piedra, Lima, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47825/Robles\\_VSS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47825/Robles_VSS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Sánchez, J. (2013). *Escala de Bienestar psicológico*. TEA

Senado de la Universidad de Chile. (2021). *Salud mental de la comunidad universitaria en tiempos de pandemia*. Universidad de Chile.  
<https://www.uchile.cl/noticias/162266/salud-mental-de-la-comunidad-universitaria-en-tiempos-de-pandemia>

Serrano, C. (2018). *Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la unidad educativa municipal Eugenio Espejo, Pusuquí* [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio de la Universidad Central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/16515/1/T-UCE-0007-CPS-028.pdf>

Silva, R. (2012). *Resiliencia en estudiantes del V ciclo de educación primaria de una institución educativa del Callao* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio de la Universidad San Ignacio de Loyola.  
[http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1327/1/2012\\_Silva\\_Resiliencia%20en%20estudiantes%20del%20V%20ciclo%20de%20educaci%C3%B3n%20primaria%20de%20una%20instituci%C3%B3n%20educativo%20del%20Callao.pdf](http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1327/1/2012_Silva_Resiliencia%20en%20estudiantes%20del%20V%20ciclo%20de%20educaci%C3%B3n%20primaria%20de%20una%20instituci%C3%B3n%20educativo%20del%20Callao.pdf)

Valerio, G., & Serna, R. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista electrónica de investigación educativa*, 20(3), 19–28.

[https://www.researchgate.net/publication/327534469\\_Redес\\_sociales\\_y\\_bien\\_estar\\_psicologico\\_del\\_estudiante\\_universitario](https://www.researchgate.net/publication/327534469_Redес_sociales_y_bien_estar_psicologico_del_estudiante_universitario)

Vielma, J., & Leonor, A. (2010). The study of subjective psychological well-being. A brief theoretical review. *Journal Educere*, 14(49), 265–275.  
<https://www.redalyc.org/pdf/356/35617102003.pdf>

Villalobos, A. (2009). *Desarrollo de una medida de resiliencia para establecer el perfil psicosocial de los adolescentes resilientes que permita poner a prueba el modelo explicativo de resiliencia basado en variables psicosociales* [Tesis de pregrado, Universidad de Costa Rica]. Repositorio de la Universidad de Costa Rica. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/textos/tesis11.pdf>

Wagnild, G., & Young, H. (1993). *Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER)*.  
<http://www.psico-system.com/2013/01/escala-de-resilienciade-wagnild-y-young.html>.

Zavaleta, A. (2021). *Resiliencia y felicidad en becarios de una universidad privada de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.  
[https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/654808/ZavaletaG\\_A.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/654808/ZavaletaG_A.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

## ANEXOS

### ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>¿Qué relación existe entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur?</p>	<p><b>General</b> Determinar la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur.</p> <p><b>Específicos:</b> (OE1) Identificar los niveles del bienestar psicológico y sus dimensiones en estudiantes universitarios de Lima-Sur. (OE2) Identificar los niveles de la resiliencia y sus dimensiones en estudiantes universitarios de Lima-Sur. (OE3) Identificar la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur. (OE4) Establecer la relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur. (OE5) Establecer la relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones de la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur.</p>	<p><b>General</b> Existe relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur.</p> <p><b>Específicos:</b> (HE<sub>1</sub>) Existe relación entre bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur. (HE<sub>2</sub>) Existe relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur. (HE<sub>3</sub>) Existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones de la resiliencia en estudiantes universitarios de Lima-Sur.</p>	<p><b>V1: Bienestar psicológico</b> D1: Aceptación/control D2: Autonomía D3: Vínculos D4: Proyectos</p> <p><b>V2: Resiliencia</b> D1: Perseverancia D2: Sentirse bien solo D3: Confianza en sí mismo D4: Ecuanimidad D5: Satisfacción personal</p>	<p><b>Tipo:</b> Correlacional</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental</p> <p><b>Corte:</b> Transversal</p> <p><b>Población:</b> estudiantes de ambos sexos con edades entre 16 a 55 años, pertenecientes del I al XI ciclo de diversas universidades de Lima-Sur, del semestre académico 2021 y 2022.</p> <p><b>Muestra:</b> 320</p> <p><b>Muestreo:</b> no probabilístico por conveniencia.</p> <p><b>Instrumentos:</b> <b>V1:</b> Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-A (Casullo, 2002). <b>V2:</b> Escala de Resiliencia ER (Wagnild y Young, 1993).</p>

## ANEXO 2: OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala
Bienestar psicológico	Se entiende como la capacidad de una persona para reconocer sus éxitos pasados, presentes y futuros, desde su propia perspectiva (Casullo, 2002).	La definición operacional del bienestar psicológico se va identificar gracias a la sumatoria Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) de Casullo (2002).	Aceptación/Control	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconocer el malestar</li> <li>- Aceptar equivocaciones</li> <li>- Encarar sus obligaciones</li> </ul>	2,11,13	Ordinal
			Autonomía	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresión de sus pensamientos</li> <li>- Poco influenciado</li> <li>- Toma de sus propias decisiones</li> </ul>	4,9,12	
			Vínculos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprecio de los demás</li> <li>- Apoyo de personas</li> <li>- Llevarse bien con otras persona</li> </ul>	5,7,8	
			Proyectos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saber qué hacer con su vida</li> <li>- Importancia sobre sus metas</li> <li>- Reconocimiento de logro de objetivos</li> <li>- Capacidad para pensar sus proyectos</li> </ul>	1,3,6,10	
Resiliencia	Es un rasgo positivo de la personalidad que permite a las personas afrontar el estrés y eventos negativos que afectan su calidad de vida (Wagnild y Young, 1993).	Se obtiene por medio de la suman todos los ítems de la Escala de resiliencia (ER) de Wagnild y Young (1993), la cual se agrupa en cinco dimensiones.	Perseverancia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Continuidad de lo planificado</li> <li>- Resolución de problemas</li> <li>- Disciplina</li> <li>- Seguimiento de planes</li> </ul>	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23	Ordinal
			Sentirse bien solo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Individualidad</li> <li>- Gusto por la independencia</li> </ul>	5, 3, 19	
			Confianza en sí mismo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Satisfacción de logros</li> <li>- Control de problemáticas</li> <li>- Percepción de seguridad</li> <li>- Transmitir seguridad</li> <li>- Dinamismo</li> </ul>	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24	
			Ecuanimidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Serenidad frente a las adversidades</li> <li>- Tranquilidad</li> </ul>	7, 8, 11, 12	
			Satisfacción personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Experiencias risibles y agradables</li> <li>- Percepción de una vida con significado</li> <li>- Aceptación de eventos incontrolables</li> </ul>	16, 21, 22, 25	

### ANEXO 3: INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN

#### ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO PARA ADULTOS (BIEPS-A)

Casullo, 2002; revisado por Dominguez-Lara, 2014

##### Introducción:

Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: –estoy de acuerdo– ni de acuerdo ni en desacuerdo – estoy en desacuerdo– No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con una cruz (aspa) en uno de los tres espacios.

Nº	Ítems	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo
1.	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
2.	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
3.	Me importa pensar qué haré en el futuro.			
4.	Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas.			
5.	Generalmente le caigo bien a la gente.			
6.	Siento que podré lograr las metas que me proponga.			
7.	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
8.	Creo que en general me llevo bien con la gente.			
9.	En general hago lo que quiero, soy poco influenciable			
10.	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
11.	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar			
12.	Puedo tomar decisiones sin dudar mucho			
13.	Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias.			

## ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

### Introducción:

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 preguntas 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. A continuación, se presentan las preguntas a responder:

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Indeciso	Parcialmente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
TD (1)	D (2)	PD (3)	I (4)	PA (5)	A (6)	TA (7)

N°	Ítems	TD	D	PD	I	PA	A	TA
14.	Cuando planifico algo lo realizo	1	2	3	4	5	6	7
15.	Soy capaz resolver mis problemas.	1	2	3	4	5	6	7
16.	Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.	1	2	3	4	5	6	7
17.	Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.	1	2	3	4	5	6	7
18.	Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).	1	2	3	4	5	6	7
19.	Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
20.	Generalmente me tomo las cosas con calma.	1	2	3	4	5	6	7
21.	me siento bien conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
22.	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	1	2	3	4	5	6	7
23.	Soy decidido(a).	1	2	3	4	5	6	7
24.	Soy amigo(a) de mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7
25.	Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
26.	Considero cada situación de manera detallada.	1	2	3	4	5	6	7

27.	Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.	1	2	3	4	5	6	7
28.	Soy autodisciplinado(a).	1	2	3	4	5	6	7
29.	Por lo general encuentro de que reírme.	1	2	3	4	5	6	7
30.	La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
31.	En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.	1	2	3	4	5	6	7
32.	Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista	1	2	3	4	5	6	7
33.	A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no.	1	2	3	4	5	6	7
34.	Mi vida tiene sentido.	1	2	3	4	5	6	7
35.	No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.	1	2	3	4	5	6	7
36.	Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
37.	Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
38.	Acepto que hay personas a las que no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

## **ANEXO 4: CONSENTIMIENTO INFORMADO**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Reciba usted un cordial saludo, mi nombre es Jonathan Jeferson Quispe Velarde, estudiante del X ciclo de la carrera de psicología. Me es grato dirigirme a usted solicitando su colaboración a través del llenado del presente cuestionario que es parte de la investigación "Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una universidad privada de villa el salvador, 2021". Su información brindada tendrá un fin exclusivamente de investigación y que su participación es voluntaria y anónima.

De antemano, le agradezco por su participación e información valiosa que usted brinda a la investigación.

## ANEXO 5: FORMULA ESTADÍSTICA PARA POBLACIONES INFINITAS

$$Muestra = \frac{Z^2 \cdot p \cdot (1 - p)}{c^2}$$

Donde:

Z = nivel de confianza (95%)

p = Probabilidad de éxito (0.5)

c = Margen de error (6%)

## ANEXO 6: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA

### *Distribución de la muestra de estudio*

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Varones	101	31.6
	Mujeres	219	68.4
Edad	16 a 18 años	123	38.4
	19 a 25 años	148	46.3
	26 a 55 años	49	15.3
Ciclo	I - IV	134	41.9
	V - VIII	75	23.4
	IX-XI	111	34.7

## ANEXO 7: VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

### *Validez de estructura por análisis factorial exploratorio*

Para poder determinar la validez de constructo de la Escala BIEPS-A se utilizó el análisis factorial exploratorio (*AFE*) con un método de mínimos cuadrados no ponderados, donde se encontró que un índice de Kaiser-Meyer-Olkin (*KMO*) de .785, con un Test de esfericidad de Bartlett significativo ( $X^2= 457.990$ ,  $gl=78$ ,  $p<.001$ ), resultados que demuestran la adecuación de la muestra utilizada para el análisis de las cargas factoriales.

*Matriz de cargas factoriales de la Escala BIEPS-A*

Ítems	Factor			
	1	2	3	4
1				.456
2	.581			
3				.392
4		.404		
5			.388	
6				.495
7			.306	
8			.363	
9		.333		
10				.389
11	.560			
12		.445		
13	.433			
Autovalor	4.639	1.433	1.305	1.069
Varianza explicada	35.682	11.027	10.038	8.223
Varianza acumulada	35.682	46.709	56.747	64.969

Se observa la matriz de cargas factoriales de la Escala BIEPS-A, donde se reconoce que los 4 factores cuentan con autovalores superiores a 1.00, confirmando

su pertenencia dentro del modelo, los cuales mantienen un 64.9% de la varianza explicada (*VEA%*), donde el primer factor explica el 36.6%, el segundo factor explica el 11.0%, el tercer factor explica 10.0% y el cuarto factor un 8.2% de la variable bienestar psicológico. Así mismo, se reconoce que los 13 ítems cuentan con cargas entre .333 a .581, las cuales son superiores al .30. Por todo ello, se identifica una evidencia respecto a la validez basada en el constructo.

### **Confiabilidad**

A continuación, se describen los resultados de confiabilidad por consistencia interna de la Escala BIEPS-A.

#### *Confiabilidad de la Escala BIEPS-A*

Dimensiones / Variable	Ítem	Alfa [IC 95%]
Aceptación / Control	3	.615 [.526, .703]
Autonomía	3	.550 [.462, .644]
Vínculos	3	.750 [.667, .839]
Proyectos	4	.774 [.691, .862]
Bienestar Psicológico	13	.842 [.753, .931]

Se observa que los valores del coeficiente alfa de Cronbach para la fiabilidad de las dimensiones oscilan entre un .550 a .774, lo cual demuestra que existen valores moderados ( $\alpha = .50$  a  $.70$ ) y altos ( $\alpha > .70$ ) de confiabilidad, tal como reconoce. Sin embargo, para la escala total se identifica un valor alto del alfa de Cronbach (0.842).

## ANEXO 8: VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE RESILIENCIA

### *Validez de estructura por análisis factorial exploratorio*

La validez de constructo de la Escala ER por medio del *AFE* con un método de mínimos cuadrados no ponderados determinó un índice de Kaiser-Meyer-Olkin superior al criterio mínimo de .70 ( $KMO=.893$ ), con un Test de esfericidad de Bartlett significativo ( $X^2= 1363.363$ ,  $gl=300$ ,  $p<.001$ ), resultados que demuestran la adecuación de la muestra utilizada para el análisis de las cargas factoriales.

*Matriz de cargas factoriales de la Escala ER*

Ítems	1	2	Factor 3	4	5
1	.431				
2	.445				
3		.795			
4	.452				
5		.523			
6			.421		
7				.483	
8				.756	
9			.359		
10			.411		
11				.658	
12				.552	
13			.636		
14	.604				
15	.616				
16					.401
17			.614		
18			.546		
19		.433			
20	.469				
21					.316
22					.350
23	.740				
24			.591		
25					.564
Autovalores	10.274	1.602	1.437	1.200	1.073
Varianza explicada	41.098	6.406	5.748	4.799	4.291
Varianza acumulada	41.098	47.504	53.253	58.051	62.342

Se observa la matriz de cargas factoriales de la Escala ER, donde se reconoce que las 5 dimensiones cuentan con autovalores superiores a la unidad, confirmando su pertenencia de cada uno dentro del modelo, los cuales mantienen un 62.3% de la varianza explicada (VEA%), donde el primer factor explica el 41.1%, el segundo factor explica el 6.4%, el tercer factor explica 5.7%, el cuarto factor un 4.8% y el último factor un 4.3% de la variable resiliencia. Así mismo, se reconoce que los 25 ítems tienen cargas entre .316 a .795, las cuales son superiores al .30 y confirman la existencia de cada ítem. Por todo ello, se identifica una adecuada validez basada en el constructo.

### **Confiabilidad**

A continuación, se describen los resultados de confiabilidad por consistencia interna de la Escala ER.

#### *Confiabilidad de la Escala de Resiliencia*

Dimensiones / Variable	Ítem	Alfa [IC 95%]
Perseverancia	7	.802 [.711, .893]
Sentirse bien solo	3	.730 [.645, .820]
Confianza en sí mismo	7	.818 [.731, .907]
Ecuanimidad	4	.634 [.542, .724]
Satisfacción personal	4	.687 [.598, .766]
Resiliencia	25	.937 [.846, .985]

Se observa que la mayoría de dimensiones (perseverancia, sentirse bien solo y confianza en sí mismo) tiene un valor alto del alfa de Cronbach debido a que supera el .70, sin embargo, existe dos dimensiones (ecuanimidad y satisfacción personal) con valores moderados ( $\alpha = .50$  a  $.70$ ). Por otro lado, para la escala total se identifica un valor alto del alfa de Cronbach (0.937), demostrando que el instrumento cuenta con una adecuada confiabilidad.

## ANEXO 9: DISTRIBUCIÓN DE DATOS DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

### Variable 1: Bienestar psicológico

#### Análisis descriptivo del bienestar psicológico y sus dimensiones

Dimensiones / Variable	<i>M</i>	<i>Mdn</i>	<i>Mo</i>	<i>DE</i>	<i>g</i> <sup>1</sup>	<i>g</i> <sup>2</sup>
Aceptación / Control	7.55	8.00	9	1.506	-1.017	0.292
Autonomía	6.84	7.00	8	1.580	-0.393	-0.606
Vínculos	7.57	8.00	9	1.530	-1.002	0.191
Proyectos	10.23	11.00	12	2.035	-1.096	0.229
Bienestar psicológico	32.19	34.00	36	5.433	-0.964	0.032

Nota: *M*= Media, *Mdn*= Mediana, *Mo*= Moda, *DE*= Desviación estándar, *g*<sup>1</sup>= asimetría, *g*<sup>2</sup>= curtosis.

Se observa una media (*M*) de 32.19 con desviación estándar (*DE*) de 5.43 para la escala a nivel global. En cuanto a las dimensiones se reconoce una mayor puntuación para proyectos (*M*= 10.23 y *DE*= 2.03) y menor en autonomía (*M*= 6.84 y *DE*= 1.58). Además, los valores de asimetría y curtosis se encontraron dentro del  $\pm 1.5$ , indicando una tendencia a la distribución normal.

### Variable 2: Resiliencia

Tabla 10

#### Análisis descriptivo de la resiliencia y sus dimensiones

Dimensiones / Variable	<i>M</i>	<i>Mdn</i>	<i>Mo</i>	<i>DE</i>	<i>g</i> <sup>1</sup>	<i>g</i> <sup>2</sup>
Perseverancia	33.55	36.00	37	8.417	-1.160	0.992
Sentirse bien solo	14.66	16.00	17	4.127	-1.057	0.485
Confianza en sí mismo	33.72	37.00	37 <sup>a</sup>	8.897	-1.121	0.727
Ecuanimidad	18.19	20.00	20	5.476	-0.866	-0.048
Satisfacción personal	19.71	21.00	22	5.185	-1.089	0.939
Resiliencia	119.83	129.50	139	29.366	-1.240	1.075

Nota: *M*= Media, *Mdn*= Mediana, *Mo*= Moda, *DE*= Desviación estándar, *g*<sup>1</sup>= asimetría, *g*<sup>2</sup>= curtosis.

Se observan los resultados descriptivos, reconociéndose una *M*= 119.83 y *DE*= 29.36 para la escala a nivel total, mientras que la dimensión con mayor puntuación fue perseverancia (*M*= 33.55 y *DE*= 8.42) y un menor promedio para sentirse bien solo (*M*= 14.66 y *DE*= 4.13). Además, los valores de asimetría y curtosis se encontraron dentro del  $\pm 1.5$ , indicando una tendencia a la distribución normal.

## ANEXO 10: ANÁLISIS INFERENCIALES DE LAS VARIABLES

### *Prueba de normalidad del bienestar psicológico, la resiliencia y sus dimensiones*

Dimensiones / Variable	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	p
Bienestar psicológico	0.165	320	.001
Aceptación / Control	0.236	320	.001
Autonomía	0.162	320	.001
Vínculos	0.218	320	.001
Proyectos	0.228	320	.001
Resiliencia	0.182	320	.001
Perseverancia	0.171	320	.001
Sentirse bien solo	0.214	320	.001
Confianza en sí mismo	0.195	320	.001
Ecuanimidad	0.167	320	.001
Satisfacción personal	0.160	320	.001

Se observan los resultados de la prueba de normalidad por medio del Kolmogorov-Smirnov (K-S) para el bienestar psicológico, la resiliencia y sus dimensiones, notándose un valor de significancia estadística menor al .05 para cada uno de los valores, lo que demuestra la existencia de una distribución no normal, permitiendo el uso de pruebas no paramétricas para el análisis de los resultados inferenciales.