



UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP

FACULTAD DE SALUD Y NUTRICIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN
PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN LA ASOCIACIÓN
CORAZÓN DE JESÚS EN ILAVE, 2020.”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR:

Bach. MAMANI APAZA, ELMER FAUSTO

LIMA – PERÚ

2020

ASESOR DE TESIS

Dr. NANCY MERCEDEZ CAPACYACHI OTÁROLA

JURADOS EXAMINADORES

Dra. MARCELA ROSALINA BARRETO MUNIVE
Presidente

Dra. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
Secretario

Dr. WILLIAM MIGUEL MOGROVEJO COLLANTES
Vocal

DEDICATORIA

A Dios por su amor infinito e iluminado a lo largo de todo mi estudio, por guiarme en cada paso de mi vida y guardarme ante la adversidad, por haberme acompañado en los momentos difíciles y por haberme dado la fortaleza y la salud para cumplir mis objetivos.

A mi padre Ignacio, que en vida fue el anhelo de motivación para culminar mi carrera profesional y sé que ahora está feliz, también a mi madre, por su amor y cariño.

De igual forma, a mis asesores de investigación del presente estudio, por su paciencia.

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darme la vida, salud y fortaleza para seguir adelante y estar firme en los senderos que él me ha mostrado, a fin de alcanzar mis objetivos y estar junto a su manto protector.

A mi Madre y a mi pareja, por su apoyo incondicional.

A mis profesores, por su dedicación y orientación en este camino de investigación.

A la universidad Privada Telesup que me brindó formación académica.

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre bienestar psicológico y la resiliencia en las personas con discapacidad, en la Asociación Corazón de Jesús en llave; mediante un estudio de nivel correlacional de corte transversal. Para medir el bienestar psicológico se aplicó como instrumento la Escala de Ryff, para la resiliencia, el instrumento de (ER) de Wagnild y Young. La muestra estuvo constituida por 64 personas con discapacidad de edades entre 18 y 65 años, los resultados indican que el 65,6% presenta un bienestar psicológico de nivel medio; sin embargo, el 51,6% demuestra un nivel bajo de resiliencia. De igual manera, se confirma que existe correlación entre bienestar psicológico y resiliencia en personas con discapacidad de la Asociación Corazón de Jesús en llave, 2020; puesto que, la Correlación de Pearson=, 248, lo cual, es mayor a .05. En los últimos años, se ha visto una mayor tendencia en las investigaciones sobre el bienestar psicológico y la resiliencia en las personas con discapacidad, para conocer sus capacidades, mejorar las relaciones con su entorno y tener buena adaptabilidad, debido a que es una población muy vulnerable. En las investigaciones realizadas sobre bienestar, este se considera un componente esencial de la salud, por otro lado, la resiliencia se caracteriza por la capacidad de resistir a las situaciones adversas, es variable a lo largo del tiempo, aunque implica un efecto duradero. La resiliencia es fruto de un proceso dinámico y depende de las características específicas de las situaciones estresantes de los individuos, así como de la interacción de la persona y su entorno humano.

Palabras clave: bienestar psicológico, resiliencia, persona con discapacidad.

ABSTRACT

In recent years, there is a greater tendency to investigate psychological well-being and resilience in people with disabilities, to know their capacities, to improve relationships with their environment and have good adaptability. Because they are a vulnerable population. In the reviews of well-being research carried out, it is considered an essential component of health, and resilience is characterized by the ability to resist adverse situations, it is variable over time, although it implies a lasting effect, it is the result of a dynamic process, and depends on the specific characteristics of stressful situations and individuals, as well as the interaction of the person and his human environment. The present study aimed to analyze the relationship between psychological well-being and resilience in people with disabilities in the association Corazón de Jesús in Ilave; through a cross-sectional correlational level study, the Ryff Scale for Resilience (ER) by Wagnild and Young was applied as an instrument to measure psychological well-being. The sample consisted of 64 people with disabilities between the ages of 18 to 65 years, the results indicate that 65.6% present a medium level psychological well-being; however, 51.6% show a low level of resilience. Similarly, it is confirmed that there is a correlation between psychological well-being and resilience in people with disabilities from the Corazón de Jesús Association in Ilave, 2020; because, the Pearson Correlation =, 248, which is greater than .05.

Keywords: Psychological well-being, resilience, person with disability.

ÍNDICE DE CONTENIDO

| | |
|--|-----------|
| CARÁTULA | i |
| ASESOR DE TESIS..... | ii |
| JURADOS EXAMINADORES..... | iii |
| DEDICATORIA | iv |
| AGRADECIMIENTO | v |
| RESUMEN | vi |
| ABSTRACT..... | vii |
| ÍNDICE DE CONTENIDO..... | viii |
| ÍNDICE DE TABLAS..... | xi |
| ÍNDICE DE FIGURA | xii |
| INTRODUCCIÓN | xiii |
| I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN | 15 |
| 1.1. Planteamiento de problema..... | 15 |
| 1.2. Formulación del problema de investigación | 16 |
| 1.2.1. Problema general | 16 |
| 1.2.2. Problemas específicos. | 17 |
| 1.3. Justificación del estudio..... | 17 |
| 1.3.1. Justificación teórico | 17 |
| 1.3.2. Justificación metodológica | 18 |
| 1.3.3. Justificación práctica | 18 |
| 1.4. Objetivos de la investigación. | 18 |
| 1.4.1. Objetivo general. | 18 |
| 1.4.2. Objetivos específicos. | 18 |
| II. MARCO TEÓRICO | 19 |
| 2.1. Antecedentes de la Investigación | 19 |
| 2.1.1. Antecedentes nacionales | 19 |
| 2.1.2. Antecedentes internacionales | 21 |
| 2.2. Bases teóricas de las variables | 24 |
| 2.2.1. Bienestar psicológico | 24 |
| 2.2.2. Resiliencia..... | 27 |

| | |
|--|-----------|
| 2.3. Definición de términos básicos | 31 |
| III. MÉTODOS Y MATERIALES | 34 |
| 3.1. Hipótesis de la investigación | 34 |
| 3.1.1. Hipótesis general..... | 34 |
| 3.1.2. Hipótesis específicas..... | 34 |
| 3.2. Variables del estudio | 34 |
| 3.2.1. Definición conceptual | 34 |
| 3.2.2. Definición operacional | 35 |
| 3.2.3. Matriz de operacionalización de variables..... | 36 |
| 3.3. Tipo y nivel de la investigación | 37 |
| 3.3.1. Tipo de investigación..... | 37 |
| 3.3.2. Nivel de investigación..... | 37 |
| 3.4. Diseño de la investigación | 37 |
| 3.5. Población y muestra de estudio..... | 38 |
| 3.5.1. Población | 38 |
| 3.5.2. Muestra | 38 |
| 3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos | 39 |
| 3.6.1. Técnicas de recolección de datos. | 39 |
| 3.6.2. Instrumentos de recolección de datos..... | 40 |
| 3.7. Métodos de análisis de datos | 42 |
| 3.8. Aspectos éticos | 43 |
| IV. RESULTADOS | 44 |
| 4.1. Análisis sociodemográfico en personas con discapacidad de asociación Corazón de Jesús..... | 44 |
| 4.2. Análisis descriptivo de las variables bienestar psicológico y resiliencia..... | 45 |
| 4.3. Prueba de normalidad | 55 |
| 4.4. Contrastación de las hipótesis según a los objetivos | 55 |
| V. DISCUSIÓN | 59 |
| VI. CONCLUSIONES | 62 |
| VII. RECOMENDACIONES..... | 63 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 64 |
| ANEXOS | 70 |
| Anexo 1: Matriz de consistencia | 71 |

| | |
|---|----|
| Anexo 2: Matriz de operacionalización | 73 |
| Anexo 3: Instrumentos | 74 |
| Anexo 4: Validación de instrumentos | 78 |
| Anexo 5: Matriz de datos | 84 |
| Anexo 6: Propuesta de valor..... | 86 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | | |
|-----------|--|----|
| Tabla 1. | Datos sociodemográficos según el sexo | 44 |
| Tabla 2. | Nivel de Bienestar Psicológico | 45 |
| Tabla 3. | Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Auto-aceptación .. | 46 |
| Tabla 4. | Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Relaciones positivas | 47 |
| Tabla 5. | Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Autonomía | 48 |
| Tabla 6. | Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Dominio del entorno | 49 |
| Tabla 7. | Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Crecimiento personal..... | 50 |
| Tabla 8. | Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: propósito en la vida..... | 51 |
| Tabla 9. | Análisis de frecuencias y porcentajes de Nivel de Resiliencia | 52 |
| Tabla 10. | Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Competencia personal..... | 53 |
| Tabla 11. | Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Aceptación de uno mismo y de la vida..... | 54 |
| Tabla 12. | Prueba de Normalidad de Kolmogorov-Smirnov | 55 |
| Tabla 13. | Correlación entre variables Bienestar Psicológico y Resiliencia | 55 |
| Tabla 14. | Según, al primer objetivo específico: Identificar la relación entre auto- aceptación y competencia personal | 56 |
| Tabla 15. | Según, al segundo objetivo específico: Identificar la relación entre dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida | 57 |
| Tabla 16. | Según, al tercer objetivo específico: Conocer la relación entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo | 57 |
| Tabla 17. | Según, al cuarto objetivo específico: Identificar la relación entre el crecimiento personal y la competencia personal | 58 |

ÍNDICE DE FIGURA

| | |
|---|----|
| Figura 1. Datos sociodemográficos según el sexo | 44 |
| Figura 2. Nivel de Bienestar Psicológico | 45 |
| Figura 3. Porcentajes de la dimensión: Auto-aceptación..... | 46 |
| Figura 4. Porcentajes de la dimensión: Relaciones positivas | 47 |
| Figura 5. Porcentajes de la dimensión: Autonomía | 48 |
| Figura 6. Dominio del entorno | 49 |
| Figura 7. Crecimiento personal..... | 50 |
| Figura 8. Propósito en la vida | 51 |
| Figura 9. Nivel de Resiliencia | 52 |
| Figura 10. Porcentajes de la dimensión: Competencia personal..... | 53 |
| Figura 11. Aceptación de uno mismo y de la vida | 54 |

INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico y la resiliencia son algunos de los elementos de la felicidad humana, los cuales, permitirán la adaptabilidad en todos los sentidos. Las personas con discapacidad tienen dificultad para adaptarse a la vida y afrontar problemas o situaciones, ya que ellos desconocen cómo se manifiestan sus emociones.

Por ende, dicho estudio se realizó con el fin de permitir a las personas con discapacidad, conocer la relación entre bienestar psicológico y resiliencia, identificar la autoaceptación y competencia personal, tener dominio del entorno como también tener un propósito en la vida, tener un buen manejo de fortalezas y debilidades, para promover el bienestar y tener una buena adaptabilidad en la resiliencia. El estudio, se dará partiendo de los elementos de bienestar y la felicidad en todos los sentidos.

El propósito del presente estudio es, determinar la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en Personas con discapacidad en la Asociación Corazón de Jesús en llave, 2020.

Esta investigación permite conocer que el bienestar psicológico es significativo para mejorar la autoaceptación, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, relaciones positivas y crecimiento personal. También, permite afrontar la vida con sus adversidades, asimismo, proporciona informaciones relevantes que están orientadas a promover el fortalecimiento del bienestar psicológico.

El presente trabajo consta ocho capítulos: Capítulo I. Introducción, abarca la problemática de las personas con discapacidad, la formulación del problema, los problemas específicos, justificación del estudio y sus objetivos.

Capítulo II. Comprende el marco teórico, antecedentes nacionales e investigaciones internacionales sobre bienestar psicológico y resiliencia, bases teóricas de las variables, definiciones de términos básicos.

Capítulo III. Comprende los métodos y materiales, diseño de la investigación, población y muestra, además de los instrumentos que se utilizaron para la recolección de datos.

Capítulo IV. Comprende los resultados de la contratación de las hipótesis; capítulo V, comprende la discusión de variables e hipótesis; capítulo VI Conclusiones; capítulo VII, recomendaciones; capítulo VIII, bibliografías y capítulo VII, anexos.

I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento de problema

Las personas con discapacidad conforman uno de los grupos sociales más vulnerables del mundo y presentan una dificultad en la adaptación y aceptación positiva de su nueva vida, puesto que, es difícil determinar las deficiencias de una persona con discapacidad. En la mayoría de casos, los individuos mantienen pensamientos negativos de autoestima, que desfavorecen su salud mental, tales como, sentimientos de culpa e inferioridad al no aceptar la discapacidad, incluso existen familiares que no aceptan la discapacidad adquirida por su ser querido.

Es fundamental realizar el presente trabajo investigativo, ya que, el bienestar psicológico llega ser una de las capacidades individuales y colectivas más importante del ser humano, ya que, por medio de él se manifiestan los sentimientos, al interactuar con los demás y disfrutar de la vida. La Organización Mundial de la Salud, OMS, (2018), refiere que, “Más de mil millones de personas viven en todo el mundo con alguna forma de discapacidad; de ellas, casi 200 millones experimentan dificultades considerables en su funcionamiento” (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020).

En América Latina, el 21% de las mujeres presenta un bajo nivel de bienestar psicológico, principalmente en las relaciones positivas, autonomía y crecimiento personal (Burgos, et al., 2018). Uno de los factores impulsa las deficiencias descritas, son las barreras de la discapacidad, puesto que, afectan en muchos ámbitos de la vida, como puede ser, al encontrar trabajo, mantener relaciones afectivas, acceder a la cultura y la educación, llevar una vida social normal, entre otros. Ante tal trato, es un reto luchar cada día por la eliminación de estas barreras, a fin, de lograr un buen nivel de bienestar psicológico y resiliencia. En los años futuros, “la discapacidad será un motivo de preocupación aún mayor pues su prevalencia está aumentando” (OMS.2020).

En el Perú, las mismas luchas empezaron a organizarse en diferentes lugares de nuestro país, alrededor del siglo XX. Sin embargo, hoy en día, se encuentran con diversas dificultades de la discapacidad y una pésima percepción

de la sociedad, las cuales ocasionan desequilibrio en el bienestar psicológico, y como resultado limitan el desarrollo, crecimiento personal y la inclusión en la sociedad. Actualmente, en el Distrito de Ilave de la provincia el Collao, los miembros de la Asociación Corazón de Jesús” no son ajenos a estas dificultades, algunas veces son tratados como ciudadanos inferiores y se piensa que las barreras del rechazo de cierto público y algunas autoridades son las más habituales que encuentran las personas con discapacidad.

En la Asociación de Personas con Discapacidad están asociados otros fenómenos sociales, tales como: sentimientos de insatisfacción, decepción, frustración de no poder tomar decisiones y carencia de sentido a la vida que los limita a desarrollarse como ciudadanos comunes. En la Asociación de Personas con Discapacidad se existen sentimientos de insatisfacción y frustración, puesto que, en muchos casos la discapacidad les tocó vivir con alguna pérdida de miembros, tales como, no poder ver, caminar, hablar, escuchar, distrofia muscular, poliomielitis, epilepsia y distintas dolencias. No pueden tomar buenas decisiones, ya que, sus reclamos de presupuesto para la organización y otras necesidades no son escuchados por las autoridades. Sin embargo, existen otras barreras que son mucho más difíciles de superar, como el desequilibrio psicológico y el bajo nivel de resiliencia.

Frente a esta problemática de bienestar psicológico y resiliencia en las personas con discapacidad, se realiza la presente investigación, con el fin de mejorar la buena marcha de la organización, y el desarrollo personal de los asociados.

1.2. Formulación del problema de investigación

1.2.1. Problema general

PG. ¿Cuál es la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad de la Asociación Corazón de Jesús en Ilave, 2020?

1.2.2. Problemas específicos.

- PE 1. ¿Cuál es la relación entre Auto aceptación y Competencia personal en personas con discapacidad en la Asociación Corazón de Jesús en llave, 2020?
- PE 2. ¿Cuál es la relación entre Dominio del entorno y Aceptación de uno mismo y de la vida en personas con discapacidad en la Asociación Corazón de Jesús en llave, 2020?
- PE 3. ¿Cuál es la relación entre el Propósito en la vida y la Aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la asociación Corazón de Jesús en llave, 2020?
- PE 4. ¿Cuál es la relación entre Crecimiento personal y la Competencia personal en personas con discapacidad en la Asociación Corazón de Jesús en llave, 2020?

1.3. Justificación del estudio

Las personas con discapacidad dependen de un funcionamiento psicológico mental óptimo, se pone en juicio la estabilidad emocional para fomentar la adaptabilidad y enfrentar la adversidad en su vida cotidiana. Así mismo, Ryff y Keyes (1995), manifiestan que, es un constructo más amplio que la simple estabilidad de las emociones positivas a lo largo del tiempo, es decir, va más allá de la felicidad y se evalúa a partir del resultado de una determinada forma vivir. (Ryff y Keyes, 1995).

El propósito del estudio fue demostrar la relación existente entre bienestar psicológico y la resiliencia en las personas con discapacidad, el cual favorecerá a fomentar la estabilidad emocional y la adaptabilidad a las adversidades.

1.3.1. Justificación teórico

A nivel teórico, se presencian muchas teorías acerca de las variables de estudio. El estudio radica en la teoría de bienestar psicológico y resiliencia. Los autores Ryff, Wagnild y Young, nos permitirán conocer cuál es la importancia de las fortalezas y debilidades de las personas con discapacidad, a fin, de promover el bienestar y la adaptabilidad en la resiliencia. El estudio, se dará partiendo de los elementos de bienestar y felicidad en todos los sentidos, con la finalidad de llevar

un buen desarrollo, crecimiento personal y calidad de vida a las personas con discapacidad de la Asociación Corazón de Jesús.

1.3.2. Justificación metodológica

A nivel metodológico, para cumplir los objetivos de estudio, se acudió a los instrumentos que miden cada variable, los cuales serán revisados debidamente por expertos y contarán con la validez actualizada, ya que aportará a próximas investigaciones con características similares. Finalmente, todo lo mencionado dentro del estudio permitirá generar nuevas bases de conocimiento que servirán como antecedentes para futuras investigaciones.

1.3.3. Justificación práctica

A nivel práctico, favorecerá a la población de la Asociación Corazón de Jesús, porque proporcionará resultados sobre la situación actual de la Asociación, además, permitirá promover ejercicios para mejorar la autoaceptación, satisfacción, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, relaciones positivas y crecimiento personal. También brindará estrategias para afrontar las adversidades de la vida, asimismo, proporcionará informaciones relevantes que estarán orientadas a promover el fortalecimiento del bienestar psicológico.

1.4. Objetivos de la investigación.

1.4.1. Objetivo general.

OG. Determinar la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad en la Asociación Corazón de Jesús en Ilave, 2020.

1.4.2. Objetivos específicos.

OE 1. Identificar la relación entre Autoaceptación y Competencia personal en personas con discapacidad de la "Asociación Corazón de Jesús en Ilave, 2020.

OE 2. Identificar la relación entre Dominio del entorno y Aceptación de uno mismo y de la vida en personas con discapacidad de la Asociación Corazón de Jesús en Ilave, 2020.

OE 3. Identificar la relación entre el Propósito en la vida y la Aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la Asociación Corazón de Jesús en Ilave, 2020.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la Investigación

2.1.1. Antecedentes nacionales

Medina y Astrid (2020) en su tesis para optar el título de Licenciatura en Psicología, presentó el estudio titulado, “Bienestar psicológico y agresividad en adolescentes del distrito de San Martín de Porres- Lima, 2020”, el cual, tuvo como objetivo determinar la relación entre bienestar psicológico y agresividad. El tipo de investigación fue de tipo aplicada y diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 137 adolescentes, a quienes se les aplicó la escala de bienestar psicológico para jóvenes (BIEPS-J) y el cuestionario de agresión. Los resultados evidenciaron significativa inversa entre bienestar psicológico y agresividad. En conclusión, los adolescentes cuanto mayor nivel de bienestar psicológico presente, menor serán las conductas agresivas.

Lo más relevante de esta investigación es la variable de estudios Bienestar psicológico, obteniéndose como resultado entre bienestar psicológico y agresividad que, a mayor bienestar menor serán las conductas agresivas en los adolescentes.

Bustamante (2019) en su tesis para optar el título de Licenciatura en Psicología: “Resiliencia y bienestar psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario- Lima 2019”, ejecutó una investigación, con el objetivo de determinar la relación entre las variables de resiliencia y bienestar psicológico. El tipo de investigación fue descriptivo correlacional, en una muestra compuesta de 69 internas. Se aplicó la escala de resiliencia de Wagnild Young y la escala de BIEPS-A (Adultos) para medir el bienestar psicológico. Los resultados nos indican que, las puntuaciones más altas indican mayor nivel de autorrealización en el contexto psicológico positivo de la población general y a la vez, confirma que el entorno condiciona el bienestar psicológico de las personas; ya que el interno en prisión no tiene libertad para su autonomía, pues su comportamiento está condicionado a vivir bajo reglas con el fin moderar su conducta delictiva. En conclusión, existe relación positiva altamente

significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia, es decir, a mayor bienestar, mayor manifestación de satisfacción personal.

El antecedente descrito muestra relevancia porque las variables son semejantes a nuestro estudio, de igual forma, el tipo de investigación contribuirá en la discusión de nuestros resultados obtenidos.

Boza (2018), en su tesis para optar el título de Licenciatura en Psicología: “Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana – Lima 2018” ejecutó una investigación con el objetivo de relacionar el funcionamiento familiar y bienestar psicológico, en estudiantes universitarios de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Federico Villarreal. El tipo de investigación fue correlacional, La muestra estuvo conformado por 306 estudiantes. Se aplicó la Escala de bienestar psicológico de Carol Ryff y la Escala de evaluación de cohesión y adaptabilidad-FACES III. se obtuvo como resultado que el bienestar psicológico no presenta relación estadísticamente significativa en relación a la dimensión de adaptabilidad ($p > .05$), siendo los resultados ($r = .083$, $p = .145$) la correlación es muy baja o inexistente. En conclusión, los estudiantes presentan mayores porcentajes en el nivel alto de bienestar psicológico.

La relevancia de esta investigación está en la similitud de los instrumentos utilizados de bienestar psicológico de Carol Ryff, además, en su resultado no presenta significancia inexistente en la dimensión adaptabilidad.

González (2017), en su tesis de Licenciatura en Psicología “Resiliencia y bienestar psicológico en madres de hijos con trastorno del espectro autista de un centro de educación básica especial - Lima Sur 2017” desarrolló una investigación con el objetivo determinar la relación que existe entre la Resiliencia y el Bienestar Psicológico. El tipo de investigación fue descriptivo, comparativo y correlacional, con un diseño no experimental, estuvo conformado por 130 madres de hijos con trastorno del espectro autista de un centro de educación básica especial de Lima Sur. Se aplicó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo. Los resultados indicaron que existe una correlación altamente significativa, de tipo directa y de un nivel moderado ($\rho = .485$; $p < 0.01$)

entre las variables Resiliencia y Bienestar Psicológico. En conclusión, la resiliencia varía en función de los puntajes de Bienestar Psicológico que manifestaron las madres de hijos con trastorno del espectro autista.

Se considera este trabajo porque enfatiza la relación con los resultados y muestra una correlación altamente significativa en las variables Resiliencia y Bienestar psicológico en las madres de hijos con espectro autista.

Noguera (2017), en su tesis para optar su Licenciatura en Psicología: “Bienestar espiritual y resiliencia en estudiantes de dos Universidades de Lurigancho-Lima 2016” ejecutó una investigación teniendo como objetivo determinar el grado de influencia del bienestar espiritual sobre el nivel de resiliencia. El estudio fue de diseño no experimental, de alcance explicativo y de corte transversal. Estuvo conformado por 307 estudiantes universitarios de dos Universidades del Distrito de Lurigancho. Para la recolección de datos se aplicó la Escala de Bienestar Espiritual de Paloutzian y Ellison y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. En la investigación, se recomienda fortalecer la relación con Dios. En conclusión, se encontró el nivel de bienestar espiritual y en su dimensión religiosa una influencia significativa.

En esta investigación se resalta la variable de bienestar espiritual, ya que incrementa al cambio de adaptación de la resiliencia. El estudio también recomienda seguir fortaleciendo la relación con Dios.

2.1.2. Antecedentes internacionales

Brito y Ureche (2019) desarrollaron una tesis para optar el título Profesional de Psicólogo: “Resiliencia y bienestar en Estudiantes universitarios en Iberoamérica- Santa Marta, Colombia 2020” teniendo como objetivo caracterizar las investigaciones jurídicas sobre bienestar y resiliencia en estudiantes universitarios de Iberoamérica desde el 2015 hasta la fecha. El tipo de estudio fue cuantitativo, con una población de 6.337. En dicha investigación emplearon el instrumento de wagnild y Young (1993) y para evaluar el bienestar, el inventario de burnat de Maslach. Los resultados demostraron que no se encontró alguna relación significativa, como tampoco los valores que la integran. Esta condición se debe al rango de tiempo en años del 2015 y 2019, la edad de los incidentes de

universidades tanto públicas como privadas, las personas de comunidades se encuentran en su mayoría entre los 18 y 32 años, variación que implica que difícilmente se identifique en relaciones problemáticas de estudiantes universitarios. En conclusión, es necesario que cada estudiante universitario tenga presente que como persona posee un nivel de resiliencia para afrontar cualquier situación, y además, posee la capacidad de buscar su propio bienestar al momento de enfrentarse a las adversidades de la vida.

En el estudio que se presenta visualiza la importancia que posee los estudiantes universitarios para poder afrontar cualquier situación frente a la adversidad, como se busca el bienestar y enfrentar a la vida en los universitarios.

Alzugaray (2019) desarrolló una tesis doctoral para optar el título profesional de Doctorado en Psicología: “Resiliencia Comunitaria ante Adversidades Colectivas: Restaurando el Bienestar Psicosocial” teniendo como finalidad, evaluar la resiliencia individual y la resiliencia comunitaria en adolescentes que se encuentran en situación de exclusión social en dos contextos socioculturales. También tuvo el objetivo de explorar el concepto de Resiliencia, sus atributos, dimensiones y adversidades tanto naturales como socio-políticas, por medio de un estudio cualitativo en adolescentes en situación de desprotección social. El estudio fue cuantitativo, cualitativo y tridimensional. El instrumento se midió con la Escalas de Resiliencia Comunitaria V51 y V12 (Alzugaray de 51 y Resiliencia Individual (Trait Resilience Scale; Maltby, Day y Hall 2015). El estudio se ejecutó en adolescentes con alto riesgo de desprotección que están bajo supervisión de los Servicios Sociales, de edades entre 13 a 18 años. Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas por género en la muestra de Chile, de manera que, las mujeres puntúan más en la dimensión RE ($F(1,194) = 3.88, p = .05$) que los hombres. También hubo diferencias significativas por edad en esta misma muestra, las personas de 30 a 40 años presentan más BCS que los jóvenes de 18 a 29 años ($F(2,193) = 4.15, p = .017$). En Argentina, no se obtuvieron diferencias por género o edad ($ps > .22$). En conclusión, en este estudio existe correlaciones significativas y positivamente con dominio comunal; de bienestar subjetivo, tanto eudaimónico como general; integración social y relaciones positivas (bienestar social); así como con el clima socio-emocional positivo.

La relevancia de esta investigación radica en sus atributos y dimensiones frente a las adversidades de la variable de resiliencia, para mejorar las estrategias y sus capacidades en la comunidad de los adolescentes de estudio en situación de exclusión.

Padilla (2018) en su tesis para optar su Licenciatura en Psicología: “Resiliencia en los Estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Liceo Policial-Riobamba 2019” tuvo como objetivo, establecer los niveles y dimensiones de la resiliencia. Fue un estudio no experimental, con enfoque cuantitativo, de tipo transversal, nivel descriptiva correlacional. Los resultados fueron medidos con la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Participaron 84 estudiantes del bachillerato. Los resultados mostraron que, los adolescentes tienen un nivel bajo de resiliencia y en sus dimensiones representa al 13%, poseen un nivel alto de resiliencia, 22 estudiantes que representan el 26%, poseen un nivel medio y 51 estudiantes que representan al 61% poseen un nivel bajo de resiliencia. En conclusión, poseen un nivel bajo de resiliencia, es decir falta de capacidad para superar los eventos adversos, salir adelante a pesar de las dificultades y adaptarse positivamente a las situaciones difíciles.

Lo más relevante del estudio es que, los varones poseen niveles más altos de resiliencia que las mujeres en las dimensiones de satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, mientras que las mujeres presentan niveles más altos que los varones en la dimensión perseverancia.

Piña (2017) en su tesis para optar el título de Maestría en Psicología: “Bienestar psicológico y resiliencia en jóvenes universitarios, en Toluca, México” Tuvo como objetivo determinar el grado de relación entre resiliencia y bienestar psicológico, dado que los estudios universitarios pueden ser una importante fuente de estrés para los individuos. Enmarcando el estudio de determinar el grado de relación entre resiliencia y bienestar psicológico, se aplicó las escalas de bienestar psicológico de González (2013), la escala de resiliencia, de González-Arratia (2011), donde participaron 350 universitarios de diferentes universidades públicas de México, entre los 17 y 20 años de edad. Los resultados son coherentes con la teoría y especialmente con el problema planteado, en la medida en que, al parecer, se comportan de forma similar y en la misma dirección, siendo aun así más fuerte la asociación entre el bienestar psicológico y la resiliencia. En conclusión, se

evidenció que existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia, que les permitirán no sucumbir ante las adversidades diarias y enfrentar la vida de forma menos rigurosa.

Lo que más llamó la atención de las variables de estudio, fue la relación significativa positiva entre bienestar psicológico y resiliencia, cuyos indicadores serán útiles para no sucumbir ante las adversidades y enfrentar a la vida en los universitarios.

Moreta, Gabior, Barrera. (2017) en su tesis para optar el título profesional de psicología: “Bienestar psicológico, satisfacción con la vida, bienestar social, en estudiantes universitarios de psicología de la universidad pública y una cofinanciada – Ambato, Ecuador.” Llevaron a cabo un estudio cuyo propósito fue determinar la correlación entre bienestar psicológico y la satisfacción con la vida en el bienestar social en una muestra de estudiantes universitarios. La metodología del estudio fue descriptivo, correlacional predictiva. El instrumento se midió con la Escala de Likert. Dónde participaron 449 estudiantes de psicología, entre las edades comprendidas de 17 a 39 años. En los resultados, se halló una correlación entre la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico $r = .568$; $p < .00$. En conclusión, los resultados demuestran que el bienestar psicológico predice el bienestar social, por lo tanto hay relevancia en su dinámica. Existe relación entre bienestar psicológico, bienestar social y satisfacción con la vida en los estudiantes universitarios.

El presente estudio muestra relevancia con las variables, satisfacción con la vida y el bienestar psicológico, por lo cual demuestran que el bienestar psicológico es un predictor del bienestar social que ayuda a dinamizar la vida social.

2.2. Bases teóricas de las variables

2.2.1. Bienestar psicológico

Según Benatuil (2003), es la “manera en la que una persona estima su vida, incluyendo como componentes la satisfacción personal, el matrimonio, la ausencia de depresión y la experiencia de emociones positivas” (p.45).

Benatuil (2003) es la “satisfacción como un juicio cognitivo y la felicidad como experiencia afectiva positiva o negativa” (p.45).

Para, Romero, García y Brustad (2009) es “un constructo multidimensional cuyos ejes y dimensiones abarcan formas, tanto individuales como sociales respecto al individuo, la manera de estar con el mundo, la valoración que hace y el significado que otorga a su realidad” (p. 338).

Sin embargo, Velásquez, et al. (2008) indica que es “la percepción subjetiva que tiene un individuo respecto a los logros conseguidos por él, y su grado de satisfacción personal con sus acciones pasadas, presentes y futuras” (p.141).

Por ende, el bienestar viene dado principalmente porque se considera un componente esencial de la salud. Evaluar los niveles de bienestar, es evaluar niveles de salud, por lo que, en el trabajo sanitario enfocado en el sentido positivo, la evaluación del bienestar cobra una especial significación; por tanto, el bienestar psicológico expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo y posee un carácter subjetivo-vivencial. En este sentido, el bienestar surge del balance entre las expectativas (proyección de futuro) y los logros (valoración del presente) en las áreas de mayor interés para el ser humano, las cuales son: el trabajo, la familia, la salud, las condiciones materiales de vida, las relaciones interpersonales y afectivas con la pareja, entre otros. Esa satisfacción con la vida surge a punto de partida de una transacción entre el individuo y su entorno micro y macrosocial, donde se incluyen las condiciones objetivas materiales y sociales, que brindan al hombre determinadas oportunidades para la realización personal (García, López y Seuc, 2004).

Asimismo, el bienestar psicológico es un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, que precisa por su naturaleza subjetiva vivencial y que se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social, por ende, el bienestar posee elementos reactivos, transitorios, vinculados a la esfera emocional, y elementos estables que son expresión de lo cognitivo, de lo valorativo; ambos estrechamente vinculados entre sí y muy influidos por la personalidad como sistema de interacciones complejas. (García y Gonzáles, 2000).

2.2.1.1. Dimensiones de bienestar psicológico

- **Autoaceptación**

Posee una actitud positiva hacia sí mismo y acepta aspectos buenos y malos. Se siente positivos sobre la vida pasada (Ryff, 2014).

- **Relaciones positivas.**

Tiene relaciones cálidas, satisfactorias y de confianza con los demás; le preocupa el bienestar de otros. Es capaz de tener fuerte empatía, cariño e intimidad; entiende el toma y daca de las relaciones humanas (Ryff, 2014).

- **Autonomía**

Es auto determinante e independiente, capaz de resistir las presiones sociales para pensar y actuar. De cierta manera, regula el comportamiento desde adentro; se evalúa asimismo según los estándares personales (Ryff, 2014).

- **Dominio del entorno**

Tiene un sentido de dominio y competencia en la gestión del entorno, controla un conjunto de actividades externas, hace un uso efectivo de las oportunidades circundantes. Es capaz de elegir o crear contextos adecuados a las necesidades y valores personales (Ryff, 2014)

- **Crecimiento personal**

Es una sensación de desarrollo continuo; se ve a sí mismo como creciendo y expandiéndose; está abierto a nuevas experiencias; tiene sentido de darse cuenta de su potencial; ve mejoría en el comportamiento con el tiempo; está cambiando en formas que refleja el autoconocimiento y la efectividad (Ryff, 2014).

- **Propósito en la vida**

Tienen metas en la vida y un sentido de dirección; siente que hay significado para la vida presente y pasada; tiene creencias que dan propósito; tiene fines y objetivos para vivir (Ryff, 2014).

2.2.2. Resiliencia

Según, el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (2012) define a la resiliencia como “el proceso de familiarizarse positivamente ante la adversidad, trauma, tragedia, amenazas o incluso ante las fuentes significativas de estrés tales como problemas familiares y de relación, problemas serios de salud, el lugar de trabajo o dificultades financieras” (p.34).

Para, Navarro, Luciani y Juca (2017) es la “capacidad que tiene el ser humano para enfrentar, sobreponerse y fortalecerse de las situaciones difíciles o de adversidades que se le presenten en un momento determinado” (p. 165).

Por consiguiente, la resiliencia se caracteriza por un afrontamiento efectivo de los eventos estresantes, es la capacidad de resistir a la destrucción, es variable a lo largo del tiempo, aunque implica un efecto duradero, es fruto de un proceso dinámico, y depende de las características específicas de las situaciones estresantes y de los individuos, así como de la interacción de la persona y su entorno humano (Asensio, Magallón y García, 2017).

Por la cual, es decisivo el papel de la familia, la comunidad, la sociedad, como promotores de que surjan los recursos que tiene cada persona, y así posibilitar la autogestión del desarrollo personal y social; en este sentido, el desarrollo de la Resiliencia permite sobrepasar situaciones adversas que paradójicamente revelan los recursos de cada quien; asimismo, en el contexto de la Resiliencia, el riesgo y protección permanecen en constante movimiento, es decir, por ser el riesgo inherente a la vida, si hay un contexto de seguridad que pone límites aparece la protección para contrarrestar los efectos del riesgo; así, la persona puede aumentar su capacidad de defensa si ha contado con un apoyo sólido por parte de alguna persona cercana (García y Domínguez, 2012).

2.2.2.1. Acciones que permiten promover la resiliencia

El Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (2012) menciona las siguientes acciones que permiten promover la resiliencia:

- Fomentar la autoestima y el autocuidado. Ayudar a que el individuo reconozca sus necesidades y sentimientos, fomentar la participación en actividades que disfrute y encuentre relajantes, proponer que haga ejercicio con regularidad. Indicar que el cuidado de sí mismo ayuda a mantener la mente y cuerpo listos para enfrentarse a situaciones que requieren resiliencia.
- Invitar a que alcance sus metas y promover el desarrollo de planes realistas. Proponer la realización de alguna actividad en forma regular, incluso si parece un logro pequeño, que le permita moverse hacia sus metas, paso a paso y evitar dejarse llevar por impulsos.
- Promover la toma de acciones decisivas previa información. Hacer que la persona adolescente participe de la toma de decisiones sobre su salud y para ello brinde información, aclare dudas y ofrezca las opciones tanto para prevención como para tratamiento en los casos que sea necesario.
- Promover el buen relacionamiento con los miembros cercanos de la familia, amigos u otras personas importantes, así como estimular la aceptación de apoyo. Desarrollar y fortalecer las habilidades en comunicación contribuye a la resiliencia. También, proponer la participación en grupos cívicos, organizaciones religiosas u otros grupos locales, pues se ha visto que en algunas personas esto les provee sostén social y las ayuda a tener esperanza. Ayudar a los demás en sus momentos de necesidad, también fortalece al que lo hace.
- Proponer el autodescubrimiento, conocerse a sí mismo/a, buscar significado de su vida, establecer sus metas, sueños, aspiraciones y lo que considera que debe fortalecer.
- Ayudar a entender que las crisis son problemas superables. Si bien no se puede cambiar el hecho de que suceden los eventos altamente estresantes, sí se puede cambiar la forma de interpretar y responder a ellos. Ayudar e invitar a que mire más allá del presente y comience a pensar en el futuro.

- Contribuir a aceptar el cambio como parte de la vida. Algunas metas pueden no ser alcanzables como resultado de situaciones adversas. Aceptar las circunstancias que no se pueden cambiar puede ayudarle a concentrarse en las circunstancias que se pueden alterar.
- Ayudar a cultivar una visión positiva de sí mismo y promover el desarrollo de la confianza en su capacidad para resolver problemas y que confíe en sus instintos, como aspectos que ayudan a construir la resiliencia.
- Contribuir a mantener las cosas en perspectiva, incluso en momentos difíciles.
- Promover una actitud optimista y el sentido del humor, así también, una visión optimista le permitirá esperar que ocurran cosas buenas en la vida.

2.2.2.2. Habilidades que distinguen a una persona resiliente

De acuerdo a Marzek, et al. (1987, Citado por Palomar y Gómez, 2010) menciona 12 habilidades que distinguen a una persona resiliente, las cuales son:

- Respuesta rápida al peligro. Es la habilidad para reconocer las situaciones que ponen al sujeto en riesgo.
- Madurez precoz. Desarrollo de la capacidad de hacerse cargo de sí mismo.
- Desvinculación afectiva. Se refiere a separar los sentimientos intensos sobre uno mismo.
- Búsqueda de información. Se refiere a la preocupación por aprender todo lo relacionado con el entorno.
- Obtención y utilización de relaciones que ayuden a subsistir. Es la capacidad para crear relaciones que beneficien a la persona en momentos críticos.
- Anticipación proyectiva positiva. Se refiere a la capacidad de imaginar un futuro mejor al presente.
- Decisión de tomar riesgos. Es la habilidad de asumir la responsabilidad propia cuando se toman decisiones, incluso si la decisión tiene algún tipo de riesgo.
- La convicción de ser amado. Creer que se puede ser amado por los demás.
- Idealización del rival. La persona se identifica con alguna característica de su oponente.

- Reconstrucción cognitiva del dolor. Es la habilidad para identificar los eventos negativos de la forma que sea más aceptable.
- Altruismo. Se refiere al placer de ayudar a otros.
- Optimismo y esperanza. Es la disposición de tomar positivamente las cosas que podrían ocurrir en el futuro.

2.2.2.3. Antecedentes de tipo personal en la resiliencia

A continuación, se presentan los antecedentes más relevantes de la resiliencia de tipo personal:

- Relaciones interpersonales

Las relaciones interpersonales positivas son un requisito importante para el desarrollo de la resiliencia, tanto a nivel individual como de equipo, porque pueden ayudar a desarrollar, acumular y facilitar el acceso a recursos importantes, así como, reducir el impacto de las situaciones amenazantes y proveer información clarificadora que reduce la incertidumbre. Sin embargo, no todas las relaciones son igual de importantes para el desarrollo de la resiliencia. De hecho, algunas de las relaciones pueden facilitar y entorpecer el compartimiento de informaciones, los procesos de aprendizaje y el desarrollo de soluciones adaptativas para los problemas que se presentan (Meneghel, Salanova y Martínez, 2013).

- Auto eficiencia

De acuerdo con Bandura (1997, citado por Meneghel, et al., 2013) establece la relación resiliencia y autoeficacia exponiendo que las personas con un alto nivel de autoeficacia son más resilientes que cuando se enfrentan en condiciones adversas; ya que, las personas más auto eficaces mantienen elevadas creencias en sus capacidades para superar la adversidad; esa relación se da a través de la autorreflexión, porque habitualmente, los éxitos llegan tras llevar a cabo esfuerzos renovados después de intentos fracasados, por esa razón es de gran importancia la eficacia personal en el desarrollo de la resiliencia.

- **Emociones positivas**

Tienen el potencial para calmar la excitación autonómica generada por las emociones negativas y ampliar la atención de la persona, así como su pensamiento y los repertorios conductuales, lo cual, contribuye a las personas más resilientes. Las personas resilientes utilizan estrategias para obtener emociones positivas y regular las situaciones emocionales negativas, es ahí, que las emociones positivas conducen a niveles más altos de resiliencia. La resiliencia genera emociones positivas, de manera que, ante situaciones estresantes, las personas más resilientes generan y emplean las emociones positivas para hacerle frente (Meneghel, Salanova y Martínez, 2013).

2.3. Definición de términos básicos

Adaptabilidad. Capacidad para resolver problemas y reaccionar de manera flexible a las exigencias cambiantes e inconstantes del ambiente. Es decir, es la capacidad para acomodarse a los cambios sin que ello redunde en una reducción de la eficacia y el compromiso. (Tejedor, Hontagas, y Petrides 2018).

Auto-eficiencia. Es la percepción de sí mismo positiva y la confianza en sus cualidades y posibilidades (Uriarte, 2014).

Autonomía. Es el sentido de la propia identidad, la habilidad para actuar independientemente y al control de elementos del propio ambiente. Es resistir a las presiones sociales (Alvares, 2019).

Bienestar psicológico. Resultado de la autoevaluación que realiza un individuo a sus experiencias y condiciones de vida en términos positivos (Carranza, Hernández y Quispe, 2017).

Crecimiento personal. Es el desarrollo del potencial humano, a través de nuevas experiencias y mejoras. Una persona que obtiene puntuaciones altas tiene sensación de continuo desarrollo, se ve como alguien que crece y se expande, se encuentra abierta a nuevas experiencias; por lo que observa progreso tanto en su forma de ser y en sus comportamientos a lo largo del tiempo, a partir de ello, refleja mayor efectividad y conocimiento de sí mismo (Alvares, 2019).

Competencia personal. Conjunto de capacidades, conductas y estrategias, que permiten a la persona construir y valorar su propia identidad, actuar competentemente, relacionarse satisfactoriamente con otras personas y afrontar las demandas, los retos y las dificultades de la vida, pudiendo así adaptarse (García del Castillo, et al 2016).

Dominio del entorno. Evalúa la capacidad de la persona para crear o seleccionar entornos que fortalezcan sus deseos y necesidades personales. Ello se logra a partir de actividades físicas o mentales en relación a los valores y necesidades, utilizando de manera efectiva las oportunidades del contexto (Alvares, 2019).

Discapacidad. Es un término general que abarca las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación. Las deficiencias son problemas que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad son dificultades para ejecutar acciones o tareas, y las restricciones de la participación son problemas para participar en situaciones vitales. (OMS).

Iniciativa. Es la capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos (Maute, et al., 2009).

Optimismo. Es una fortaleza psicológica y un factor protector ante las dificultades (Uriarte, 2014).

Propósito en la vida. Son las metas en la vida y un sentido de dirección; siente que hay significado para la vida presente y pasada; tiene creencias que dan propósito; tiene fines y objetivos para vivir (Ryff, 2014).

Relaciones positivas. Capacidad de mantener relaciones cercanas con los demás, teniendo como base la confianza y la empatía; se relaciona también con el nivel de preocupación por el bienestar de los demás (Alvares, 2019).

Resiliencia. Es el proceso mediante el cual las personas realizan una integración positiva, a pesar de las dificultades y limitaciones. Capacidad de la persona para hacer las cosas bien pese a las circunstancias adversas, lo cual implica una capacidad de resistencia y una facultad de construcción positiva (Uriarte, 2014).

Vínculos sociales. Los vínculos sociales constituyen uno de los ejes principales sobre los cuales se estructura el pensamiento sociológico, en la medida en que

retoman el problema central sobre el cual se conforma la vida en sociedad, es decir, a partir del tipo de intercambios que llevan a cabo los individuos (Sánchez 2008).

Vulnerabilidad. Son características específicas de las personas o colectivos que se ubican en una situación de desventaja frente a los demás (Pérez, 2020).

III. MÉTODOS Y MATERIALES

3.1. Hipótesis de la investigación

3.1.1. Hipótesis general

HG. Existe relación positiva entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad en la Asociación Corazón de Jesús en llave, 2020.

3.1.2. Hipótesis específicas

HE 1. Existe relación positiva entre autoaceptación y competencia personal en Personas con discapacidad en la “Asociación Corazón de Jesús en llave, 2020

HE 2. Existe relación positiva entre dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida en Personas con discapacidad de la “Asociación Corazón de Jesús” en llave, 2020

HE 3. Existe relación positiva entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la asociación Corazón de Jesús en llave, 2020.

3.2. Variables del estudio

3.2.1. Definición conceptual

3.2.1.1. Definición conceptual de bienestar psicológico

Es el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo (Cortez, 2016).

3.2.1.2. Definición conceptual de resiliencia

Capacidad de superar los eventos, y ser capaz de tener un desarrollo exitoso a pesar de circunstancias muy adversas (Becoña,2006).

3.2.2. Definición operacional

3.2.2.1. Definición operacional de bienestar psicológico

Manifiesta el proceso de comportamiento y actitudes para remontar el fracaso, para identificar la capacidad humana de desarrollarse psicológica y socialmente a pesar de vivir en contextos de riesgo, haciendo referencia tanto a individuos como a grupos capaces de sobreponerse a contextos desfavorecidos. El Bienestar psicológico se evaluó mediante la Escala de Bienestar Psicológico Ryff (Alvares 2019) con 29 ítems, que comprende de seis dimensiones:1.- Autoaceptación, 2.-Relaciones Positivas, 3.-Autonomía, 4.-Dominio del entorno, 5.- Crecimiento Personal, 6.-Proposito en la Vida.

3.2.2.2. Definición operacional de resiliencia

La Resiliencia fue evaluado mediante la Escala de Resiliencia (ER) Wagnild & Young (Gómez 2019) con 25 ítems, que comprende de dos dimensiones:1.- Competencia personal con 15 ítems, 2. Aceptación de uno mismo y de la vida que comprende de 10 ítems.

3.2.3. Matriz de operacionalización de variables

| Matriz de operacionalización de variables | | | | | | |
|---|--|--|---|---|---|--|
| Variable | Definición Conceptual | Definición operacional | Dimensiones | Definición conceptual | Indicadores | Escala índice valorización |
| Bienestar psicológico | Es el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo (Cortez, 2016). | Comprende fomentar acerca de las fortalezas y virtudes humanas así como el afecto que tiene en la vida de las personas y la sociedad en la cual se desarrollan | Autoaceptación | Dominio propio de su vida y la aceptación de sí mismo (Jensen y Faedda 2011). | Aceptación de los errores Encaminar los problemas Tener gusto consigo mismo | Bajo=1 |
| | | | Relaciones positivas | Capacidad de mantener confianza y empatía con los demás (Alvarez,2019). | Crear entornos sociales Llevarse bien con los demás | Promedio=2 |
| | | | Autonomía | Es la capacidad de sostener la propia individualidad en diferentes contextos (Domínguez, 2014). | Conocer tus amistades Expresar los sentimientos Tomar decisiones | Alto=3 |
| | | | Dominio del entorno | Es la capacidad para establecer buenos vínculos con los demás (Jensen y Faedda 2011). | Me siento realizado Capacidad de lograr mis objetivos | |
| | | | Crecimiento personal | Es contar con metas y proyectos de vida, considerar que la vida tiene significado (Casullo, 2002). | Crear entorno personal Cuento con el apoyo de los demás | |
| | | | Propósito en la vida | Capacidad de desarrollar su potencial, a través de nuevas experiencias y mejoras constantes (Alvarez,2019). | Progreso personal Las oportunidades están de mi lado | |
| Resiliencia | Capacidad de superar los eventos, y ser capaz de tener un desarrollo exitoso a pesar de circunstancias muy adversas (Becoña,2006). | Manifiesta el proceso de comportamiento y actitudes para remontar el fracaso | Competencia personal | Capacidad de asumir responsabilidades con independencia (Castilla, et al. 2016). | Perseverancia Sentirse bien solo Confianza en sí mismo | Muy alto=1 Alto=2 Bajo=3 Muy bajo=4 |
| | | | Aceptación de uno mismo y de la vida | Son facultades de aceptación del presente y futuro y continuar viviendo (Castilla, et al. 2016). | Ecuanimidad Satisfacción Personal | |

3.3. Tipo y nivel de la investigación

3.3.1. Tipo de investigación.

Es de tipo básica la investigación porque no tiene propósitos inmediatos, pues solo busca ampliar y profundizar el caudal del conocimiento científico. Su objeto solo las teorías científicas, según Carrasco (2005, citado por Charaja, 2011)

3.3.2. Nivel de investigación.

En la presente investigación se consideró el tipo de correlacional, porque tiene como finalidad “conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables de un contexto en particular” (Hernández, et al, 2010, p.81).

3.4. Diseño de la investigación

Diseño: No experimental, porque “son estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos” (Hernández, Fernández, Baptista, 2010, p.149).

De corte transversal, porque son “investigaciones que se recopilan datos en un momento único” (Hernández, et al, 2010, p.151).

El diagrama representativo de este diseño es:

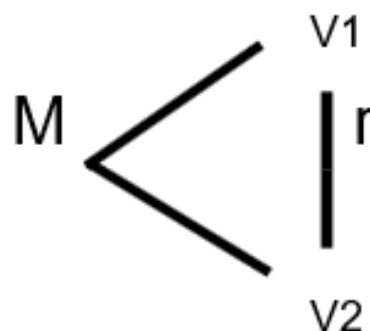
Donde:

V1 = variable: Bienestar psicológico

V2 = variable; Resiliencia

r = Relación entre las V1 y V2

M = Muestra



3.5. Población y muestra de estudio

3.5.1. Población

La población de estudio estuvo constituida por 96 personas con discapacidad, de la Asociación Corazón de Jesús del Distrito de Ilave de la provincia el Collao del departamento de Puno.

3.5.2. Muestra

Se obtiene una muestra representativa de la población es de 64 personas con discapacidad, de la Asociación Corazón de Jesús del Distrito de Ilave de la provincia el Collao del departamento de Puno.

Se empleó el método probabilístico, en la cual, Hernández, Fernández y Baptista (2010) menciona que es “el subgrupo de la población en el que todos los elementos de esta tienen la misma posibilidad de ser elegidos” (p. 176).

Se llegó a emplear la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{d^2 \cdot N + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

N = Población = 96

n = Muestra

d = Margen de Error = 5% = 0.05

Z = Nivel de Confianza = 95% \Rightarrow 1.96

p = Probabilidad de Éxito = 50% = 0.5

q = Probabilidad de Fracaso = 50% = 0.5

Reemplazando a la fórmula:

$$n = \frac{(1.96)^2(0.5)(0.5)(96)}{(0.05)^2(96) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

Se empleó: La muestra ajustada de factor de corrección finita.

$$\frac{n}{N} = \frac{77}{96} = 20\%$$

Reemplazado

$$n = \frac{n}{1 + \frac{n}{N}} = \frac{77}{1 + \frac{77}{96}} = 64$$

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.6.1. Técnicas de recolección de datos.

La técnica es un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo más amplio, del que se pretende explorar, describir, predecir y/o explicar una serie de características. Por ende, se ha aplicado la técnica de encuesta es ampliamente utilizada como procedimiento de investigación, ya que permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz. (Casas, et al., 2003).

- Para la variable Bienestar Psicológico se empleó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, para identificar el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo, en donde se considera un total de 29 preguntas, categorizándolo en 6 dimensiones.
- Para la variable Resiliencia se empleó la Escala de Resiliencia que evalúa sobre el proceso de comportamiento y actitudes para remontar el fracaso, están compuesta un total de 25 preguntas, categorizando en 2 dimensiones.

3.6.2. Instrumentos de recolección de datos

1) Ficha técnica de Bienestar psicológico

| | |
|-----------------------|---|
| Nombre | : Escala de Bienestar Psicológico de Ryff |
| Autor | : Carol D. Ryff |
| Año | : 1989 |
| Procedencia | : Estados Unidos |
| Adaptación al español | : Días et al. 2006 |
| Adaptación Peruana | : Cubas 2003 |
| Aplicación | : A partir de 18 a 72 años |
| Forma de aplicación | : Individual y colectiva |
| Tiempo de aplicación | : 20 a 25 minutos |
| Conformada | : por 29 ítems |
| Dimensiones | : 6 dimensiones |

Para la variable bienestar psicológico se llegó a emplear la escala de Carol D. Ryff, quien creó el instrumento de procedencia de Estados Unidos.

Cuyo objetivo del instrumento es evaluar el nivel de conciencia y aceptación, capacidad de mantener relaciones, el grado de personas que mantienen independencia, de tener metas en la vida y sentido de direccionalidad de edades de 18 a 72 años. A través de 29 reactivos, los cuales consta de seis componentes: Autoaceptación, Relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida. Los participantes tienen la posibilidad de responder: Totalmente en desacuerdo, muy de acuerdo, en desacuerdo, de acuerdo y Totalmente de acuerdo. Con un tiempo de 20 a 25 minutos y se pueden aplicar individual y grupal.

Para el contexto peruano fue adaptado por Cubas M., en el año 2003

Validez y confiabilidad.

Se ha tomado en consideración para la confiabilidad en un grupo de estudiantes de la universidad de Lima, de 397 estudiantes que comprende las edades 18, a 72 años. por medio de cálculo de alfa de Cronbach por consistencia

interna $\alpha=.82$ lo cual indica que es confiable el instrumento de bienestar psicológico. (Álvarez, 2019)

Para la validez de la escala de bienestar psicológico se ha considerado a dos expertos (Dr. Rosa Ester chirinos y Mg. José ríos Carcausto Vilcapaza) en la que llegaron a evaluar acerca de la pertinencia, relevancia y claridad.

2) Ficha técnica de Resiliencia

| | |
|----------------------|--|
| Nombre | : Escala de Resiliencia |
| Autor | : Wagnild, G. & Young, H. |
| Año | : 1993 |
| Procedencia | : Estados Unidos |
| Adaptación Peruana | : Angelina Cecilia Novella Coquis (2002) Universidad Nacional Mayor de San Marcos |
| Aplicación | : Adolescentes y Adultos |
| Forma de aplicación | : Individual y colectiva |
| Conformada | : 25 ítems, distribuido en 2 dimensiones |
| Tiempo de aplicación | : 25 a 30 minutos |

La variable Resiliencia ha sido evaluado mediante la escala de Resiliencia. cuyos autores del instrumento son Wagnild, G. y Young, H., quienes elaboraron en el año 1993 de procedencia de Estados unidos.

Cuyo propósito del instrumento evaluar las áreas de: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción en personas con discapacidad de edades de 18 a 72 años. A través de 25 ítems, los cuales consta dos dimensiones: Competencia Personal y Aceptación de uno mismo. Los participantes tienen la posibilidad de responder: Totalmente en desacuerdo, en desacuerdo, parcialmente desacuerdo, indiferente, parcialmente de acuerdo y Totalmente de acuerdo. Con un tiempo de 25 a 30 minutos y se pueden aplicar individual y grupal.

Para el contexto peruano fue adaptado por: Angelina Cecilia Novella en el año 2002.de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Validez y confiabilidad.

La propiedad psicométrica peruana se ha tomado en cuenta el trabajo desarrollado por Gómez (2019). de la Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú, con una población de 468 estudiantes que comprende entre las edades 18, a 25 años por medio análisis del coeficiente alfa de consistencia interna se obtiene el valor Cronbach $\alpha=.89$ lo cual indica que es fiable el instrumento de Resiliencia.

Asimismo, para su validación de la escala de bienestar psicológico se ha recurrido dos expertos (Dra. Rosa Ester chirinos y Mg. José ríos Carcausto Vilcapaza) en el área de expertos que evaluaron pertinencia, relevancia y claridad.

Por consiguiente, la aplicación de los dos instrumentenos mencionados se procedió pedir una solicitud de permiso al presidente de la Asociación Corazón de Jesús de personas con discapacidad , se diseñó a través de formulario Google y se mandó al wasap, para aplicarlo el proceso de aplicación de los instrumentos y también se realizó de forma presencial cumpliendo los protocolos de bioseguridad sugeridos por el ministerio de salud, en donde al socio se sugiere las indicaciones correspondientes y el objetivo de estudio, los datos de información será confidenciales y no serán divulgadas los resultados porque es netamente académicos y se procedió a evaluarlo.

3.7. Métodos de análisis de datos

Una vez recolectado la información se procedió a codificarla para un mejor orden y control con la finalidad de procesarlas, utilizando el paquete Estadístico versión SPPSS 24.0 versión español, que permitirá la obtención de un gran base de datos, tablas de frecuencias y procedió en el siguiente orden:

- Calificación individual de cada protocolo, evaluando los ítems en cada sujeto.
- Tabulación de resultados por cada ítem.
- Tabulación de resultados por cada variable.
- Tabulación de resultados por cada dimensión.
- Tabulación de resultados por indicadores.

3.8. Aspectos éticos

Para este proceso de investigación se buscó cumplir respetando las normas nacionales e internacionales del código de ética del psicólogo del Perú que hace mención sobre el consentimiento informado casos divulgación sobre los riesgos de los participantes sobre su privacidad sobre los intereses de la ciencia y la sociedad. Dándoles a conocer el propósito de estudio es confidencial su información.

Respeto al participante: que los participantes tienen derecho a decidir voluntariamente y ser informado y la privacidad anonimato de cuyos datos no serán divulgados a personas ajenas de valoración y calificación que serán netamente académico de investigación. (Código de Ética y Deontología, 2017)

IV. RESULTADOS

4.1. Análisis sociodemográfico en personas con discapacidad de asociación Corazón de Jesús.

Tabla 1.

Datos sociodemográficos según el sexo

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Femenina | 36 | 56,3 | 56,3 | 56,3 |
| Masculino | 28 | 43,8 | 43,8 | 100,0 |
| Total | 64 | 100,0 | 100,0 | |

*Fuente dentro de la tabla 1

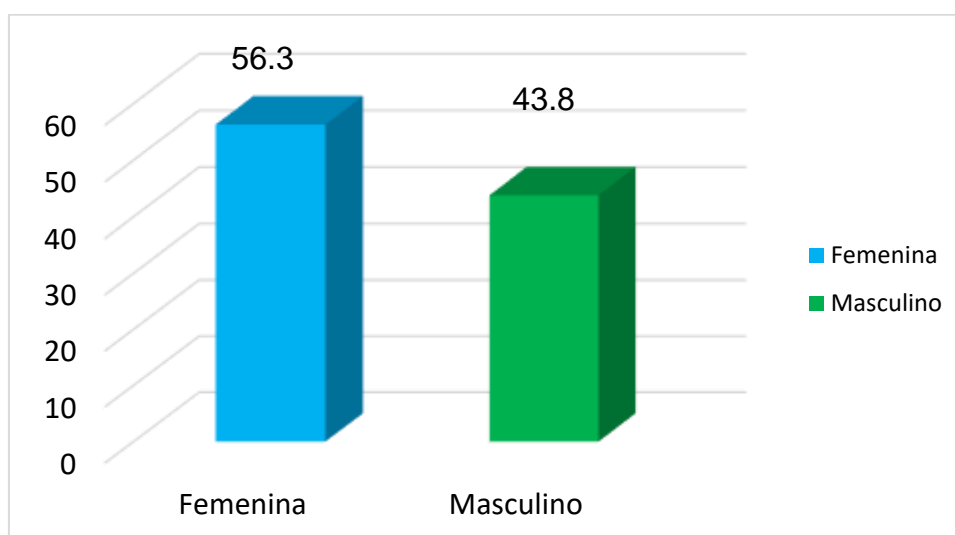


Figura 1. Datos sociodemográficos según el sexo

Fuente: Tabla 1

Interpretación:

En la tabla y el gráfico 1, se observa que, el 56.3% de la población son de género femenino y el 43.8 % son de género masculino.

4.2. Análisis descriptivo de las variables bienestar psicológico y resiliencia

Tabla 2.
Nivel de Bienestar Psicológico

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Bajo | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| Medio | 42 | 65,6 | 65,6 | 65,6 |
| Alto | 22 | 34,4 | 34,4 | 100,0 |
| Total | 64 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: Sistematización de datos de acuerdo a la muestra

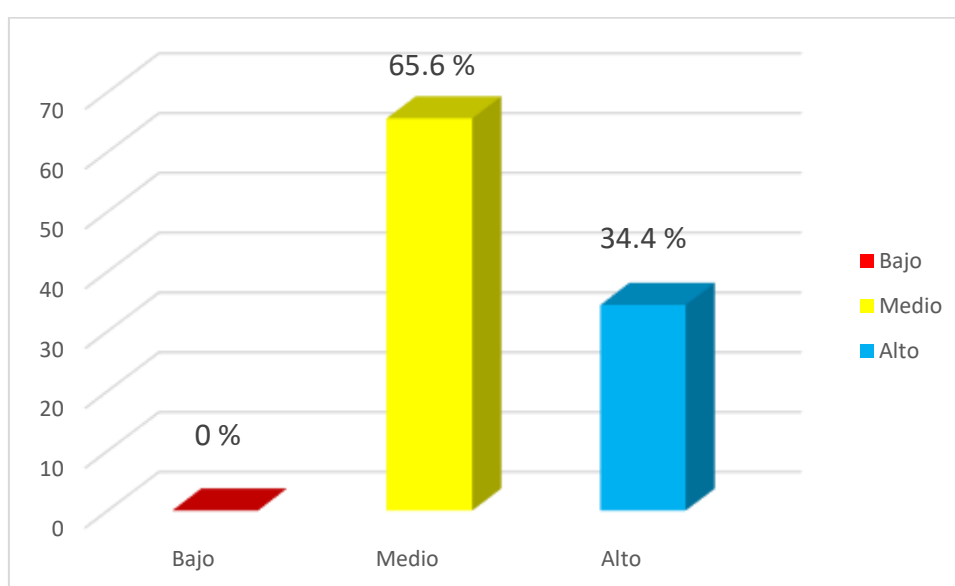


Figura 2. Nivel de Bienestar Psicológico

Interpretación:

En la tabla y el gráfico 2, se observa un porcentaje significativo de 65,6%(42) que corresponde al nivel medio; y el nivel alto = 34,4%(22), sin embargo, ninguna persona con discapacidad presenta niveles bajos en la dimensión de Bienestar psicológico.

Tabla 3.

Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Auto-aceptación

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Bajo | 40 | 62,5 | 62,5 | 62,5 |
| Medio | 24 | 37,5 | 37,5 | 100,0 |
| Alto | 0 | 0.0 | 0.0 | |
| Total | 64 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: Sistematización de datos de acuerdo a la muestra

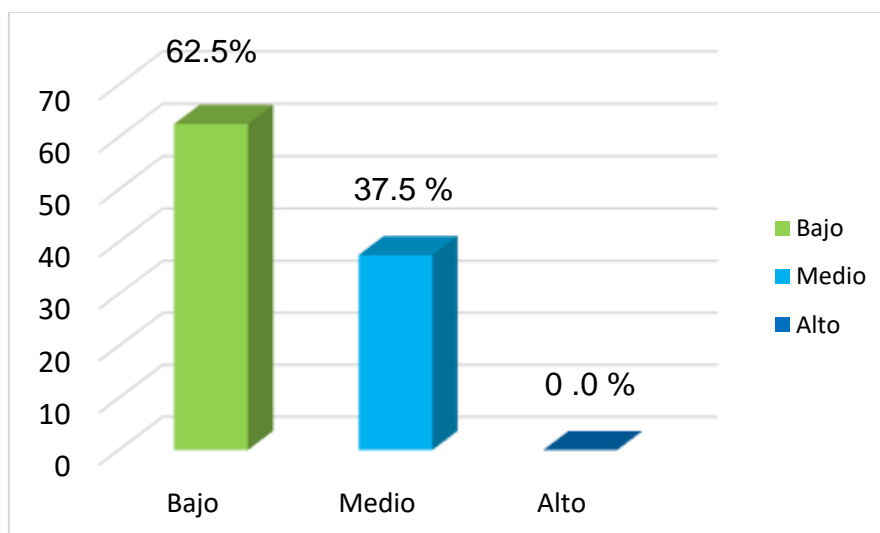


Figura 3. Porcentajes de la dimensión: Auto-aceptación

Fuente: Tabla 3

Interpretación:

En la tabla y el gráfico 3, se observa un porcentaje significativo de 62,5 % (40) que corresponde al nivel bajo; y el nivel medio = 37,5 % (24), sin embargo, ninguna persona con discapacidad presentó niveles altos en la dimensión de Auto-aceptación.

Tabla 4.

Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Relaciones positivas

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Bajo | 19 | 29,7 | 29,7 | 29,7 |
| Medio | 45 | 70,3 | 70,3 | 100,0 |
| Alto | 0 | 0,0 | 0,0 | |
| Total | 64 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: Sistematización de datos de acuerdo a la muestra

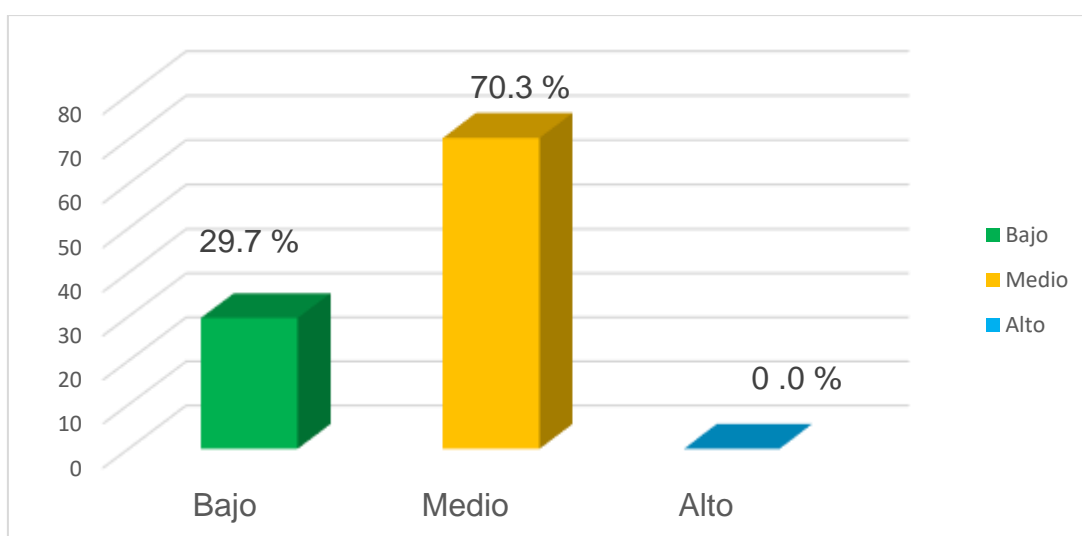


Figura 4. Porcentajes de la dimensión: Relaciones positivas

Fuente: Tabla 4

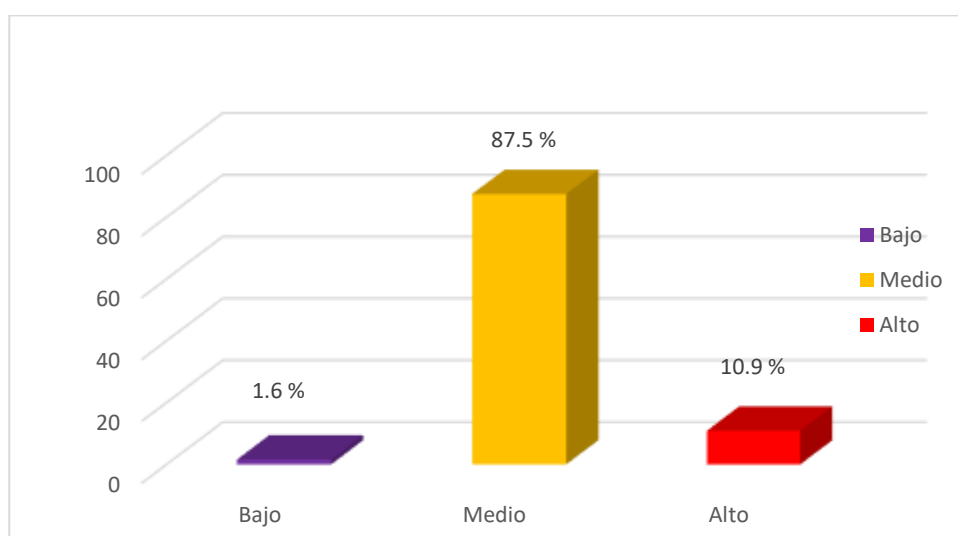
Interpretación:

En la tabla y el gráfico 4, se observa un porcentaje significativo de 70,3 % (45) que corresponde al nivel medio; y el nivel bajo = 29,7 % (19), sin embargo, ninguna persona con discapacidad presentó niveles altos en la dimensión de Relaciones positivas.

Tabla 5.

Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Autonomía

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|------------|----------------------|-------------------------|
| Bajo | 1 | 1,6 | 1,6 | 1,6 |
| Medio | 56 | 87,5 | 87,5 | 89,1 |
| Alto | 7 | 10,9 | 10,9 | 100,0 |
| Total | 64 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: Sistematización de datos de acuerdo a la muestra**Figura 5.** Porcentajes de la dimensión: Autonomía

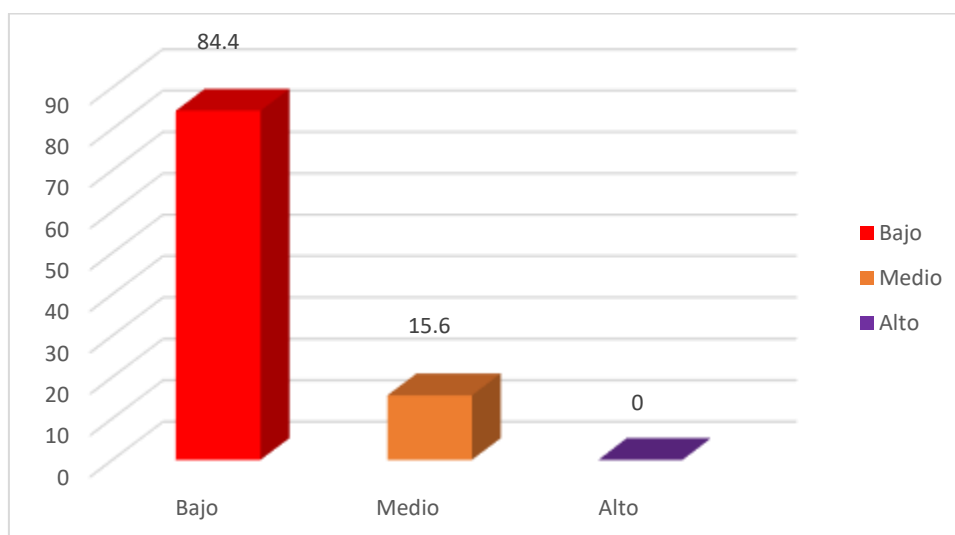
Fuente: Tabla 5

Interpretación:

En la tabla y el gráfico 5, se observa un porcentaje significativo de 87,5 % (56) que corresponde al nivel medio; seguido por el nivel alto = 10,9 % (7) y en el nivel bajo = 1,6 % (1) de personas con discapacidad, en la dimensión de Autonomía.

Tabla 6.*Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Dominio del entorno*

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Bajo | 54 | 84,4 | 84,4 | 84,4 |
| Medio | 10 | 15,6 | 15,6 | 100,0 |
| Alto | 0 | 0,0 | 0,0 | |
| Total | 64 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: Sistematización de datos de acuerdo a la muestra**Figura 6.** *Dominio del entorno*

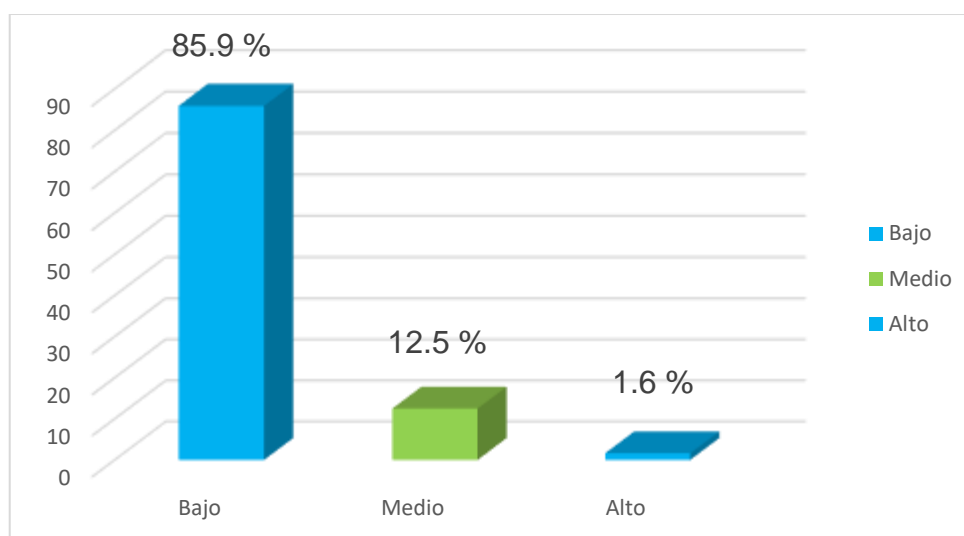
Fuente: Tabla 6

Interpretación:

En la tabla y gráfico 6, se observa un porcentaje significativo de 84,4 % (54) que corresponde al nivel bajo, seguido del nivel medio = 15,6 % (10), sin embargo, ninguna persona con discapacidad presentó niveles altos en la dimensión Dominio del entorno.

Tabla 7.*Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Crecimiento personal*

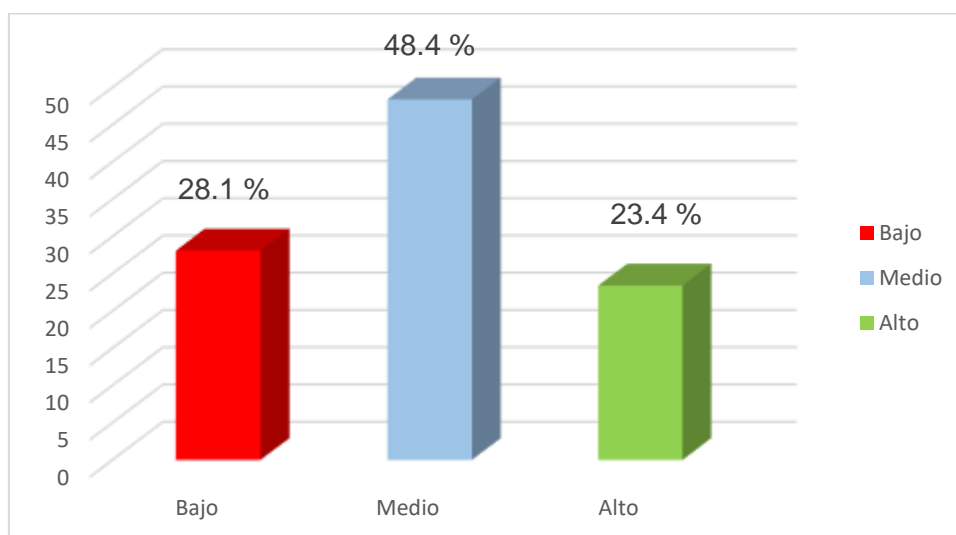
| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Bajo | 55 | 85,9 | 85,9 | 85,9 |
| Medio | 8 | 12,5 | 12,5 | 98,4 |
| Alto | 1 | 1,6 | 1,6 | 100,0 |
| Total | 64 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: Sistematización de datos de acuerdo a la muestra**Figura 7.** Crecimiento personal**Interpretación:**

En la tabla y el gráfico 7, se observa un porcentaje significativo de 85,9 % (55) que corresponde al nivel bajo; seguido por el nivel medio = 12,5 % (8) y en el nivel alto = 1,6% (1) de personas con discapacidad, en la dimensión Crecimiento personal.

Tabla 8.*Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: propósito en la vida*

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Bajo | 18 | 28,1 | 28,1 | 28,1 |
| Medio | 31 | 48,4 | 48,4 | 76,6 |
| Alto | 15 | 23,4 | 23,4 | 100,0 |
| Total | 64 | 100,0 | 100,0 | |

**Figura 8.** Propósito en la vida**Interpretación:**

En la tabla y el gráfico 8, se observa un porcentaje significativo de 48,4 % (31) que corresponde al nivel medio; seguido por el nivel bajo = 28,1 % (18) y en el nivel alto = 23,4% (15) de personas con discapacidad, en la dimensión Propósito en la vida.

Tabla 9.
Análisis de frecuencias y porcentajes de Nivel de Resiliencia

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Muy Bajo | 4 | 6,3 | 6,3 | 6,3 |
| Baja | 33 | 51,6 | 51,6 | 57,8 |
| Media | 20 | 31,3 | 31,3 | 89,1 |
| Alta | 4 | 6,3 | 6,3 | 95,3 |
| Muy alta | 3 | 4,7 | 4,7 | 100,0 |
| Total | 64 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: Sistematización de datos de acuerdo a la muestra

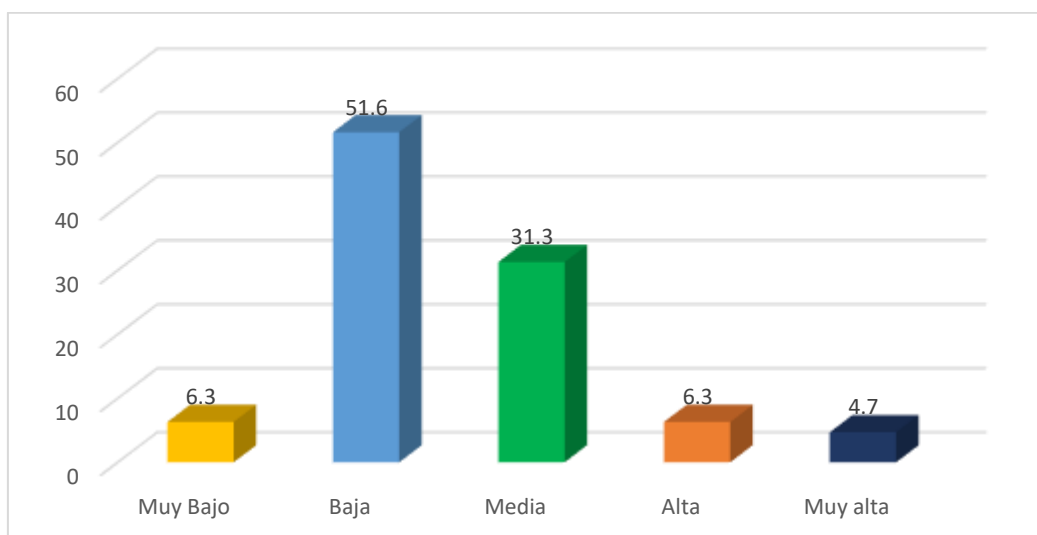


Figura 9. Nivel de Resiliencia

Interpretación:

En la tabla y el gráfico 9, se observa que, el mayor porcentaje significativo es de 51,6% sobre el indicador baja, seguido porcentaje es 31,3% sobre el indicador medio, seguido porcentaje es 6,3% sobre los indicadores alta y muy baja, y por último, un porcentaje de 4,7% sobre el indicador muy alta.

Tabla 10.

Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Competencia personal

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Baja | 2 | 3,1 | 3,1 | 3,1 |
| Media | 37 | 57,8 | 57,8 | 60,9 |
| Alta | 22 | 34,4 | 34,4 | 95,3 |
| Muy alta | 3 | 4,7 | 4,7 | 100,0 |
| Total | 64 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: Sistematización de datos de acuerdo a la muestra

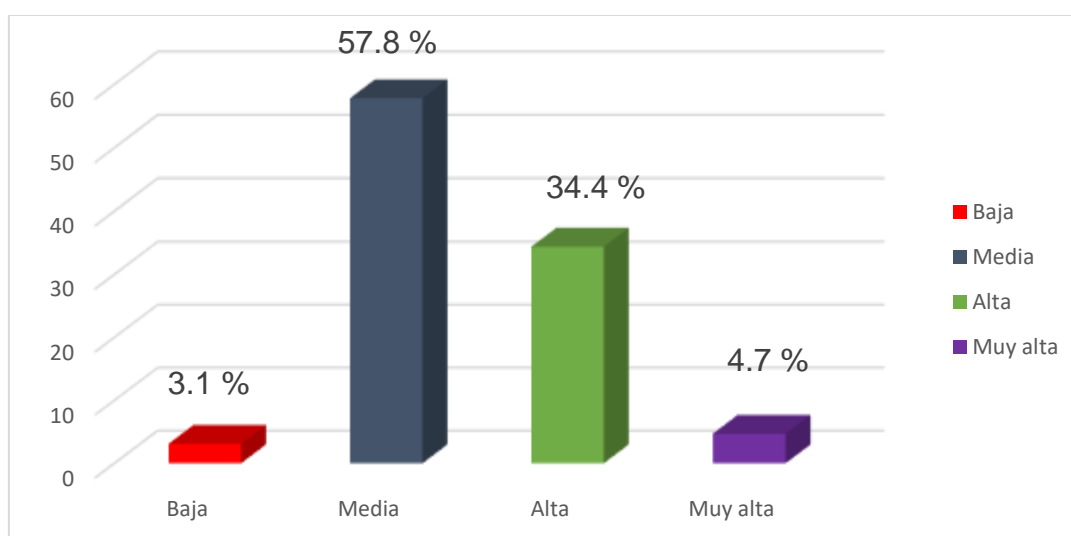


Figura 10. Porcentajes de la dimensión: Competencia personal

Fuente: Tabla 4

Interpretación:

En la tabla y el gráfico 10, se observa que, el porcentaje significativo es de 57,8 % (37) que corresponde al nivel medio; seguido por el nivel alto = 34,4 % (22), seguido por el nivel muy alto = 4,7 % (3) y en el nivel bajo = 3,1% (2) de personas con discapacidad, en la dimensión Competencia personal.

Tabla 11.

Análisis de frecuencias y porcentajes de la dimensión: Aceptación de uno mismo y de la vida

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Baja | 6 | 9,4 | 9,4 | 9,4 |
| Media | 30 | 46,9 | 46,9 | 56,3 |
| Alta | 22 | 34,4 | 34,4 | 90,6 |
| Muy alta | 6 | 9,4 | 9,4 | 100,0 |
| Total | 64 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: Sistematización de datos de acuerdo a la muestra

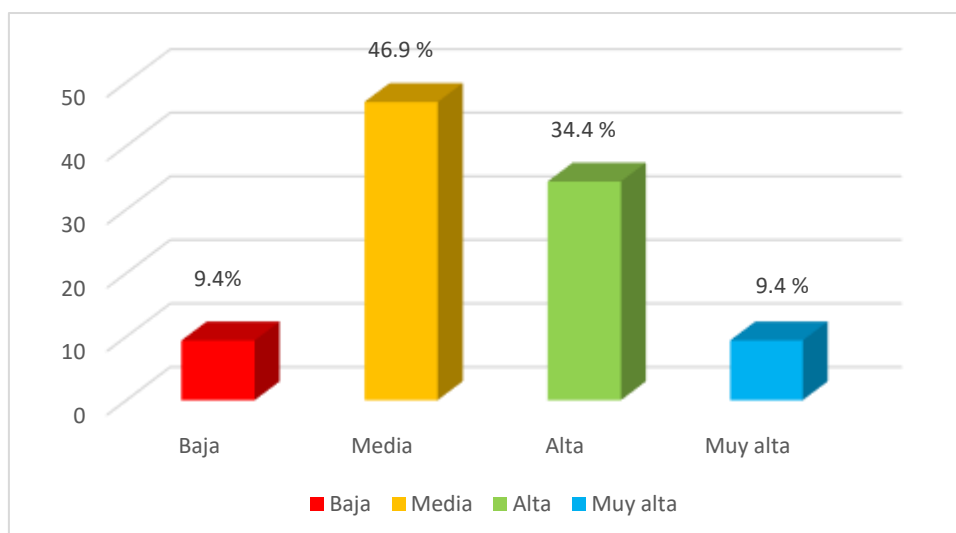


Figura 11. Aceptación de uno mismo y de la vida

Interpretación:

En la tabla y el gráfico 11 se observa que, el mayor porcentaje significativo es de 46,9 % (30) que corresponde al nivel medio; seguido por el nivel alto = 34,4 % (22) y por los niveles bajo, y muy alto = 9,4 % (6) de personas con discapacidad, en la dimensión Aceptación de uno mismo y de la vida.

4.3. Prueba de normalidad

Tabla 12.

Prueba de Normalidad de Kolmogorov-Smirnov

| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | |
|-----------------------|---------------------------------|----|------|
| | Estadístico | gl | Sig. |
| Bienestar psicológico | ,096 | 64 | ,200 |
| Resiliencia | ,102 | 64 | ,097 |

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 12, de acuerdo a la prueba de Kolmogorov-Smirnov, se obtuvieron valores mayores a 0.05, en las variables (Bienestar psicológico y Resiliencia), lo cual presenta distribución normal, por ende, se empleó la prueba estadística de Pearson, con el propósito de identificar la asociación entre ambas variables.

4.4. Contrastación de las hipótesis según a los objetivos

El objetivo general fue, determinar la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia

Tabla 13.

Correlación entre variables Bienestar Psicológico y Resiliencia

| | | Bienestar psicológico | Resiliencia |
|-----------------------|------------------------|-----------------------|-------------|
| Bienestar psicológico | Correlación de Pearson | 1 | ,248* |
| | Sig. (bilateral) | | ,048 |
| | N | 64 | 64 |
| Resiliencia | Correlación de Pearson | ,248* | 1 |
| | Sig. (bilateral) | ,048 | |
| | N | 64 | 64 |

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Interpretación

En la tabla 13, se observa $r = ,248^*$ y la $\text{Sig.} = .048$, estos valores indican que se encontró correlación moderada y significativa entre bienestar psicológico y la resiliencia, por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna. Es decir, cuando se demuestran niveles elevados de bienestar psicológico, se demuestra niveles altos de resiliencia.

Tabla 14.

Según, al primer objetivo específico: Identificar la relación entre auto-aceptación y competencia personal

| | | Auto- aceptación | Competencia personal |
|-------------------------|------------------------|---------------------|-------------------------|
| Auto- aceptación | Correlación de Pearson | 1 | ,252* |
| | Sig. (bilateral) | | ,045 |
| | N | 64 | 64 |
| Competencia personal | Correlación de Pearson | ,252* | 1 |
| | Sig. (bilateral) | ,045 | |
| | N | 64 | 64 |

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Interpretación

En la tabla 14, se observa $r = ,252^*$ y la $\text{Sig.} = .045$, estos valores indican que se encontró correlación moderada y significativa entre auto-aceptación y competencia personal, por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna. Es decir, cuando se demuestran niveles elevados de auto-aceptación, se demuestra niveles altos de competencia personal.

Tabla 15.

Según, al segundo objetivo específico: Identificar la relación entre dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida

| | | Dominio del entorno | Aceptación de uno mismo y de la vida |
|--------------------------------------|------------------------|---------------------|--------------------------------------|
| Dominio del entorno | Correlación de Pearson | 1 | ,282* |
| | Sig. (bilateral) | | ,024 |
| | N | 64 | 64 |
| Aceptación de uno mismo y de la vida | Correlación de Pearson | ,282* | 1 |
| | Sig. (bilateral) | ,024 | |
| | N | 64 | 64 |

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

*Fuente Tabla 6

En la tabla 15, se observa $r = ,282^*$ y la $Sig. = .024$, estos valores indican que se encontró correlación moderada y significativa entre dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida, por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna. Es decir, cuando se demuestran niveles elevados de dominio del entorno, se demuestran niveles altos de Aceptación de uno mismo y de la vida.

Tabla 16.

Según, al tercer objetivo específico: Conocer la relación entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo

| | | Propósito en la vida | Aceptación de uno mismo y de la vida |
|--------------------------------------|------------------------|----------------------|--------------------------------------|
| Propósito en la vida | Correlación de Pearson | 1 | ,246* |
| | Sig. (bilateral) | | ,050 |
| | N | 64 | 64 |
| Aceptación de uno mismo y de la vida | Correlación de Pearson | ,246* | 1 |
| | Sig. (bilateral) | ,050 | |
| | N | 64 | 64 |

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

En la tabla 16, se evidencia $r = ,246^*$ y la $Sig. = .050$, estos valores indican que se encontró correlación moderada y significativa entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo, por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna. Es decir, cuando se demuestran niveles elevados de propósito en la vida, se demuestran niveles altos de Aceptación de uno mismo y de la vida.

Tabla 17.

Según, al cuarto objetivo específico: Identificar la relación entre el crecimiento personal y la competencia personal

| | | Crecimiento personal | Competencia personal |
|----------------------|------------------------|----------------------|----------------------|
| Crecimiento personal | Correlación de Pearson | 1 | ,328** |
| | Sig. (bilateral) | | ,008 |
| | N | 64 | 64 |
| Competencia personal | Correlación de Pearson | ,328** | 1 |
| | Sig. (bilateral) | ,008 | |
| | N | 64 | 64 |

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 17, se observa $r = ,328^*$ y la $\text{Sig.} = .008$, estos valores indican que se encontró correlación moderada y significativa entre crecimiento personal y la competencia personal, por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna. Es decir, cuando se demuestran niveles elevados de crecimiento personal, se demuestra niveles altos de competencia personal.

V. DISCUSIÓN

En el presente estudio se investigó el bienestar Psicológico y la Resiliencia de las personas con discapacidad en la provincia el Collao del Distrito de llave, 2020. Ante ello, los siguientes los se presentan los siguientes resultados:

El objetivo general fue hallar la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad de la Asociación Corazón de Jesús en llave, 2020. De acuerdo al objetivo general, se afirma que existe correlación baja entre bienestar psicológico y resiliencia en las personas con discapacidad. Es decir, cuando las personas con discapacidad poseen niveles elevados de bienestar psicológico, demuestran mejoras en el desarrollo de la resiliencia. El resultado expuesto muestra similitud con el trabajo realizado por Bustamante (2019), quien afirma correlación positiva altamente significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia. Lo mismo ocurrirá con el estudio de Piña (2017), quien indica la correlación entre las variables de estudio. Por otro lado, tanto el bienestar psicológico como la resiliencia, son capacidades y fortalezas que otorgan a los individuos la posibilidad de llevar una vida favorable. Es decir, el bienestar psicológico y su relación con la resiliencia, es un tema imprescindible en el estudio de la psicología, ya que, por medio de ello será posible desarrollar un óptimo funcionamiento de los individuos (Piña, 2017). En el bienestar psicológico se incluyen aspectos valorativos y afectivos que se integran en la proyección futura y el sentido de la vida. De tal forma, que la capacidad resiliente juega un papel imprescindible en la vida de los individuos, ya que busca que los sujetos se adapten a una nueva etapa de sus vidas con sus múltiples variables ambientales y contextuales (Viera, 2007). Según Uriarte (2005), la persona que practica constantemente la resiliencia, se caracteriza por ser competente y tener habilidades positivas para afrontar algunas situaciones adversas, aunque quizás no los sea para todas.

Por otro lado, el objetivo específico 1 muestra correlación moderada y significativa entre Auto-aceptación y Competencia personal en las personas con discapacidad. Es decir, cuando se manifiestan niveles elevados de auto-aceptación, se manifiestan niveles altos de competencia personal. Lo mismo

sucede con los resultados obtenidos por (González, 2017), quien demuestra que existe correlación moderada significativa en la dimensión de estudio. Por lo tanto, la autoaceptación es una actitud positiva y estable hacia uno mismo, reconociendo y aceptando los múltiples aspectos positivos y negativos, incluyendo los sentimientos positivos hacia lo vivido Flecha (2019). En congruencia con la autoaceptación se evalúa el nivel de conciencia y aceptación de los valores personales y de las limitaciones que posee uno mismo, considerándose así, el eje central de la salud mental, el funcionamiento positivo y la madurez.

Por otro lado, Masten y Coastworth (1998), mencionan que una competencia se refiere a “la efectividad de las acciones que posteriormente dan una satisfacción personal”. Paralelamente, Del águila (2003, citado en Salgado 2006) indica que la competencia personal se encuentra compuesta por autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia.

Respecto al objetivo específico 2, se halló que existe relación moderada y significativa entre dominio del entorno y aceptación, en personas con discapacidad de la Asociación Corazón de Jesús. Sin embargo, no se pudo constatar con los antecedentes porque no se hallaron estudios similares a las dimensiones. Según Mauri, et al. (2015) El dominio del entorno remite a la habilidad que posee la persona para elegir o crear ambientes favorables en los cuales alcance satisfacer sus necesidades y valores. El dominio también permite la sensación de control sobre los acontecimientos y de influencia sobre el contexto. A través de actividades físicas y mentales la persona puede aprovechar las oportunidades que surgen en el medio ambiente. Según Salgado (2006), menciona que, la aceptación de uno mismo y de la vida se encuentran reflejadas por la adaptabilidad, flexibilidad, el balance y una perspectiva de vida estable que coincide con la aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad.

En relación al objetivo específico 3, se halló correlación moderada y significativa entre Propósito en la vida y Aceptación de uno mismo y de la vida, es decir, cuando se demuestran niveles elevados de propósito en la vida, se demuestra niveles altos de aceptación de uno mismo y de la vida. No se ha llegado a resultados similares. Sin embargo, Noguera (2017) menciona que, el propósito y la satisfacción con la vida no influyen significativamente con la aceptación de uno

mismo y de la vida. Entonces, el propósito de la vida presenta capacidades y habilidades positivas que permiten afrontar de manera eficaz situaciones difíciles y traumáticas, lo cual, posibilita tener niveles de bienestar psicológico significativos. Nieri (2018) menciona que, el propósito en la vida, es la dimensión que describe la capacidad para tener metas en la vida y un sentido de direccionalidad; así como otorgarle un sentido a lo que se está viviendo y a lo que ya ocurrió. Además, hace referencia a los objetivos de vida. (Ryff, 2014)

En relación al objetivo específico 4, se confirmó que existe una correlación moderada y significativa entre el crecimiento personal y la competencia personal. Por lo tanto, el crecimiento personal es importante para la competencia personal. El resultado expuesto muestra semejanza con la investigación de Piña (2017), quien afirma que, existe correlación moderada en la dimensión crecimiento personal. Por lo tanto, las personas con discapacidad tienen un crecimiento personal continuo, auto aceptación de expansión personal, apertura a nuevas experiencias, sentido de realización del potencial personal y cambios en trayectorias que indican un incremento de autoconocimiento y eficacia (Piña, 2017).

VI. CONCLUSIONES

Finalmente, en el presente estudio investigado se ha llegado a las siguientes conclusiones.

- Respecto al objetivo general, se encontró que existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en las personas con discapacidad en la provincia el Collao del Distrito de llave, porque el valor de Correlación de Pearson= 248 y $p < 0.05$, lo cual significa que, cuando se demuestran niveles elevados de bienestar psicológico, se demuestra niveles altos de resiliencia.
- Con respecto al primer objetivo específico, existe correlación positiva de intensidad baja entre la auto- aceptación y competencia personal, porque el valor de Correlación de Pearson= 252 y $p < 0.05$, es decir, cuando se demuestran niveles elevados de auto-aceptación, se demuestra niveles altos de competencia personal
- El segundo objetivo indica que, existe correlación positiva de intensidad baja entre el dominio del entorno y la aceptación de uno mismo y la vida. Según el valor de Correlación de Pearson= 282 y $p < 0.05$, cuando se demuestran niveles elevados de dominio del entorno, se demuestra niveles altos de Aceptación de uno mismo y de la vida.
- El tercer objetivo indica que, existe correlación positiva de intensidad baja entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo. Según el valor de Correlación de Pearson= 246 y $p < 0.05$, cuando se demuestran niveles elevados de propósito en la vida, se demuestra niveles altos de aceptación de uno mismo y de la vida.
- En el cuarto objetivo, existe correlación positiva con una intensidad moderada entre crecimiento personal y la competencia personal, porque el valor de Correlación de Pearson= 328 y $p < 0.05$, indica que, cuando se demuestran niveles elevados de crecimiento personal, se demuestra niveles altos de competencia personal.

VII. RECOMENDACIONES

- Se recomienda al Presidente de la Asociación de Personas con Discapacidad - Corazón de Jesús que coordine con un psicólogo para brindar talleres psicológicos centrados en fortalecer el bienestar psicológico y la resiliencia de las personas con discapacidad en la provincia el Collao del Distrito de Ilave.
- Se recomienda al Presidente de la Asociación de Personas con Discapacidad - Corazón de Jesús, desarrollar capacitaciones para las personas con discapacidad, a fin de mejorar su autonomía, dominio del entorno, toma de decisiones con responsabilidad, autocontrol emocional y un buen manejo del entorno.
- Asimismo, se recomienda al Presidente de la Asociación de Personas con Discapacidad - Corazón de Jesús, desarrollar talleres de aceptación y competencias para fortalecer el desarrollo personal.
- Se recomienda al Presidente de la Asociación de Personas con Discapacidad - Corazón de Jesús, desarrollar eventos, con el fin de que los integrantes interactúen con los demás y fortalezcan sus habilidades. También fortalecerá la autoestima, perseverancia y otros aspectos que les ayudarán a crecer como personas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvares, N. (2019). Propiedades Psicométricas de la Escala Bienestar Psicológico. (Tesis para optar por el título profesional de Licenciado en Psicología). Universidad de Lima, Lima. Recuperado de <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/ulima/10604>
- Asensio, A., Magallón, R., & García, J. (2017). Resiliencia: Impacto positivo en la salud física y mental. *INFAD Revista de Psicología*, 1 (2), 23-242.
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto: Revista de psicopatología y psicología clínica. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11 (3), 125-146.
- Benatuil, D. (2003). El bienestar psicológico en adolescentes desde una perspectiva cualitativa. *Psicología, Cultura y Sociedad*, (3), 43-58. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5645410>
- Castilla, H., Coronel, J., Bonilla, A., Mendoza, M., & Barrosa, M. (2016). Validez y confiabilidad de la escala de resiliencia (Sacaleresilience) en una muestra de estudiantes y adultos de la ciudad de Lima. *Revista peruana de psicología y trabajo social*, 4 (2), 121-136.
- Charaja, F. (2011). El MAPIC de la Mitología de la investigación. Puno, Perú: Biblioteca nacional del Perú.
- Cortez, M. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo en adolescentes de Trujillo. *Ciencia y Tecnología*, 12 (4), 101-112.
- Casas, J., Repullo, J.R., Y Donato. (2003). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos. *Investigación*, 52 (8) 527- 538.
- Casullo, M. (2002). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo en adolescentes de Trujillo. *Ciencia y Tecnología*, 12 (4), 101-112.

- Domínguez, A. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de lima un enfoque de ecuaciones estructurales, *Psicología avances de la disciplina*, 8 (1). 23-34. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297231283003>
- Flecha, A. (2019). Autoaceptación y sentido/propósito vital en personas mayores institucionalizadas. [Self-acceptance and meaning/purpose in life between senior citizens residing in nursing home] *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 33 31-43. DOI:10.7179/PSRI_2019.33.10
- Freire, C., Ferradás, M. del M., Núñez, J. C., & Valle, A. (2017). Estructura factorial de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 10 (1), 1–8. doi:10.1016/j.ejeps.2016.10.001
- García del Castillo, J. A., García del Castillo, A., López, C., Dias, C. (2016). Conceptualización teórica de la Resiliencia Psicosocial y su relación con la salud, *Salud y drogas*, 16 (1) 59-68. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83943611006>
- García, C., & Gonzáles, I. (2000). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista cubana de medicina general integral*, 16 (6), 586-592. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v16n6/mgi10600.pdf>
- García, C., López, V., & Seuc, A. (2004). Propuesta metodológica para la evaluación del bienestar psicológico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 7 (2), 36-55.
- García, M., & Domínguez, E. (2012). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11 (1), 63-77. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/773/77325885001.pdf>
- Gómez, M. A. (2019). Estandarización de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young en universitarios de Lima metropolitana. (Tesis de Licenciatura, universidad Ricardo Palma). Recuperado de <http://repositorio.urp.edu.pe/>

bitstream/handle/URP/1921/1Estandarizaci%C3%B3n%20de%20Escala%20de%20Resiliencia%20de%20Wagnild%20%26%20Young%20en%20universitarios%20de%20Lima%20Metropolitana.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Hernández, R; Fernández, C; & Baptista; P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc GRAW - HILL / Interamericana Editores, S.A. de C.V.

Hernández. & S Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación las rutas cuantitativa y cualitativa y mixta*. México: McGRAW-HILL. INTERAMERICANA EDITORES, S.A. de C.V.

Jensen, A., & Faedda, L. (2011), Exploración de la dimensión aceptación/control del bienestar psicológico: los significados otorgados según grupo de edad y género. *Psicología del desarrollo*, 74-78. Recuperado de <https://www.aacademica.org/000-052/367>

Mauteu, R., García, M., Gil., & Caballer, A. (2009). *¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador*. Recuperado de http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77669/forum_2009_15.pdf

Medina, A., Astrid, M. (2020) Bienestar psicológico y agresividad en adolescentes del distrito de San Martín de Porres, Lima (Tesis licenciatura Universidad San Martín de Porres 2020). Recuperado de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/55297>

Meneghel, I., Salanova, M., & Martínez, I. (2013). El camino de la Resiliencia Organizacional - Una revisión teórica. *Revista de Psicología Aloma*, 31 (2), 13-24.

Merino-Tejedor, E., Hontangas, P. M., & Petrides, K. V. (2018). La adaptabilidad a la carrera media el efecto de la inteligencia emocional rasgo sobre el compromiso académico. *Revista de Psicodidáctica*, 23(2), 77–85. doi: 10.1016/j.psicod.2017.10.001

Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. (2012). *Adolescencia: Manual Clínico*. Asunción, Paraguay: Edición Norma Stella González.

- Muratori, M., Zubieta, E., Ubullos, S., Gonzalez, J.L. (2015). Felicidad y Bienestar Psicológico Estudio Comparativo Entre Argentina y España Revista PSYKHE 24(2), 1-18/ doi:10.7764/psykhe.24.2.900
- Navarro, O., Luciani, L., & Juca, F. (2017). Resiliencia Organizacional: competencia clave de los CEO. *Universidad y sociedad*, 9 (5), 165-170. Recuperado de <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/727/827>
- Nieri, L. (2018) Relación entre bienestar psicológico y resiliencia en padres con hijos discapacitados (tesis de Licenciatura, universidad Argentina de las empresas). Recuperado de <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/7613/Martinez%20Sara%20-%20TIF.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Organización Mundial de la Salud y el Grupo del Banco Mundial. (OMS, 2020). *Informe mundial sobre la discapacidad*, Recuperado de https://www.who.int/disabilities/world_report/2011/es/
- Organización Mundial de la Salud. (OMS, 2020). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Organización Mundial de la Salud. (OMS, 2020). Temas de salud Discapacidad. Recuperado de <https://www.who.int/topics/disabilities/es/>
- Palomar, J., & Gómez, N. (2010). Desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos (RESI-M). *Interdisciplinaria*, 27 (1), 7-22. Recuperado <https://www.redalyc.org/pdf/180/18014748002.pdf>
- Pérez Castro, J. (2020) Acceso a la educación y factores de vulnerabilidad en las personas con discapacidad, *Voces De la Educación*, 5(10), 59-74. Recuperado de <https://orcid.org/0000-0002-5176-0531>
- Piña, K. (2017). Bienestar Psicológico Y Resiliencia En Jóvenes Universitarios. (Tesis para optar el título de Maestría en psicología). universidad Autónoma del Estado de México, México. Recuperado de <http://hdl.handle.net/20.500.11799/68666>

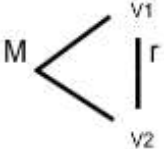
- Romero, A., García, A., & Brustad, R. (2009). Estado del arte, y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en psicología del deporte. *Revista Latinoamérica de Psicología*, 41 (2), 335-347. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80511496011.pdf>
- Ryff, C. (2014). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83 (1), 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. D., y Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719 - 727.
- Salgado, C. y Grimaldo, M. (2006) Compendio De Pruebas Psicológicas Aspectos Teóricos, Descripción Validez Y Confiabilidad. Universidad Nacional San Martín de Porres. Perú
- Sánchez, J. (2008). Los vínculos sociales como formas de regulación. Reflexiones sobre el poder de los vínculos en la sociedad colombiana. *Nóesis. Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 1 (34), 204-234. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=85913301008>
- Uriarte, J. (2014). Resiliencia y Envejecimiento. *Revista Europea de Investigación en Salud, Psicología y Educación*, 4 (2), 67-77. DIO: 10.1989/ejihpe.v4i2.54
- Uriarte, J. (2005) la Resiliencia. Una Nueva Perspectiva en Psicopatología Del Desarrollo *Revista de Psicodidáctica*, vol. 10, núm. 2, 2005, pp. 61-79 Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea Vitoria-Gazteiz. España recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17510206>
- Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya, R., Dioses, A., Velásquez, N., Araki, R., & Reynoso, D. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes Universitarios Sanmarquinos. *Revista IIPS*, 11, (2), 139-152. Recuperado de http://ateneo.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1593/revista_de_investigacion_en_psicologia07v11n2_2008.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Veliz Burgos, A. L., Dörner Paris, A. P., Soto Salcedo, A. G., & Arriagada, A. (2018). Bienestar psicológico y burnout en profesionales de atención primaria de salud en la región de Los Lagos, Chile. *Acta Universitaria*, 28 (3), 56-64. doi: 10.15174/ au.2018.1895
- Viera, O. (2007). El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. *Revista Cubana de Salud y Trabajo* 2006;7(1-2), 34-9.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

| Título: Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con Discapacidad en la Asociación Corazón de Jesús en Ilave, 2020 | | | | | |
|---|---|---|--|--|---|
| Problema | objetivos | Hipótesis | Nivel y diseño de la investigación | Variables de investigación | Metodología |
| <p>PROBLEMA GENERAL</p> <p>¿Cuál es la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad de la asociación Corazón de Jesús en Ilave, 2020?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación entre relaciones positivas y competencia personal en personas con discapacidad en la asociación Corazón de Jesús en Ilave, 2020? • ¿Cuál es la relación entre el crecimiento personal y la aceptación | <p>OBJETIVOS GENERAL</p> <p>Determinar la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad de la Asociación Corazón de Jesús en Ilave, 2020</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer la relación entre relaciones positivas y competencia personal en personas con discapacidad en la asociación Corazón de Jesús en Ilave, 2020 • Identificar la relación entre el crecimiento | <p>HIPÓTESIS GENERAL</p> <p>Existe relación positiva entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad de la Asociación Corazón de Jesús en Ilave, 2020</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación positiva entre relaciones positivas y competencia personal en personas con discapacidad en la asociación Corazón de Jesús del Distrito de Ilave, 2020 | <p>Nivel:</p> <p>correlacional</p> <p>porque “tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables de un contexto en particular” (Hernández, et al, 2010, p.81).</p> <p>Diseño:</p> <p>No experimental</p> <p>porque “son estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos”</p> | <p>Variable 1:</p> <p>Bienestar psicológico.</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auto-aceptación • Relaciones positivas • Autonomía • Dominio del entorno • Crecimiento personal • Propósito en la vida <p>Variable 2:</p> | <p>POBLACIÓN:</p> <p>Estará constituida por 96 personas con discapacidad, de la Asociación Corazón de Jesús de la provincia de Ilave del departamento de Puno.</p> <p>MUESTRA:</p> <p>Se empleó el método probabilístico, en la cual, Hernández, Fernández y Baptista (2010) menciona que es “el subgrupo de la población en el que todos los elementos</p> |

| | | | | | |
|---|---|--|--|--|--|
| <p>de uno mismo en personas con discapacidad en la asociación Corazón de Jesús en llave, 2020?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la asociación Corazón de Jesús en llave, 2020? | <p>personal y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la asociación Corazón de Jesús en llave, 2020</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer la relación entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la asociación Corazón de Jesús en llave, 2020 | <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación positiva entre el crecimiento personal y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la asociación Corazón de Jesús en llave, 2020 • Existe relación positiva entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la asociación Corazón de Jesús en llave, 2020 | <p>(Hernández, et al., 2010, p.149).</p> <p>De corte transversal, porque son “investigaciones que se recopilan datos en un momento único” (Hernández, et al, 2010, p.151).</p> <p>Diagrama:</p>  <p>Dónde: M = Muestra V1= Bienestar psicológico V2= Resiliencia r = Relación o correlación</p> | <p>Resiliencia.</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competencia personal • Aceptación de uno mismo | <p>de esta tienen la misma posibilidad de ser elegidos” (p. 176).</p> <p>Por consiguiente: La muestra representaba es de 64 personas</p> <p>RECOLECCIÓN DE DATOS</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escala de Bienestar Psicológico de Ryff • Escala de Resiliencia |
|---|---|--|--|--|--|

Anexo 2: Matriz de operacionalización

| Variable | Definición Conceptual | Definición operacional | Dimensiones | Definición conceptual | Indicadores | Escala índice valorización |
|------------------------------|--|--|---|---|---|--|
| Bienestar psicológico | Es el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo (Cortez, 2016). | Comprende fomentar acerca de las fortalezas y virtudes humanas así como el afecto que tiene en la vida de las personas y la sociedad en la cual se desarrollan | Autoaceptación | Dominio propio de su vida y la aceptación de sí mismo (Jensen y Faedda 2011). | - Aceptación de los errores - Encaminar los problemas - Tener gusto consigo mismo | Bajo=1 |
| | | | Relaciones positivas | Capacidad de mantener confianza y empatía con los demás (Alvarez,2019). | - Crear entornos sociales - Llevarse bien con los demás | |
| | | | Autonomía | Es la capacidad de sostener la propia individualidad en diferentes contextos (Domínguez, 2014). | - Conocer tus amistades - Expresar los sentimientos - Tomar decisiones | Promedio=2 |
| | | | Dominio del entorno | Es la capacidad para establecer buenos vínculos con los demás (Jensen y Faedda 2011). | - Me siento realizado - Capacidad de lograr mis objetivos | |
| | | | Crecimiento personal | Es contar con metas y proyectos de vida, considerar que la vida tiene significado (Casullo, 2002). | - Crear entorno personal - Cuento con el apoyo de los demás | Alto=3 |
| | | | Propósito en la vida | Capacidad de desarrollar su potencial, a través de nuevas experiencias y mejoras constantes (Alvarez,2019). | - Progreso personal - Las oportunidades están de mi lado | |
| Resiliencia | Capacidad de superar los eventos, y ser capaz de tener un desarrollo exitoso a pesar de circunstancias muy adversas (Becoña,2006). | Manifiesta el proceso de comportamiento y actitudes para remontar el fracaso | Competencia personal | Capacidad de asumir responsabilidades con independencia (Castilla, et al. 2016). | - Perseverancia - Sentirse bien solo - Confianza en sí mismo | Muy alto=1 Alto=2 Bajo=3 Muy bajo=4 |
| | | | Aceptación de uno mismo y de la vida | Son facultades de aceptación del presente y futuro y continuar viviendo (Castilla, et al. 2016). | - Ecuanimidad - Satisfacción Personal | |

Anexo 3: Instrumentos

Escala de Bienestar Psicológico

En el estudio del bienestar subjetivo también resulta de especial importancia ahondar en los niveles de bienestar interno o de fortaleza interna. Lee cada ítem y señala en qué medida sientes o experimentas estas emociones de manera general en tu vida cotidiana, usando la siguiente escala de respuesta: 1, 2, 3, 4, 5, 6. Totalmente en desacuerdo Totalmente de acuerdo.

| Totalmente en desacuerdo | Muy en desacuerdo | En desacuerdo | De acuerdo | Muy de acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|--------------------------|-------------------|---------------|------------|----------------|-----------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

| Ítems | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas. | | | | | | |
| 2. menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones. | | | | | | |
| 3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente. | | | | | | |
| 4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida | | | | | | |
| 5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga | | | | | | |
| 6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad | | | | | | |
| 7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo | | | | | | |
| 8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar | | | | | | |
| 9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí. | | | | | | |
| 10. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto | | | | | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| 11. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo. | | | | | | |
| 12. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas. | | | | | | |
| 13. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones | | | | | | |
| 14. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo | | | | | | |
| 15. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro. | | | | | | |
| 16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí. | | | | | | |
| 17. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad. | | | | | | |
| 18. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general. | | | | | | |
| 19. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen. | | | | | | |
| 20. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida | | | | | | |
| 21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo. | | | | | | |
| 22. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza. | | | | | | |
| 23. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos | | | | | | |
| 24. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo. | | | | | | |
| 25. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí. | | | | | | |
| 26. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona | | | | | | |
| 27. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona | | | | | | |
| 28. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento | | | | | | |
| 29. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla. | | | | | | |

Escala de Resiliencia

Por medio de este cuestionario, si busca conocer su forma y frecuencia de actuar ante determinadas circunstancias, las plasmadas en 25 frases.

Se le solicita que conteste a cada una de las siguientes preguntas marcando con una (x) en la casilla que mejor represente su proceder en cada oración, vale resaltar que no existe respuesta buena ni mala, agradecemos solucione de manera y rápida el cuestionario.

Espere las indicaciones para comenzar la evaluación.

| Totalmente en Desacuerdo | En Desacuerdo | Parcialmente en Desacuerdo | Indiferente | Parcialmente de Acuerdo | De acuerdo | Totalmente de Acuerdo |
|--------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------------------|------------|-----------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

| Ítems | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Cuando planifico algo lo realizo | | | | | | | |
| 2. Soy capaz 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. Soy amigo(a) de mí mismo. | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|
| 12. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas. | | | | | | | |
| 13. Considero cada situación de manera detallada. | | | | | | | |
| 14. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares. | | | | | | | |
| 15. Soy auto disciplinado (a). | | | | | | | |
| 16. Por lo general encuentro 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 me gusten o no. | | | | | | | |
| 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 lo que debo hacer. | | | | | | | |
| 25. Acepto que hay personas a las que no les agrado | | | | | | | |

Anexo 4: Validación de instrumentos

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE BIENESTAR PSICOLÓGICO

| Dimensiones | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|---------------------------------|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | si | no | si | no | si | no | |
| I. Autoaceptación | | | | | | | |
| 1 | X | | X | | X | | |
| 2 | X | | X | | X | | |
| 3 | X | | X | | X | | |
| 4 | X | | X | | X | | |
| II. Relaciones positivas | | | | | | | |
| 5 | X | | X | | X | | |
| 6 | X | | X | | X | | |
| 7 | X | | X | | X | | |
| 8 | X | | X | | X | | |
| 9 | X | | X | | X | | |
| III. Autonomía | | | | | | | |
| 10 | X | | X | | X | | |
| 11 | X | | X | | X | | |
| 12 | X | | X | | X | | |
| 13 | X | | X | | X | | |
| 14 | X | | X | | X | | |
| 15 | X | | X | | X | | |
| IV. Dominio del entorno | | | | | | | |
| 16 | X | | X | | X | | |
| 17 | X | | X | | X | | |
| 18 | X | | X | | X | | |
| 19 | X | | X | | X | | |
| 20 | X | | X | | X | | |
| V. Crecimiento personal | | | | | | | |
| 21 | X | | X | | X | | |
| 22 | X | | X | | X | | |
| 23 | X | | X | | X | | |
| 24 | X | | X | | X | | |
| VI. Propósito en la vida | | | | | | | |
| 25 | X | | X | | X | | |
| 26 | X | | X | | X | | |
| 27 | X | | X | | X | | |
| 28 | X | | X | | X | | |
| 29 | X | | X | | X | | |

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **ES SUFICIENTE**

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. Rosa Esther Chirinos

DNI: 08217185

Especialidad del validador: Psicólogo Clínico Educativo

13 de octubre del 2020

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Rosa E. Chirinos Susano

C.Ps.C. N°3090

Firma del Experto Informante.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS
VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ESCALA DE RESILIENCIA**

| Dimensiones | | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|------------------------------------|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | si | no | si | no | si | no | |
| I. Competencia Personal | | | | | | | | |
| 1 | Me siento bien conmigo mismo(a). | X | | X | | X | | |
| 2 | Soy amigo(a) de mí mismo. | X | | X | | X | | |
| 3 | Cuando planifico algo lo realizo | X | | X | | X | | |
| 4 | Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo. | X | | X | | X | | |
| 5 | Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares | X | | X | | X | | |
| 6 | Soy auto disciplinado (a). | X | | X | | X | | |
| 7 | Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida. | X | | X | | X | | |
| 8 | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo. | X | | X | | X | | |
| 9 | Soy decidido(a) | X | | X | | X | | |
| 10 | La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles. | X | | X | | X | | |
| 11 | Tengo suficiente energía para lo que debo hacer. | X | | X | | X | | |
| 12 | Por lo general encuentro de que reírme. | X | | X | | X | | |
| 13 | Acepto que hay personas a las que no les agrado | X | | X | | X | | |
| 14 | Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás. | X | | X | | X | | |
| 15 | Si debo hacerlo, puedo estar solo(a). | X | | X | | X | | |
| II. Aceptación de uno mismo | | | | | | | | |
| 16 | Generalmente me tomo las cosas con calma. | X | | X | | X | | |
| 17 | Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas. | X | | X | | X | | |
| 18 | Soy capaz resolver mis problemas | X | | X | | X | | |
| 19 | A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no. | X | | X | | X | | |
| 20 | Considero cada situación de manera detallada | X | | X | | X | | |
| 21 | En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar. | X | | X | | X | | |
| 22 | Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida. | X | | X | | X | | |
| 23 | No me alijo ante situaciones sobre las que no tengo control. | X | | X | | X | | |
| 24 | Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista. | X | | X | | X | | |
| 25 | Mi vida tiene sentido | X | | X | | X | | |

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **ES SUFICIENTE**

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. Rosa Esther Chirinos

DNI: 08217185

Especialidad del validador: Psicólogo Clínico Educativo

13 de octubre del 2020

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Rosa E. Chirinos Susano

C.Ps.C. N°3090

Firma del Experto Informante.



CERTIFICADO DE VALIDEZ

VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE: BIENESTAR PSICOLÓGICO

| Ítems | Pertinencia 1 | | Relevancia 3 | | Claridad 3 | | Sugerencias |
|-------|---|----|-----------------|----|---------------|----|-------------|
| | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 1 | Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas. | | x | | x | | |
| 2 | A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones. | | x | | x | | |
| 3 | No tengo miedo de expresar mis opiniones, so cuando son opuestas a las opiniones de la ría de la gente. | | x | | x | | |
| 4 | Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida | | x | | x | | |
| 5 | Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga | | x | | x | | |
| 6 | Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad | | x | | x | | |
| 7 | En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo | | x | | x | | |
| 8 | No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar | | x | | x | | |
| 9 | Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí. | | x | | x | | |
| 10 | He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto | | x | | x | | |
| 11 | Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo. | | x | | x | | |
| 12 | Siento que mis amistades me aportan muchas cosas. | | x | | x | | |
| 13 | Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones | | x | | x | | |
| 14 | En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo | | x | | x | | |
| 15 | Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro. | | x | | x | | |
| 16 | Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí. | | x | | x | | |
| 17 | Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad. | | x | | x | | |
| 18 | Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general. | | x | | x | | |
| 19 | Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen. | | x | | x | | |
| 20 | Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida | | x | | x | | |
| 21 | En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo. | | x | | x | | |
| 22 | No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza. | | x | | x | | |
| 23 | Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos. | | x | | x | | |
| 24 | En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo. | | x | | x | | |



| | | | | | | | | |
|----|--|---|--|---|--|---|--|--|
| 25 | Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí. | x | | x | | x | | |
| 26 | Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona | x | | x | | x | | |
| 27 | Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona | x | | x | | x | | |
| 28 | Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento | x | | x | | x | | |
| 29 | Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla | x | | x | | x | | |

Observaciones (precisar si hay suficiencia): ES SUFICIENTE

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable [] Apellidos y nombres del juez validador. Dr. José Ríos Carcausto Vilcapaza

DNI:

Especialidad del validador: Psicólogo Clínico

1Pertinencia: Los ítems guardan correlación con el constructo y las teorías

2Relevancia: Los ítems evalúan a la variable y sus dimensiones.

3Claridad: Se entiende sin dificultad los enunciados de los ítems

Nota: Es viable emplear el instrumento, porque muestra terminología acorde a la población en estudio.



José Ríos Carcausto Vilcapaza C.Ps.C.
Nº 37350

Firma del Experto Informante.



CERTIFICADO DE VALIDEZ

VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE: RESILIENCIA

| | Ítems | Pertinencia 1 | | Relevancia 3 | | Claridad 3 | | Sugerencias |
|----|---|------------------|----|-----------------|----|---------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 1 | Cuando planifico algo lo realizo | x | | x | | x | | |
| 2 | Soy capaz resolver mis problemas | x | | x | | x | | |
| 3 | Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás. | x | | x | | x | | |
| 4 | Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo. | x | | x | | x | | |
| 5 | Si debo hacerlo, puedo estar solo(a). | x | | x | | x | | |
| 6 | Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida. | x | | x | | x | | |
| 7 | Generalmente me tomo las cosas con calma. | x | | x | | x | | |
| 8 | Me siento bien conmigo mismo(a). | x | | x | | x | | |
| 9 | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo. | x | | x | | x | | |
| 10 | Soy decidido(a) | x | | x | | x | | |
| 11 | Soy amigo(a) de mí mismo. | x | | x | | x | | |
| 12 | Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas. | x | | x | | x | | |
| 13 | Considero cada situación de manera detallada. | x | | x | | x | | |
| 14 | Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares. | x | | x | | x | | |
| 15 | Soy auto disciplinado (a). | x | | x | | x | | |
| 16 | Por lo general encuentro de que reírme. | x | | x | | x | | |
| 17 | La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles. | x | | x | | x | | |
| 18 | En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar. | x | | x | | x | | |
| 19 | Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista. | x | | x | | x | | |
| 20 | A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no | x | | x | | x | | |
| 21 | Mi vida tiene sentido | x | | x | | x | | |
| 22 | No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control. | x | | x | | x | | |



| | | | | | | | |
|----|---|---|--|---|--|---|--|
| 23 | Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida. | x | | x | | x | |
| 24 | Tengo suficiente energía para lo que debo hacer. | x | | x | | x | |
| 25 | Acepto que hay personas a las que no les agrado. | x | | x | | x | |

Observaciones (precisar si hay suficiencia): ES SUFICIENTE

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable [] Apellidos y nombres del juez validador. Dr. José Ríos Carcausto Vilcapaza

DNI:

Especialidad del validador: Psicólogo Clínico

1Pertinencia: Los ítems guardan correlación con el constructo y las teorías

2Relevancia: Los ítems evalúan a la variable y sus dimensiones.

3Claridad: Se entiende sin dificultad los enunciados de los ítems

Nota: Es viable emplear el instrumento, porque muestra terminología acorde a la población en estudio.



José Ríos Carcausto Vilcapaza C.Ps.C.
Nº 37350

Firma del Experto Informante.

Anexo 5: Matriz de datos

| Muestra | Muestra | Binestar psicológico | Autoaceptación | Relaciones positivas | Autonomía | Dominio del entorno | Crecimiento personal | Propósito en la vida | Resiliencia | Competencia personal | Aceptación de uno mismo y de la vida |
|---------|-----------|----------------------|----------------|----------------------|-----------|---------------------|----------------------|----------------------|-------------|----------------------|--------------------------------------|
| 1 | Femenina | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 |
| 2 | Femenina | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 5 | 5 | 5 |
| 3 | Femenina | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 5 |
| 4 | Femenina | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 |
| 5 | Femenina | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| 6 | Femenina | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 |
| 7 | Masculino | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 |
| 8 | Masculino | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 |
| 9 | Masculino | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 4 |
| 10 | Femenina | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 4 | 3 |
| 11 | Femenina | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 12 | Masculino | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 |
| 13 | Masculino | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| 14 | Femenina | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 4 |
| 15 | Masculino | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 |
| 16 | Femenina | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 |
| 17 | Masculino | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 |
| 18 | Femenina | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Femenina | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 |
| 20 | Masculino | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 |
| 21 | Femenina | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 22 | Masculino | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 |
| 23 | Femenina | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 5 | 4 | 4 |
| 24 | Femenina | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 4 | 1 |
| 25 | Femenina | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 |
| 26 | Femenina | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 |
| 27 | Masculino | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 |
| 28 | Masculino | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 |
| 29 | Femenina | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 |
| 30 | Femenina | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 5 | 5 | 5 |

| | | | | | | | | | | | |
|----|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 31 | Masculino | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| 32 | Femenina | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 |
| 33 | Masculino | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 |
| 34 | Femenina | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 |
| 35 | Femenina | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| 36 | Femenina | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 |
| 37 | Femenina | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 |
| 38 | Masculino | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 |
| 39 | Masculino | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 |
| 40 | Masculino | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 2 |
| 41 | Masculino | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 |
| 42 | Masculino | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 4 | 1 |
| 43 | Masculino | 3 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 |
| 44 | Masculino | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 |
| 45 | Femenina | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 4 |
| 46 | Femenina | 3 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 |
| 47 | Masculino | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 |
| 48 | Masculino | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 |
| 49 | Femenina | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 4 | 3 |
| 50 | Masculino | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 4 | 4 |
| 51 | Femenina | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 |
| 52 | Masculino | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| 53 | Masculino | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 |
| 54 | Masculino | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 |
| 55 | Masculino | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 |
| 56 | Masculino | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 |
| 57 | Femenina | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 |
| 58 | Femenina | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 4 | 2 |
| 59 | Femenina | 3 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| 60 | Femenina | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 |
| 61 | Femenina | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 |
| 62 | Femenina | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 |
| 63 | Femenina | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 5 |
| 64 | Femenina | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 |

Anexo 6: Propuesta de valor

Propuesta de Valor para la Variable de Bienestar Psicológico

Tener amistades. Compartir y dedicar más tiempo para tener más amistades y una vida social activa repercute para nuestra felicidad

Dormir bien, Respetar las horas de sueño dormir como mínimo de siete horas, acuéstate y levántate a la misma hora todos los días son importantes para tener calidad de vida

Acepta, reconoce y controla tus emociones. Se necesita comprender lo que nos está sucediendo el momento que se actúa, ser más responsable para que no nos invada de nuestras emociones.

Comparte tus preocupaciones. Hable con personas de confianza sobre tus problemas, trate de solucionar tus problemas una a una te sentirás me mejor

Propuesta de Valor para la Variable de Resiliencia

Acepta que el cambio es parte de tu vida. Cree en ti para amarte a ti mismo y el cambio se hará realidad, nada está perdido todo tiene solución

Encuentra un sentido y propósito en tu vida. Encontrar el sentido a la vida es como encontrar tu propia esencia a la vida de dedícate lo que quieres alcanzar, el propósito en tu vida consiste en buscar ese valor que ofreces así que comienza trazando esas pequeñas metas que te guiarán para llegar a más adelante.

Tener pensamientos positivos y ser realistas. ver las cosas que pasan desde una perspectiva más alegre, rodearte de personas poderosas te animará

No pierdas las esperanzas. consiste en no perder la paciencia sobre todo en lo que uno quiere alcanzar o recibir.