



UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP

FACULTAD DE SALUD Y NUTRICIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

**RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN PADRES
DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “CRISTO
REY DE REYES” SECOCHA CAMANÁ EN AREQUIPA,**

2020

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

AUTOR:

Bach. PACHARI HUAMAN CECILIA VIRGINIA

LIMA – PERÚ

2020

ASESOR DE TESIS

Dra. NANCY MERCEDES CAPACYACHI OTÁROLA

JURADO EXAMINADOR

Dra. MARCELA ROSALINA BARRETO MUNIVE
Presidente

Dra. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
Secretario

Dr. WILLIAM MIGUEL MOGROVEJO COLLANTES
Vocal

DEDICATORIA

Primeramente, a Dios Todopoderoso me dio la fortaleza en medio de las adversidades.

A mis padres, por darme todo el apoyo emocional para continuar y lograr mis metas trazadas. A mis hnos. Max y Javier que siempre me han dado su apoyo incondicional.

AGRADECIMIENTO:

Agradezco infinitamente a Dios porque me abrió las puertas en todo momento.

A mi alma máter y a mis profesores, por su dedicación y orientación en este camino de la investigación.

RESUMEN

Últimamente muchos investigadores tienen una mayor tendencia de investigar sobre las variables Resiliencia y Bienestar Psicológico. El presente estudio tuvo como objetivo, determinar la relación que existe entre la Resiliencia y el Bienestar Psicológico. El tipo de investigación es descriptivo, correlacional, con un diseño no experimental, la población que participó en la presente investigación estuvo constituida por los padres de familia del I.E. "Cristo rey de reyes", ubicada en el anexo de Secocha Camaná; con un número total de 60 padres de familia, con una muestra de 53. Se aplicó como instrumentos la Escala de Resiliencia (er), cuyos autores son, Gail M. Wagnild y Heather M. Young (1993); que tiene como finalidad, identificar el grado de Resiliencia individual, y el test Escala de Bienestar Psicológico Bieps-a (adultos)

Los resultados indicaron que existe una correlación altamente significativa, entre las variables Resiliencia y Bienestar Psicológico. En la V1 y la Dimensión Autonomía posee una intensidad de correlación alta con un valor de ,078. Así mismo, en la V1 y la Dimensión Vínculos tiene una intensidad de correlación muy alta con un valor de ,241, También, en la V1 y la Dimensión Proyectos posee una intensidad de correlación muy alta con un valor de -,368 negativo y en la V1 y la Dimensión Aceptación y control posee una intensidad de correlación muy alta con un valor de -,111 negativo. Para realizar la prueba de hipótesis se utilizó Rho de Spearman, En conclusión, se encontraron evidencias de que existe correlación entre las variables Resiliencia y Bienestar Psicológico por eso se aceptó la hipótesis alterna

Palabras claves: Resiliencia, Bienestar Psicológico, padres de familia, autoestima

ABSTRACT

In recent years, there has been a greater tendency to investigate the variables Resilience and Psychological Well-being. This study aimed to determine the relationship between Resilience and Psychological Well-being, the type of research is descriptive, correlational with a non-experimental design, the population that participated was made up of the parents of the C.E. " christ king of kings", located in the annex of Secocha Camaná; with a number of 60 parents, with a sample of 53. The following instruments were applied: Resilience Scale (er) authors: Gail M. Wagnild and Heather M. Young (1993) and the test: Bieps Psychological Well-being Scale- a (adults). The results indicated that there is a significant correlation between the two variables. In V1 and the Autonomy Dimension, it has a high correlation intensity with a value of .078. Likewise, in V1 and the Links Dimension it has a very high correlation intensity with a value, 241. Also, in V1 and the Projects Dimension it has a very high correlation intensity with a value of -, 368 negative and in V1 and The Acceptance and Control Dimension has a very high correlation intensity with a negative value of -. 111. To perform the hypothesis test, Spearman's Rho was used. In conclusion, evidence was found that there is a correlation between the variables Resilience and Psychological Well-being, therefore the alternative hypothesis was accepted

Keywords: Resilience, Psychological Well-being, parents, self-esteem.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA	i
ASESOR DE TESIS	ii
JURADO EXAMINADOR	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO:	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	viii
ÍNDICE DE TABLAS	x
ÍNDICE DE FIGURAS	xi
INTRODUCCIÓN	xii
I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	14
1.1. Planteamiento del problema.....	14
1.2. Formulación del problema	17
1.2.1. Problema general.....	17
1.2.2. Problemas específicos.....	18
1.3. Justificación del estudio.....	18
1.4. Objetivos de la investigación	20
1.4.1. Objetivo general.....	20
1.4.2. Objetivos específicos	20
II. MARCO TEÓRICO	21
2.1. Antecedentes de la investigación	21
2.1.1. Antecedentes nacionales	21
2.1.2. Antecedentes Internacionales.....	25
2.2. Bases teóricas de las variables	29
2.2.1. Resiliencia	29
2.2.2. Bienestar psicológico	37
2.3. Definición de términos básicos	42
III. MÉTODOS Y MATERIALES	46
3.1. Hipótesis de la investigación	46

3.1.1. Hipótesis general	46
3.1.2. Hipótesis específicos	46
3.2. Variables de estudio	46
3.2.1. Definición conceptual.....	46
3.2.2. Definición operacional.....	47
3.3. Tipo y nivel de la investigación	50
3.4. Diseño de la investigación.....	50
3.5. Población y muestra de estudio.....	51
3.5.1. Población	51
3.5.2. Muestra	51
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	53
3.6.1. Técnicas de recolección de datos.....	53
3.6.2. Instrumentos de recolección de datos	54
3.7. Métodos de análisis de datos	56
3.8. Aspectos éticos	56
IV. RESULTADOS	58
4.1. Descripción.....	58
V. DISCUSIÓN.....	70
VI. CONCLUSIONES	74
VI. RECOMENDACIONES.....	76
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	77
ANEXOS	81
Anexo 1. Matriz de consistencia	82
Anexo 2: Matriz de operacionalización	84
Anexo 3: Instrumentos	86
Anexo 4: Validez de los instrumentos	89
Anexo 5: Matriz de datos	98
Anexo 6: Propuesta de valor.....	101

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Especificaciones del muestreo	58
Tabla 2.	Estadísticos	58
Tabla 3.	Resiliencia	59
Tabla 4.	Bienestar psicológico.....	60
Tabla 5.	Estadísticos descriptivos	62
Tabla 6.	Correlaciones de variables Resiliencia y Bienestar psicológico	62
Tabla 7.	Estadísticos descriptivos	63
Tabla 8.	Correlaciones de la variable Resiliencia y la Dimensión Autonomía (específicos 1)	64
Tabla 9.	Estadísticos descriptivos	65
Tabla 10.	Correlaciones variable Resiliencia y la Dimensión vínculos (específicos 2)	65
Tabla 11.	Estadísticos descriptivos	66
Tabla 12.	Correlaciones variable resiliencia y Dimensión proyecto (específicos 3)...	67
Tabla 13.	Estadísticos descriptivos	68
Tabla 14.	Correlaciones de variable Resiliencia y Dimensión aceptación control (específicos 4)	68

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Resiliencia	60
Figura 2. Bienestar psicológico.....	61

INTRODUCCIÓN

Los padres de familia al desplazarse a Secocha de las zonas más necesitadas como Puno, Cusco, en especial de la provincia de Chumbivilcas y las provincias Arequipeñas con altos índices de pobreza. Se dedican a la minería informal. Por lo cual, es un problema muy serio en correlación a la salud ambiental; el uso del mercurio es el agente primordial en la ejecución de la minería artesanal. Autoridades alertaron la presencia del mercurio en 20 niños en el sector de Secocha, resultado de la exposición y desarrollo del proceso de las moliendas en las viviendas del mismo sector y el quemado del oro donde se liberan sustancias en estado gaseoso, lo que inhibe a que la mayor parte de la localidad considera que las condiciones de aire y agua en el anexo en un 95.5% y 94.0% están intoxicadas respectivamente. En temas de salud respiratoria y digestiva, el 50.7% de la población dicen que sufren algunos de estos males, debido primordialmente a la falta del sistema de alcantarillado y el agua potable en la población secochana. En conclusión, estos y otros problemas sociales como la inseguridad son los principales problemas del asentamiento minero en Secocha. No obstante, existen aspectos personales como la Resiliencia y el Bienestar Psicológico que permiten a los padres de familia lidiar con esta situación, logrando adaptarse adecuadamente y sin tantas complicaciones. (Quispesivana, 2018)

“Podemos decir que la investigación es un conjunto de procesos sistemáticos, metódicos, críticos y empíricos que se emplean o usan al estudio de un fenómeno o problema en particular.” (Sampieri, 2014) Por consiguiente, la presente investigación presentó como objetivo, determinar la relación existente entre la Resiliencia y el Bienestar Psicológico en padres de familia de la I.E. “Cristo rey de reyes”, ubicada en el anexo de Secocha Camaná; a fin de conocer o saber la situación actual de estos padres de familia y con ello dar un nuevo aporte para esta línea de investigación. El presente informe de investigación se constituyó en los siguientes capítulos:

En el capítulo uno, se explica el problema de la investigación, en ella se muestra o se habla de la situación problemática de los padres de familia de al I.E.

“Cristo rey de reyes” en base a la Resiliencia y el Bienestar Psicológico, posteriormente el Planteamiento de problema, la formulación del problema general y específico, la justificación del estudio, los objetivos de la investigación, tanto general como específicos.

En el capítulo dos, se muestra el Marco teórico; los antecedentes de las variables, tanto nacionales como internacionales, asimismo se mencionan las bases teóricas respecto a cada variable y al final, se hace una definición de términos con sus respectivos autores.

Luego, en el capítulo tres, se realiza la Hipótesis de la investigación, tanto general como específico, variables de estudio, definición conceptual, definición operacional, tipo y nivel de la investigación, diseño de la investigación, población y muestra haciendo mención en ella, los criterios de inclusión y exclusión de estudio, técnicas e instrumentos de recolección de datos, técnicas de recolección de datos, instrumentos de recolección de datos. Consecutivamente, se plantean métodos de análisis de datos y aspectos éticos para el posterior análisis estadístico.

En el capítulo cuatro, se indican los resultados estadísticos conseguidos y su descripción o representación de las características, así como el análisis de las dos variables de estudio. Al final, se muestra la contratación de hipótesis.

El capítulo cinco está dedicado al análisis de discusión de resultados.

En el capítulo seis se detallan las conclusiones

Por último, el séptimo capítulo muestra las recomendaciones a considerarse para futuras investigaciones o indagaciones que manejen las mismas variables.

I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

El termino resiliencia es "La habilidad, destreza para que un individuo pueda levantarse, surgir de la tragedia, adversidad, peligro, pronto adaptarse, recuperarse, acceder a una vida feliz, significativa, productiva" BICE, 1994 citado por Sotelo, 2005 p. 112).

La palabra resiliencia tiene básicamente su origen en el latín, "resilio" que significa volver atrás, volver de un salto, rebotar resaltar. Dice la cualidad de los materiales a soportar, resistir la presión, doblarse con facilidad, flexibilidad, recobrar su forma de antes o antigua, no cambiar su forma ante presiones y fuerzas externas y su potencialidad de resistencia al choque. El término de resiliencia es adaptado por las ciencias sociales, para caracterizar a aquellos sujetos que, a pesar de nacer, crecer y vivir en circunstancias de alto peligro, logran realizarse y superarse psicológicamente como personas saludables, exitosas, fuertes y felices (Rutter, 1993 citado por Sotelo, 2005 p. 112).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) "La covid 19 ha puesto a prueba a este término psicológico al sistema sanitario de todo el mundo, el cual es una población con un alto porcentaje de resiliencia emocional" (Munteanu, 2021 p. 1).

"En el país de los Estados Unidos, se creó el CSRPG (centro para estrés, resiliencia y crecimiento personal) de Nueva York, que ofrece a los empleados en general servicios de apoyo y fomento de la resiliencia, debido la covid 19" (Munteanu, 2021 p. 1).

En el Perú, afrontar la resiliencia es reconocer y aceptar la dura realidad, debido a las verdaderas necesidades de los peruanos y peruanas que no son considerados por las autoridades como debería ser; por ejemplo, defender a las mujeres ante un abuso o violencia mientras que en otros países resilientes tienen consideración y una visión más clara, serena,

realista ante las necesidades presentes y futuras. (Morales, 2019 citado por Lopez & Vergaray, 2021 p. 1 y 2)

La variable de Bienestar Psicológico es “una noción unida a la percepción subjetiva que tiene un sujeto respecto a los beneficios obtenidos por él, y su grado de deleite personal con labores pasadas, presentes y futuras” (Diner y Cols., 1999 citado por Pérez et al., 2010).

Bienestar psicológico nace en relación a un juicio cognitivo, esto quiere decir que el sujeto hace acerca de sus resultados, lo que a su vez influye o interviene en la conducta destinada al logro de propósitos positivos, siendo un elemento motivador intrínseco para los padres de familia de esta investigación. (Perez, Ponce, & Márquez, 2010 p. 33).

La llamada constitución de la OMS, especifica que la salud es un estado de perfecto bienestar físico, mental, social, esto quiere decir que no es simplemente la falta de afecciones o malestares. Por consiguiente, según esta institución el deleite del grado inmenso de salud que se pueda conseguir o lograr es uno de los derechos primordiales de todo ser viviente sin distinción de linaje, credo, pensamiento político, condición económica o social. (OMS, 2020 citado por Munteanu 2021 p. 2).

Así mismo, hablando de la realidad nacional, en el Perú, hay hasta 295 mil personas con limitaciones permanentes relacionadas a problemas mentales y un 20,7% padece algún tipo de trastorno mental, esto es alarmante en relación a la salud mental y el bienestar. (Ministerio de Salud, 2018 citado por García & Gastelo, 2021 p. 2).

Zona Sur, la población que se dedica al trabajo en esta parte del Perú, es gente inmigrante de las regiones más necesitadas como Puno, Cusco, en especial de la Provincia de Chumbivilcas y las provincias Arequipeñas como Camaná, una población con altos índices de miseria, pobreza. A nivel nacional, el 27% de la PEA se dedica a esta actividad según dio a conocer el MINEM en el 2008 (Pachas, 2011), lo que significa una dificultad en cuanto a temas del oficio informal a nivel nacional. En los últimos años, los habitantes dedicados a esta peligrosa actividad han aumentado a 200 mil. (Valencia, 2014 citado por Quispesivana, 2018 p. VII).

Los padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” son resilientes, pues se han adaptado y han hecho frente a diversos obstáculos que les tocó vivir en el lugar donde trabajan. La mayoría son inmigrantes de diversos lugares del Perú y extranjeros venezolanos.

La resiliencia de la población de Secocha se da por la salud ambiental, ya que se viene realizando una actividad informal que afecta a los habitantes. El uso de mercurio es el agente principal en la realización de la minería artesanal. Las autoridades descubrieron y alertaron la presencia de mercurio en niños y adultos en el sector de Secocha, como resultado de la exposición y el proceso de las moliendas; puesto que, en las viviendas del mismo lugar ejecutan el quemado de los bolones de oro, los cuales liberan una sustancia en estado gaseoso que contamina el aire. El aire y el agua están contaminados en un 95.5 %, si no se hace algo al respecto, este problema traerá serias consecuencias. Estos y otros problemas sociales como la inseguridad ciudadana son los principales problemas de dicho asentamiento minero. (Quispesivana, 2018 p. 2).

Lamentablemente, las causa por la que se originó este problema es la expansión de la minería artesanal, informal e ilegal, también por la falta de oportunidades laborales y escasos ingresos económicos. Esta es una actividad de sobrevivencia y debido a sus métodos artesanales, es una actividad de alto riesgo. Si esto sigue, como consecuencia habrá mayor contaminación del medio ambiente. Cuando los vapores de mercurio, son arrastrados por el viento, contaminan el suelo y el agua, tal es la contaminación, que repercute en los animales, las plantas y los seres humanos. El uso de maquinarias prohibidas y los métodos de beneficio por amalgamación y refogado con mercurio, son los que producen el más alto impacto en el medio físico, biológico y socio económico. Deforestan, erosionan, inundan y destruyen la calidad del suelo, producen sedimentos y alteran el cauce de los ríos que es un elemento primordial para la agricultura, ganadería. Esto destruye la flora y fauna; afectan la salud de las personas y el medio biológico. Esto también ocasiona graves problemas psicológicos en la población secochana. (Quispesivana, 2018 p. 2).

En realidad, la situación de los padres de familia de la I.E. “Cristo rey de reyes” de la mina informal de Secocha han logrado adaptarse gracias al bienestar psicológico y la resiliencia, es neural indicar que las personas, más que vulnerables, son resistentes, tenaces y presentan habilidades para salir adelante; entre las que se señala la habilidad para comunicarse, anunciar, solicitar ayuda, resolver problemas, ser autónomos, proyectarse en el futuro, utilizar el buen humor, ser afectuosos, cordiales, afectivos y confiar en Dios. (Cyrulnik, citado por Dominguez & Godín, 2007).

Por ello, es importante conocer si existe una relación entre resiliencia y bienestar psicológico, ya que merecen ser estudiadas para entender y prevenir los efectos negativos que produce en los padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” del anexo de Secocha.

Por consiguiente, el tema a investigar es pertinente para la psicología; porque pone en debate a la psicología propiamente dicha frente a los problemas sociales, económicos, ambientales del pequeño minero informal. Por otro lado, la identificación de las anomalías sociales y ambientales será un aporte fundamental para mejorar, perfeccionar, optimizar, las condiciones de vida de las familias mineras de Secocha.

Finalmente, se recalcar en función a todo lo mencionado que la presente investigación se dirige a la búsqueda de la relación entre resiliencia y Bienestar Psicológico en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020

Por todo lo expuesto, para el presente estudio se han formulado las siguientes preguntas:

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

PG ¿Cuál es la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020?

1.2.2. Problemas específicos

- PE 1 ¿Cuál es la relación entre resiliencia y autonomía en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020?
- PE 2 ¿Cuál es la relación entre resiliencia y vínculos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020?
- PE 3 ¿Cuál es la relación entre resiliencia y proyectos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020?
- PE 4 ¿Cuál es la relación entre resiliencia y aceptación y control en padres de familia de la Institución educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020?

1.3. Justificación del estudio

“Justificación. Descargo, de la exploración e indagación, indica el porqué de la investigación exponiendo sus razones. Por medio de la justificación nos comprometemos a demostrar que el estudio es realmente necesario e importante.” (Hernández, 2014, p. 40).

Con la finalidad de comprender la justificación de la presente investigación, se ha creído conveniente, organizarla en 4 niveles: teórico, práctico, metodológico y social.

A nivel teórico, en este mencionado lenguaje científico si bien es cierto, últimamente hay un constante e incesante interés por parte de los investigadores en analizar la resiliencia. Existen pocas investigaciones que la relacionen con el bienestar psicológico, por lo tanto, la presente investigación dará diferentes sapiencias científicas de los cambios que pueda causar el bienestar psicológico y la resiliencia, contribuyendo así factores de juicio sobre la naturaleza, valor, importancia e implicancias que tiene cada una de estas variables en la vida de las personas que participan. Esta tesis contribuirá individualmente con sapiencias y conocimientos científicos sobre la resiliencia y el bienestar psicológico, variables

que aún no han sido chocadas de manera significativa en nuestro país, aunque en tiempo de pandemia le están dando el valor debido.

Se pretende contribuir con nuevas sapiencias científicas a nivel ético como émico, tanto de la resiliencia como del bienestar psicológico, pretendiendo de este modo desterrar la adopción acrítica de una visión del mundo etnocéntrico, y ocuparse más con la realidad.

A nivel práctico, los efectos que brinda la presente investigación valdrán como compendios de juicio para diseñar, elaborar y hacer programas de prevención y promoción sobre resiliencia y bienestar psicológico.

Por lo tanto, en la medida que se realicen más programas en favor a la resiliencia y el bienestar psicológico, se reducirá el vacío existencial y la sensación de indefensión frente a la vida humana; el individuo será capaz de afrontar, desafiar las fatalidades, y alcanzar un mayor bienestar psicológico que le permita ser más vigoroso, pujante, coherente, auténtico, genuino y vivir con un mayor sentido de totalidad, integridad y autorrealización.

A nivel metodológico: El estudio brindará información meritoria sobre la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young; como las dimensiones de la Escala de Bienestar Psicológico de María Martina Casullo no solo en nuestro Perú, sino también en todo el mundo. “Estas variables de resiliencia y bienestar psicológico tienen diferentes autores, ellos hicieron diferentes instrumentos, preguntas, audiencias, ordenamientos, clasificaciones que han servido para hacer realidad la presente investigación.” (Hernández, 2014).

A nivel social: El presente estudio genera una huella efectiva en la sociedad, ya que tiene una justificación social y esta beneficiando, contribuyendo a la colectividad. El progreso o avance de esta investigación suministra información de calidad significativa para que los psicólogos amplíen su enfoque y realicen proyectos de intervención que puedan potenciar la resiliencia y el bienestar psicológico de los padres de familia de las minas informales de Secocha; a fin de cambiar hábitos inadecuados y modificar las conductas y actitudes que afectan su salud mental, pues viven en un ambiente inhumano. Las organizaciones nacionales, privadas y políticas del estado deben involucrarse en la tarea de difundir

programas que desarrollen aspectos de la psicología positiva, tales como la resiliencia y el bienestar psicológico en poblaciones afectadas, además de promover la salud mental, mostrando comprensión y responsabilidad con la sociedad.

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general

OG Determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

1.4.2. Objetivos específicos

OE 1 Identificar la relación entre resiliencia y autonomía en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

OE 2 Determinar la relación entre resiliencia y vínculos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

OE 3 Describir la relación entre resiliencia y proyectos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

OE 4 Identificar la relación entre resiliencia y aceptación y control en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes nacionales

Cuba, (2020) La presente investigación titulada, “Bienestar psicológico y resiliencia en practicantes de hatha yoga de Lima metropolitana”. Cuyo objetivo fue determinar la relación que existe entre el bienestar psicológico (BP) y la resiliencia (R), contó con una muestra de 122 practicantes de hatha yoga, con edades comprendidas entre los 19 y 60 años. Para esta investigación, se utilizó la escala de BP para adultos de Casullo (2002) validada por Domínguez (2014) y la validación peruana de la escala de R de Wagnild y Young (Castilla, Coronel, Bonilla, Mendoza & Barboza, 2016). Se hizo un análisis descriptivo, donde se procedió a calcular los valores de la media, puntajes mínimo y máximo, desviación estándar y el coeficiente de (Rosario, 2020)Kolmogorov - Smirnov para determinar la normalidad de datos. Como resultado, se encontró una correlación positiva entre la R y las dimensiones de Aceptación de uno mismo/Control de situaciones ($\rho = .294, p < .01$) y autonomía ($\rho = .298, p < .01$). Como conclusión, se puede hacer futuros estudios donde se evalúen más variables implicadas dentro de las estudiadas en esta investigación, como por ejemplo el sentido de vida, satisfacción y autoconfianza. Es importante, debido a que involucra una práctica que se encuentra en incremento. Además, esta ha sido recomendada por psicoterapeutas como una forma de lidiar con la ansiedad y el estrés. Mediante este estudio se podría evidenciar si es que existe una relación entre el BP y la R en esta población en particular y, con los resultados, identificar qué aspectos dentro de estas variables podrían estar relacionados entre sí y cuáles podrían predecir la aparición de la otra. Por último, se espera que la presente investigación de pie a futuros estudios que involucren variables implicadas dentro de las estudiadas en esta investigación.

Bustamante, (2019) realizó un trabajo de investigación titulado “Resiliencia y bienestar psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario de Lima.” La presente investigación tuvo como objetivo, determinar la relación entre las variables de la resiliencia y bienestar

psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario de Lima. Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia de 69 internas que fluctúan entre las edades de 20 a 62 años ($M= 39.12$; $DE= 10.76$). Los instrumentos aplicados fueron, la escala de resiliencia ER, elaborada por Wagnild y Young; adaptado en el Perú por Novella (2002); y la escala de BIEPS-A (Adultos) para medir el bienestar psicológico elaborada por Casullo (2002) adaptada en el Perú por Domínguez (2014). La presente investigación es de tipo cuantitativa, diseño no experimental, descriptivo y correlacional. Para realizar la prueba de hipótesis, se utilizó Rho de Spearman. Los resultados muestran que el bienestar psicológico se relaciona significativamente con la resiliencia. A partir de los resultados de la primera hipótesis, se afirma que existe relación positiva altamente significativa entre las variables de investigación, bienestar psicológico y resiliencia en las internas por tráfico ilícito de drogas; esto nos indica que, las internas cuentan con fortalezas como el bienestar psicológico y la resiliencia que influyen positivamente en su personalidad, los cuales van a definir su conducta. En conclusión, existe la relación de que a mayor bienestar psicológico existe mayor presencia de resiliencia. Existe relación positiva altamente significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia, refiere que, a mayor bienestar, mayor manifestación de satisfacción personal de la resiliencia en las internas. Esta investigación es importante, ya que se basó en el análisis de la relación que existe entre el bienestar psicológico y la resiliencia en mujeres internas, acusadas por el delito de tráfico ilícito de drogas; para esto, se tomó en cuenta los testimonios de las mismas internas quienes manifestaron que, cuando cometen delitos, no toman en cuenta las consecuencias físicas, psicológicas y sociales que trae a su vida el perder la libertad. Es decir que, el haber llegado a prisión, y sentir el encierro causó en ellas conflictos psico-emocionales que afectaron su sentimiento de bienestar; empezaron a pensar recién en sus familias; ya que, en su mayoría, son madres con carga familiar y refirieron, además, que desde el primer día en prisión empezaron a tener problemas emocionales y afectivos para adaptarse al nuevo estilo de vida, porque la cárcel es otra realidad, diferente a la vida que llevaban en libertad.

Gonzales, (2017) presentó un estudio titulado “Resiliencia y bienestar psicológico en madres de hijos con trastorno del espectro autista de un centro de educación básica especial de Lima sur”, el cual tuvo como objetivo, determinar la

relación que existe entre la Resiliencia y el Bienestar Psicológico en madres de hijos con trastorno del espectro autista de un centro de educación básica especial de Lima Sur. El tipo de investigación es descriptivo, comparativo y correlacional, con un diseño no experimental. La población que participó en la investigación estuvo constituida por todas las madres de hijos con trastorno del espectro autista, quienes acuden al centro de educación básica especial “Cerrito Azul”, ubicada en el distrito de San Juan de Miraflores; con un número total de 130 madres de familia. 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. El nivel de Resiliencia se encuentra en la categoría promedio. De igual forma, la variable Bienestar Psicológico obtuvo un mayor porcentaje en el nivel promedio. Se encontraron diferencias significativas para la variable edad en la dimensión sentirse bien solo de la Resiliencia ($p < 0.05$); para la variable grado de instrucción se obtuvo diferencias significativas en la Resiliencia en general y en sus dimensiones perseverancia y sentirse bien solo ($p < 0.05$). En el caso de la variable nivel socioeconómico se apreciaron diferencias significativas ($p < 0.05$) en la Resiliencia general y en sus dimensiones ecuanimidad, confianza en sí mismo y perseverancia. En conclusión, para el sexto objetivo específico, se halló que el coeficiente de correlación rho es significativo ($p < 0.05$) en el caso de las dimensiones de Bienestar Psicológico y las dimensiones de ecuanimidad y sentirse bien solo de la variable Resiliencia. En el caso de la dimensión confianza en sí mismo de la variable Resiliencia, se observó relación significativa con las dimensiones aceptación, autonomía y proyectos de la variable Bienestar Psicológico ($p < 0.05$). En lo que respecta a las dimensiones perseverancia y satisfacción de la variable Resiliencia, solo existe relación significativa con las dimensiones de autonomía y proyectos de la variable Bienestar Psicológico ($p < 0.05$). Es importante porque nace el interés por conocer el impacto que tiene un hijo con el trastorno del espectro autista en las madres, pues son ellas quienes, por lo general, educan y cuidan de estas personas. Mucho se ha escrito en relación a este trastorno del desarrollo, pero la literatura se limita cuando se busca información sobre estas madres cuidadoras, en cómo cambia su forma de vivir, sus relaciones interpersonales, cuánto estrés les genera cuidarlos, la percepción que tienen a

futuro y cómo afecta el vínculo familiar; asimismo, si poseen herramientas y factores resilientes para conllevar el diagnóstico de sus hijos.

Retiz (2016) realizó una investigación titulada “Resiliencia, bienestar y expresión artística en jóvenes en situación de pobreza”, el cual tuvo como objetivo describir la relación entre resiliencia, bienestar y práctica artística en jóvenes que viven en pobreza y pobreza extrema. Se contó con la participación de 202 jóvenes de edades entre 18 y 25 años de edad. Del total de participantes, 122 – grupo de estudio- practicaban algún tipo de expresión artística y 80 –grupo de comparación- compartían características sociodemográficas con el grupo de estudio, mas no realizaban ningún tipo de práctica artística. Para evaluar la resiliencia, se utilizó la escala Resilience Scale for Adults (RSA; Hjemdal, Friborg, Martinussen, y Rosenvinge, 2001) y para evaluar el bienestar se utilizaron las escalas Flourishing Scale y Scale of Positive and Negative Experience (FS y SPANE; Diener et al. 2010). Se encontró que las personas que realizan actividades artísticas presentaron mayores puntajes en RSA, FS y SPANE que aquellas que no. Asimismo, se hallaron relaciones positivas entre bienestar y la cantidad de horas de práctica a la semana; entre la dimensión de resiliencia “Recursos Sociales” y la cantidad de años de práctica; y entre la importancia de la práctica artística con bienestar y resiliencia. Se concluye que, aquellos jóvenes que viven en contextos empobrecidos y practican arte presentan mayores niveles de bienestar y resiliencia que aquellos que no realizan este tipo de actividades. Esta investigación es importante porque el involucramiento en espacios de expresión artística les proveería de recursos psicológicos y la forma colectiva en la que practican arte influenciaría en el sentido de pertenencia a sus grupos, lo que fomentaría mayores niveles de resiliencia y bienestar.

Herrera (2015), en su trabajo de investigación titulado “Relación entre resiliencia, cohesión y adaptabilidad familiar y factores psicosociales en hijos adolescentes de mujeres encarceladas”, tuvo como objetivo, registrar los niveles de resiliencia, cohesión y adaptabilidad familiar, así como factores psicosociales relevantes de los hijos adolescentes de las mujeres encarceladas; además de investigar si existe alguna relación entre ellos. La muestra final fue de 50 personas, a quienes se evaluó con la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young, la

Escala de Evaluación de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III). Se utilizó una ficha para registrar los factores psicosociales relevantes. Se concluye que, la resiliencia es un proceso interaccional, en el que intervienen múltiples factores. Uno de ellos es la familia, pero la relación con esta no es estadísticamente significativa. Se encuentra una relación estadísticamente significativa entre mayores niveles de resiliencia y no haber sufrido violencia, física, psicológica y/o estigma, y características de la madre como que posea educación superior y el hecho de que su estado civil sea soltero o casado. Se propone un abordaje de esta población por parte del Estado y de la sociedad que, a fin de brindar mejores condiciones de desarrollo y bienestar. Esta investigación es importante porque la prisión femenina, sobre todo cuando se trata de mujeres que son madres, tiene un alto costo social, que es ignorado y repercute en diversos ámbitos y niveles a la sociedad en su conjunto.

2.1.2. Antecedentes Internacionales

Piña (2017), en su trabajo de investigación titulado “bienestar psicológico y resiliencia en jóvenes universitarios”, 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; además de identificar las posibles diferencias de ambas variables según el nivel socioeconómico. Se trabajó con una muestra no probabilística por cuotas compuesta por un total de 350 participantes, entre los 17 y 20 años de edad, (Media = 18.27 y D.E= 1.06), hombres (182) y mujeres (168) estudiantes de diferentes universidades públicas. Se aplicaron las escalas de bienestar psicológico de González (2013), la escala de resiliencia, de González-Arratia (2011). La evaluación del nivel socioeconómico se realizó con indicadores propuestos de la Regla A.M.A.I., 8x7 (Asociación Mexicana de Agencias de Investigación de Mercados y Opinión Pública, 2011). Se realizaron análisis descriptivos, de correlación de Pearson y de comparación con la prueba de análisis de varianza. Los resultados indicaron altos niveles de resiliencia y bienestar, del análisis de correlación se encontró una asociación positiva significativa ($r = .555$, $p = .000$), de la prueba ANOVA no se reportan diferencias en las variables de interés. Los resultados de la presente investigación, sugieren que el bienestar psicológico y la

resiliencia son habilidades indispensables para la vida, mismas que deben ser potencializadas en los individuos, especialmente en los universitarios, ya que si éstos se dotan de dichas habilidades podrán convertirse en profesionistas con una formación integral y con un alto bienestar psicológico y resiliencia; que les permitirán no sucumbir ante las adversidades diarias y enfrentar la vida de forma menos rigurosa. Estos resultados serán útiles para sentar las bases hacia el desarrollo de programas que permitan incentivar ambas variables en beneficio de los individuos. Se concluye que, es necesario continuar indagando sobre variables que ejercen un efecto directo sobre el bienestar psicológico y la resiliencia de los individuos. Es importante, porque tanto el bienestar psicológico como la resiliencia, son capacidades y fortalezas que otorgan a los individuos la posibilidad de llevar una vida favorable. Por lo que, entender el bienestar psicológico y su relación con la resiliencia es un tema imprescindible en el estudio de la psicología, ya que por medio de ellos será posible desarrollar un óptimo funcionamiento y los individuos podrán alcanzar, no sólo una formación académica eficiente, sino una formación integral que les permitirá desarrollar habilidades para generar un favorable desempeño dentro de la sociedad.

Parada (2015), en su trabajo de investigación “Resiliencia, bienestar psicológico y autoeficacia en relación con el estrés en el docente joven y las prácticas encaminadas a la prevención de la violencia escolar” tuvo como objetivo, analizar la posible relación entre la resiliencia, el bienestar psicológico, y la autoeficacia con el estrés y las prácticas docentes encaminadas al fomento de la convivencia pacífica al interior del aula. El diseño de esta investigación es descriptivo, correlacional, explicativo y de corte transversal. Para ello, se evaluaron las variables mencionadas en una muestra conformada por 101 docentes con edades entre los 25 y los 36 años, con un máximo de 6 años de experiencia en su labor, residentes en la ciudad de Bogotá, Colombia. Los resultados generales para este estudio indican que las variables predictivas no se relacionan de forma directa con el estrés, sin embargo sí con el desarrollo de las prácticas docentes encaminadas al abordaje de los conflictos al interior del aula. En conclusión, se identificó que la muestra presenta un nivel de resiliencia moderadamente más alto en relación con las demás variables, sin embargo, conserva una relación significativamente positiva con el bienestar psicológico con la autoeficacia,

variables que articuladas entre sí reúnen una serie de rasgos inherentes a la labor del docente; son capaces de generar empatía, se permite descubrir, fortalecer y transformar una idea, pensamiento o un entorno, se sobrepone a las dificultades, se prepara para el éxito y es capaz de crear un clima escolar sano. Se destaca por encima de la formación intelectual del docente, la formación de sus competencias para enfrentar la realidad, es decir, frente a la contextualización y proximidad de situaciones vulnerables que conllevan a agudizar el entorno violento al interior de las aulas y por lo tanto, busca prevenirlas.

Hernández (2015), en su tesis titulada “Resiliencia y bienestar psicológico de un grupo de adolescentes en riesgo de exclusión social”, tuvo como objetivo, conocer y describir el bienestar psicológico que un grupo de niños y adolescentes en riesgo de exclusión social perciben tener. En la metodología participaron 27 adolescentes que asistían a un Centro de Atención y Compensación Socioeducativa. Las variables de interés se evaluaron mediante cuestionarios con adecuadas propiedades psicométricas. Los resultados mostraron la existencia de correlaciones significativas y directas entre todas las variables evaluadas. Los análisis de regresión que las variables Resiliencia, Autoestima y Apoyo social contribuyen a explicar conjuntamente un 87,1% de la varianza del Bienestar Psicológico. Según los datos obtenidos, se concluye que, la autoestima y el apoyo social percibido se relacionan positivamente con la resiliencia y esta es un potente predictor del bienestar psicológico que por sí sola explica el 81% de la varianza del mismo. Los resultados obtenidos nos inducen a pensar que desarrollar la capacidad de resiliencia puede tener un gran impacto positivo sobre el bienestar psicológico de adolescentes vulnerables. Es importante este estudio porque después de trabajar voluntariamente con niños en riesgo de exclusión social, surge la importancia de conocer los procesos de afrontamiento para Resiliencia y bienestar en adolescentes en riesgo de exclusión social; además de encaminar a los niños hacia resultados positivos. El cariño que ellos manifiestan desde el primer momento y la baja confianza en sí mismos, que muchas veces se ve reflejado en tareas académicas y sociales, lleva a plantear una solución para medir en ellos los constructos de autoestima y apoyo social.

Delgado y Tejeda (2020), en su investigación titulada “Bienestar psicológico en estudiantes universitarios Latinoamericanos”, tuvo como objetivo, caracterizar las investigaciones publicadas del 2012 hasta la actualidad sobre bienestar en estudiantes universitarios de Latinoamérica. La muestra estuvo compuesta por 20 artículos de revistas científicas publicados entre los años 2013 al primer trimestre del 2018. La metodología implementada en el desarrollo fue la revisión narrativa de 20 documentos (artículos, tesis y resumen), en los cuales se analizó los niveles de bienestar psicológico en los adolescentes Latinoamericanos. Un 90 % de los estudios utilizó una metodología descriptiva, y los instrumentos que más utilizaron fueron la Escala de Ryff (1989), la Escala BIEJ-s; sus intereses se centraban en el bienestar psicológico de los jóvenes universitarios y las diferentes circunstancias que incidan en su forma de afrontar las experiencias vividas. Terminado el proceso de revisión narrativa sobre el bienestar psicológico en adolescentes universitarios, los investigadores sugieren la importancia de ampliar la investigación a otra circunstancia a la que podría estar expuesto el adolescente universitario que influya en su rendimiento académico y por ende reflejado en su comportamiento. En conclusión, el concepto de bienestar ha sido muy discutido, y aún no hay consenso acerca de lo que se considera bienestar, aunque se le ha dado gran relevancia a la subjetividad, al hecho de que cada individuo percibe de manera individual su propio bienestar. La cual se considera importante por la evaluación del bienestar psicológico en el ámbito universitario, ya que durante la trayectoria académica el estudiante vive numerosas situaciones de cambio en relación a sí mismo y al entorno, las cuales inciden sobre su disponibilidad de recursos para enfrentar las circunstancias de la vida universitaria con éxito.

Brito y Ureche (2020), en su investigación titulada “Resiliencia y bienestar en estudiantes universitarios en Iberoamérica”, tuvo como objetivo caracterizar las investigaciones publicadas en Iberoamérica desde el 2015 hasta la fecha sobre bienestar y resiliencia en estudiantes universitarios. Como muestra tenemos la participación de 10 países que nos muestran un porcentaje de aportes realizados en Iberoamérica. Metodología, se realizó un tipo de estudio, Revisión narrativa. El país con más artículos publicados fue España, los autores con mayor influencia fueron los profesionales en psicología y los años donde más concurren estas investigaciones fueron entre los años 2018-2019. Por otro lado, los tipos de

documentos que más incidieron fueron las tesis y los artículos, el tipo de estudio fue cuantitativo. Además, se pueden observar los resultados obtenidos en el proceso de la investigación especificados por países, tipo de documento y año de publicación. Con respecto a los conceptos sobre la relación y el bienestar, encontramos el punto de vista de cada autor y sus diferentes contextos de estudios. En conclusión, es necesario que cada uno de los estudiantes universitarios tengan presente que como persona posee un nivel de resiliencia para afrontar cualquier situación, con la capacidad de buscar su propio bienestar al momento de enfrentarse a las adversidades de la vida. La importancia de indagar en resiliencia y bienestar en estudiantes universitarios es analizar todas las características que conlleva este tema, asimismo investiga esta temática y de esta manera realizar intervención que pueda mejorar su calidad de vida. También, se realiza con el fin de conocer los diferentes puntos de vista y desarrollo de programas en las investigaciones relacionadas con el tema; además de observar la prevalencia que ha tenido a nivel mundial, nacional, regional y local, así mismo se pretende, dejar referencia teórica del tema para futuras investigaciones.

2.2. Bases teóricas de las variables

2.2.1. Resiliencia

2.2.1.1. Definiciones

En estos últimos tiempos la resiliencia es un argumento de interés y debate entre expertos y estudiosos en el campo de la psicología y la educación, ya que se quiere manifestar el porqué algunos individuos logran resaltar ante situaciones adversas y estresantes. En conclusión, se mencionarán algunas enunciaciones de Resiliencia.

Para exponer el progreso de este concepto veremos que el principio etimológico de la palabra resiliencia proviene del término latino “resilio” que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. La unión de este con sus respectivos prefijos y sufijos indica que la resiliencia es la “cualidad (-ia) del que (-nt-) vuelve (re-) a saltar (salire) y quedar como estaba” (Diccionario etimológico, 2015 citado en Herrera & Vásquez, 2015).

El diccionario de la Real Academia de la Lengua española lo define así: “Es la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas”.

Existen diferentes definiciones, tales como: “Es la fortaleza, de un ser humano, asociación o ciudad de hacer frente y prevalecer, influir, las dificultades, esto auxiliará a prevenir y restar riesgos. Tiene carácter multidimensional y se establecen por circunstancias de contexto, la edad, el género y sapiencia.” (Grotberg, 1997; Connor & Davidson, 2003; Rutter, 2007; Villalobos, 2009; Cano, 2009; Vanistendael 2011; Kotliarenco, 2017; citados por Bustamante, 2019).

“El paso de afrontar sucesos vitales, estresantes o provocadores, de un modo que proporcionó a la persona amparo, protección adicional, destrezas, habilidades de resistencia, que las que tenía previa a la ruptura que trascendió desde el evento.” (Richardson, Neieger, Jensen y Kumpfer, 1990 citado por Gonzales, 2017, p. 16)

La Resiliencia es “un ejemplo de prodigio caracterizado por los compasivos resultados a pesar de las serias amenazas para la adaptación o el progreso” (Masten, 2001 citado por Gonzales, 2017, p. 17).

También refieren que, la Resiliencia “es el sumario para los efectos nocivos de la exposición al peligro y permite afrontar de manera triunfante las prácticas traumáticas y la evitación de los recorridos negativos asociadas con el riesgo.” (Fergus y Zimmerman, 2005 citado por Gonzales, 2017)

Son numerosos los escritores que han tratado de definir a la resiliencia, según Carretero (2010 como se cita en Salgado, 2012). En la mayoría de definiciones se encuentran tres puntos en común:

- La resiliencia es un transcurso y no algo que se logró para siempre en un instante, pues la victoria de la desgracia o el ajuste positivo dependerá de muchos componentes muy inconstantes entre un contexto y otro; se desarrollará de acuerdo al período vital. Ya que es un proceso, se puede instruir, adiestrar y por ende cultivarse, por consiguiente todos o muchos pueden lograr ser resilientes.
- La resiliencia nace como consecuencia de la interacción de muchos

componentes, considerando las numerosas esferas que lo forman respectivamente.

- La resiliencia es una destreza que se fundamenta en afrontar deliberadamente la fatalidad de modo en una forma competente y apropiada. Es decir, si alguien es resiliente o no, se deduce de las acciones que ejecuta o hace durante contextos, circunstancias desfavorables de ese ente. (Carretero, 2010 citado por Herrera, 2015, p. 36).

2.2.1.2. Aproximaciones teóricas sobre la Resiliencia

1) Modelo del desafío de Wolin y Wolin

Wolin y Wolin en 1993 denominaron “El modelo del desafío”, el cual se basa en enfrentar circunstancias desfavorables que se crean en la vida de una persona, donde las fatalidades o desdichas producidas por cierta pérdida logran convertirse en un reto o un impulso para desafiar. También, puede figurar una barrera resiliente, la cual impedirá que las condiciones desfavorables que atraviesa puedan dañar al ente, transportando a la persona a una etapa de complacencia, disfrute y vencimiento. Se debe recalcar que el patrón de desafío se concentra en las cualidades y habilidades que tienen las personas resilientes, es por ello que Steven Wolin y Sybil Wolin, investigaron narrar los componentes y elementos que resultarán significativos para las personas, alcanzando a desarrollar sin mucha dificultad “los 7 pilares de Resiliencia”. (Wolin y Wolin, 1993 citado por Gonzales, 2017, p. 16)

2) Teoría del desarrollo psicosocial de Grotberg.

Esta teoría fue ampliada por Edith Grotberg, quien certificó que la Resiliencia es una respuesta, circunstancia o suceso que se da ante la figura de una desgracia. La cual suele pasar en algunos espacios de la vida o en un instante explícito. Por eso, se narra a la “Resiliencia como componente forzoso, tanto para retar los infortunios o para el desarrollo de la salud emocional de las personas.” (Grotberg, 1995 citado por Gonzales, 2017, p.17)

El término adversidad, según Infante (2002), no solo se refiere a una gama de numerosos componentes de riesgo (como el desempleo), sino también se cuenta a un periodo o parte de la vida específica de un ente (como el fallecimiento de un ser querido). También, “relata que la desgracia es referente, puesto que una circunstancia para unos puede resultar un desafío, mientras que para otros puede resultar triste.” (Infante 2002 citado por Gonzales, 2017, p. 18)

Acorde con la teoría de Grotberg (2001), para afrontar las fatalidades y superarlas, los individuos se fortalecen o toman factores resilientes de cuatro principios (yo tengo, yo soy, yo estoy y yo puedo), las cuales se reflejan en los términos verbales de personas con características resilientes.

2.2.1.3. Categoría de los factores resilientes:

- 1) Yo tengo: Concerniente, referente al apoyo.
 - Personas que valoren, en quienes hay descanso y confianza.
 - Individuos idóneos, capaces de crear límites con el fin de instruir, adiestrar, preparar a evitar los riesgos.
 - Personas maravillosas que enseñan el modo correcto de seguir; conducen a través del ejemplo.
 - Individuos que buscan que su prójimo se desenvuelva solo.
 - Personas excelentes que ofrecen apoyo cuando hay riesgo o enfermedad.
- 2) Yo soy: Conjunto al subsiguiente factor importante que implica en la capacidad intrapsíquica.
 - Uno o alguien por quien los restantes perciben, afecto, simpatía, cariño y valoración.
 - Felicidad cuando se ejecuta un acto solidario hacia los demás.
 - Cuando hay consideración por el prójimo y por sí mismo.
- 3) Yo estoy:
 - Dispuesto, listo, pronto a hacerme cargo de mis hechos.
 - Confiado, seguro, positivo, en que todo me irá bien.
- 4) Yo puedo: Abarca el logro de habilidades interpersonales y las estrategias para afrontar problemas.
 - Dar una opinión ante temas que inquietan, molestan o asustan.

- Encontrar la manera de corregir los problemas.
- Manejar las ganas de hacer algo peligroso de manera positiva.
- Encontrar el instante apropiado para conversar con alguien y resolver el problema. (Grotberg, 2001 citado por Gonzales, 2017, p. 19).

2.2.1.4. Modelo integrador de Resiliencia

Mateu, Gil y García (2009) se basan en que el sitio de partida para hacer procesos de Resiliencia, se produce entre el linaje y la persona. Cada dispositivo ofrece a este lazo sus adecuados recursos y restricciones. Durante la causa que se genera entre la familia, el individuo y la asociación. Las personas pueden generar formas y mecanismos de protección hacia las circunstancias o momentos desfavorables y las experiencias que perennemente se les presentan. Las personas que viven estas prácticas pueden o no utilizar mecanismos protectores, logrando atravesar estas experiencias como “pruebas” (de una mayor o menor intensidad) o inclusive llegar a desencadenar o afrontar un “trauma”. (Mateu, Gil y García, 2009 citado por Gonzales, 2017, p. 20).

Cyrułnik, 2009 narra y equilibra las desemparejas que existen entre prueba y trauma, para así tener un mejor conocimiento. El autor relata que el trauma es una circunstancia o momento en donde la persona tiene que “haber estado muerto”, es decir, la persona vive y percibe la práctica como una ruptura en su temperamento, o sea es un dolor inmenso irreparable y por ende se instituye un cambio entre el antes y el después en su vida. Por otro lado, el término prueba hace referencia que, aunque lidiemos, nos desalentemos, suframos o estemos rabiosos, esto quiere decir que solo es por un momento, tenemos la capacidad para sentirnos verdaderamente vivos y con ello superar los problemas. (Cyrułnik, 2009 citado por Gonzales, 2017, p. 21).

Los escritores creen que ningún avance es único, (ni el que se origina por una prueba o un trauma), por lo inverso, la mejora es progresivo, y se concordará tanto a los factores preservadores que presente la persona y el ambiente, así como a los factores de riesgo que existan en los contextos urbanos y en el linaje o en la familia respectivamente.

2.2.1.5. Enfoques de Resiliencia

Farías (2007) dice que hay dos orientes especiales que median en la resiliencia: los factores de riesgo (sentido negativo) y factores protectores de la resiliencia (sentido positivo).

- 1) Enfoque de factores de riesgo de la resiliencia: son contextos ambientales contrarios como la escasez, falta de dinero, el problema familiar, abandono, exposición a la violencia e injusticia de parte de los papás, quienes son compradores de drogas con conducta delincuente o mal estado de salud mental; estas asimismo, son supuestas como elementos, estresores porque entristecen de forma negativa la salud mental de la persona.
- 2) Enfoque de factores protectores de la resiliencia: en este enfoque los factores personales aquí se discurren, pasan los recursos como la autoestima, principio de la resiliencia, empatía, autosuficiencia y libertad en la toma de disposiciones o decisiones. (Farías, 2007 citado por Bustamante, 2019, p. 32)

Entre los 5 y 6 años, el ser humano establecer juicios de cómo le ven los mayores en su ambiente. Se debe tener en cuenta que depende de la autoestima que el niño tenga para que la persona tenga triunfos o frustraciones en la vida. Otro origen de la resiliencia es la creatividad, la cual es considerada una cualidad que toda persona tiene y ayuda en el semblante personal y social, porque consiente la resolución de contrariedades de la vida. Este recurso se debe desarrollar en la persona de acuerdo a su cultura, también a los factores familiares, tal es así que debe haber una buena comunicación familiar de los padres e hijos ya que esto les favorecerá.

Finalmente, otros de los factores que ayudan a la resiliencia en las personas son la corriente positiva (ayuda a crecer) y las experiencias, prácticas-positivas (ayuda a la estimulación; ayudan a seguir adelante sin prejuicios, vigorizan la salud emocional y la resiliencia); es aceptar las situaciones negativas como parte de un noviciado (ser protagonistas y garantes, evitando victimizarse por cada situación desfavorable, desagradable, de la vida). (Farías, 2007 citado por Bustamante, 2019, p. 33).

2.2.1.6. Dimensiones de la resiliencia

Para las estudiosas Wagnild y Young (1993), la resiliencia tiene tipos multidimensionales, los cuales poseen ciertas características propias, tales como la cultura, edad y género. Las autoras efectuaron una prueba de Escala de Resiliencia (ER) la cual estaba formada por 25 ítems, con escala tipo Likert. El propósito de esta prueba fue equilibrar las maneras personales que favorecen la resiliencia.

- 1) Factor de capacidad personal: autoconfianza, libertad, constancia, perseverancia, tenacidad, poderío, capacidad, entre otros.
- 2) Factor aceptación de uno mismo y de la vida: apariencia de la vida, aprobación, adaptación, maleabilidad, balance en la vida, impresión de paz y sosiego a pesar de las desdichas. Sus características son:
 - a) Satisfacción personal: significado de la vida.
 - b) Ecuanimidad: perspectiva de la vida.
 - c) Perseverancia: deseo de logro, disciplina y persistencia.
 - d) Confianza en sí mismo: creer en sus habilidades.
 - e) Sentirse bien solo: sentirse libres, importantes y únicos. (Wagnild y Young, 1993 citado por Bustamante, 2019, p. 33).

La prueba de resiliencia (ER) fue adecuada a varios idiomas, tales como al portugués, sueco y español. Rodríguez (2009), España Heileman, Lee, y Kury (2003), con efectos propicios en Brasil por Pesce (2005). En el Perú esta prueba fue adaptada y traducida por Novella (2002), quien efectuó su indagación en el Colegio Nacional de mujeres "Teresa Gonzales de Fanning" en Lima, con el modelo (ER) de Wagnild y Young (1993) que al considerar esta variable halló que es confiado para utilizar en el Perú. (Crombie, 2015 citado por Bustamante, 2019, p. 34).

2.2.1.7. Resiliencia familiar

La presente investigación estuvo basada en Resiliencia y Bienestar Psicológico en padres de familia de una I.E. así pues, es propicio abordar, hablar la Resiliencia en la familia ya que es la base de la sociedad.

“La Resiliencia familiar se ha determinado como los modelos conductuales positivos e idoneidades funcionales que la unidad “familia” expresa bajo estrés o situaciones opuestas, decretando su habilidad para recuperarse conservando su integridad como unidad.” (McCubbin, Balling, Possin, Frierdich y Bryne, 2002 citado por Gonzales, 2017, p. 23).

“Resiliencia familiar comprende unas características que se fundan en la capacidad para poseer un funcionamiento flexible y de represión a los inconvenientes, suspendiendo así que otro dominio de la dinámica familiar obstruya en el funcionamiento de sus componentes.” (Gonçalves, 2003 citado por Gonzales, 2017, p. 23).

“La Resiliencia en familias es significativo verla desde una óptica ecológica y sistémica del desarrollo, o sea el contexto relacional de Resiliencia dentro de un punto sistémico difunde nuestra visión de la adaptación individual para procesos transaccionales.” (Walsh, 2005 citado por Gonzales, 2017, p. 23).

En consecuencia, la Resiliencia familiar es entretejida, entrelazada por un régimen de costumbres y relaciones que se extienden durante los ciclos de la vida, en varios contextos sociales y a través de las reproducciones o generaciones.

2.2.1.8. Dominios de la Resiliencia familiar

Walsh (2005), la Resiliencia es ajustada cuando los inconvenientes y las desgracias son vistos como una forma de creer y prevalecer los propios límites. No obstante, hay métodos que forman el asiento del movimiento familiar, las cuales están sujetos a la formación de la Resiliencia, más aún en tres dominios:

Sistema de creencias compartido. Las familias que muestran resiliencia forman una serie de programas compartidos, los cuales rigen hacia el desarrollo y el recobro. En esta causa, los programas juegan un rol significativo y trascendente, ya que impulsan a percibir nuevas posibilidades, tal como la fe en Dios, razón para progresar y vencer toda dificultad.

Esquemas organizacionales. Sobresale la fuerza protectora de los tipos organizacionales de la familia, los cuales proceden como interesantes de las conmociones familiares. Para que exista un adecuado nivel de trabajo en familia

es obligatorio y necesario una formación flexible que a su vez se conserve firme. Dicha permanencia exige reglas, funciones y esquemas. Con ello, instrucciones, conocimientos, así como hábitos y costumbres familiares que conservan un sentido de continuación a lo largo de la época o de la vida.

Comunicación y resolución de problemas. Los métodos de Resiliencia familiar se defienden en las destrezas para la resolución de contrariedad y la comunicación, para ello se propone que los dispositivos del sistema familiar puedan propiciar un extenso rango de inquietudes, como dolor, alegría, satisfacción, desconfianzas, esperanzas, fracasos y éxitos. Vigorizar la Resiliencia familiar es buscar y alcanzar que cada uno de los miembros de la familia acreciente la capacidad para comunicarse y con ello alcancen, negociar y enunciar nuevas demandas. Para conseguir aquello, existen tres criterios básicos: a) claridad; b) resolución colaborativa de los problemas y c) expresión emocional abierta. (Walsh, 2005 citado por Gonzales, 2017, p. 24).

2.2.2. Bienestar psicológico

2.2.2.1. Definiciones

Actualmente, muchos se preguntan qué es el bienestar, en qué radica sentirse o vivir bien, por qué algunos individuos se sienten y viven mejor que otros; estas y otras preguntas se hacen. Estas inquietudes conllevan a platicar sobre el Bienestar Psicológico, del cual no se unificarán conceptos, ya que posee varias delimitaciones conceptuales. A continuación, mencionaremos enunciaciones atinadas.

“El Bienestar Psicológico se basa en tres características: presencia de indicadores positivos y no ausencia de factores negativos, valoración global de la vida y la subjetividad. Un buen nivel de bienestar dependerá del discernimiento positivo acerca de la vida.” (Diener, 1984 citado por Gonzales, 2017, p. 26)

También, se refiere al Bienestar Psicológico como “el horizonte en que un hombre precisa su vida “como un todo” en procesos positivos, es decir, en la medida que el individuo encuentre el gusto en la vida que carga.” (Veenhoven, 1991 citado por Gonzales, 2017, p. 26)

Asimismo, se refiere que, “La dicha o el bienestar son conocimientos subjetivos de la conveniente vida y que estas intervienen en el Bienestar Psicológico,” (Sánchez-Cánovas, 1998 citado por Gonzales, 2017, p. 26)

La OMS concreta la salud como "el estado de bello bienestar físico, psíquico y social, y no sólo el alejamiento de contusión o padecimiento." (OMS, 2014 citado en HUAMANTUMA, 2017).

“Bienestar psicológico es como un constructo multidimensional cuyos ejes y dimensiones comprenden formas, tanto característicos como sociales respecto al sujeto, manera de estar en el mundo, la valoración que hace y significado que otorga a su realidad.” (Romero, Brustad y García, 2007 citado por HUAMANTUMA, 2017).

Definen al bienestar subjetivo considerando los aspectos cognitivos y afectivos. “El dispositivo afectivo, cordial percibe sus sentimientos, emociones, inquietudes y estados de ánimo más frecuentes.” (Andrews y Withey, 1976 citado en Luna, 2017)

“El bienestar es un cambio relativo que muestra el gusto de los individuos y su nivel de complacencia ante circunstancias específicas o globales de la vida diaria, en la que prevalece, un adecuado estado de ánimo.” (Casullo, 2002 citado por Gonzales, 2017, p. 26)

Por último, el bienestar psicológico “Es el fruto que se logra gracias a un proceso de edificación personal, se fundamenta en el desarrollo psicológico del individuo y en la potencialidad que tiene para aguantar de modo cálido las situaciones de la vida.” (Molina y Meléndez, 2006 citado por Gonzales, 2017, p. 26).

2.2.2.2. Aproximaciones teóricas sobre Bienestar Psicológico

1) Modelo multidimensional del Bienestar Psicológico.

Carol Ryff en un atrevimiento por completar algunos conocimientos que habían sido experimentados y tras un arduo brío, en 1989 obtuvo un modelo, piloto exploratorio sobre el Bienestar Psicológico, el cual ha dado un empuje a indagaciones científicas más significativas.

Ryff, definió el Bienestar Psicológico como “El progreso personal y el perfeccionamiento, mejora de las capacidades, en la cual, el personaje indica rasgos de funcionamiento, movimiento, efectivo, seguro.” (Ryff, 1989 citado por Gonzales, 2017, p.27).

Instituyó la coexistencia de seis dimensiones, las cuales formarán parte del Bienestar Psicológico. Estas dimensiones nos dan una orientación del individuo de forma multidimensional, colocando énfasis a la posibilidad de un trabajo de funcionamiento positivo mediado por el progreso de la persona y el desarrollo de la capacidad individual. Asimismo, se hace mención que el grado de desarrollo eficaz de cada área o dimensión no siempre es similar o igual, debido a que un individuo puede presentar fortalezas en algunas áreas mientras puede ir desarrollando otras. (Ryff, 1989 citado por Gonzales, 2017, p. 28)

2) Modelo de Sánchez-Cánovas del Bienestar Psicológico

Considerando la idea o causa que elabora Diener en 1995, al integrar en tres clases el bienestar, los cuales son: preponderancia de los sentimientos o afectos positivos sobre los negativos, la satisfacción con la vida y la posesión de cualidades con un sistema particular de valores. Se relata que el Bienestar Psicológico hace referencia a la felicidad, salud, prosperidad, lo cual es el producto logrado de la autoevaluación de la sensibilidad negativa y positiva. Así pues, se habla acerca del vínculo existente entre la felicidad y los términos de bienestar, y en ellas se hallan conceptos apretadamente correspondidos y atados con la salud, vida afectuosa cordial y familiar; trabajo grato, afecto, posibilidad de desarrollar aficiones, buena situación financiera y Bienestar Psicológico. Esto genera desórdenes por el problema de definirlos. (Diener, 1995 citado por Gonzales, 2017, p. 28).

En conclusión, Sánchez-Cánovas buscó distinguir entre afectividad positiva y negativa; bienestar y felicidad; placidez y seguridad, integrando éstas en la evaluación que hace del Bienestar Psicológico. En su proposición ha integrado varios aspectos que al asociarse dan como resultado el Bienestar Psicológico de modo integral y el cual contiene elementos referentes al bienestar material. Por lo tanto, se puntualizarán las dimensiones, las cuales son porciones y elementos que al completar forman el Bienestar Psicológico como un constructo total:

- Bienestar subjetivo: está formada por tres elementos; uno cognitivo afín con el gusto de la vida y las otras dos afectuosas; una positiva y la otra negativa.
- Bienestar material: se basa habitualmente a las posesiones, patrimonios, materiales y entradas económicas.
- Bienestar laboral: contestación emocional positiva y de complacencia hacia el trabajo.
- Bienestar en las relaciones de pareja: considerada un elemento trascendental para el bienestar. (Sánchez-Cánovas, 1998 citado por Gonzales, 2017, p. 29).

2.2.2.3. Enfoques de bienestar

La Teoría del bienestar por las variadas enunciaciones fue catalogada por Ryan y Deci (2001).

- 1) Enfoque del bienestar hedónico. Este conocimiento, se concierne con la representación de indicadores efectivos del contexto positivo y negativo que experimenta una persona y que va a generar satisfacción con la vida, puede ser en el tema familiar, laboral, educativo según Horley y Little (1985).
- 2) Enfoque del bienestar eudaimónico. Se refiere especialmente al progreso de capacidades y crecimiento personal; a la autorrealización, auto concepto y auto actualización de un individuo. (Ryan y Deci, 2001 citado por Bustamante, 2019, p. 21).

Los individuos enfrentan los inconvenientes y desafíos del día a día asimilando a aguantar y manejarlos para obtener logros. Este atrevimiento les permite poseer bienestar psicológico (casullo, 2002). Por lo tanto, esto es una ideología que se revela mediante impresiones y emociones de carácter positivo que todo ser viviente posee acerca de sí mismos, y de su propia vida (Rosario Quiroz, 2014).

Las características del bienestar psicológico son: el bienestar está unido a las características propias de la personalidad y hay varias concepciones que muestran y alegan que las personas con inclinaciones positivas poseen una mejor perspectiva de la vida y de sí mismos, lo que genera óptimos resultados personales;

en situaciones como en la faena, los estudios y la familia. Cabe destacar que, puede variar según la edad, cultura, sexo; los cuales van a determinar el comportamiento, según las experiencias positivas o negativas que tenga el individuo (Casullo, 2002 citado por Bustamante, 2019, p. 21).

2.2.2.4. Dimensiones del Bienestar Psicológico

Según BIEPS-A de Marie Martina Casullo y participantes (2000). Fundaron sus saberes empíricos acorde a la teoría supuesta por Carol Ryff, quien expuso al bienestar psicológico como una idea multidimensional. Esta escala constituye cinco dimensiones:

- a) Control de situaciones. Asentada en la sensación de poseer todo bajo inspección y de auto competencia.
- b) Aceptación de sí mismo. Esta dimensión reside en el dominio de los diferentes aspectos de sí mismo, sean malos o buenos. Así como, la apreciación de situaciones pasadas y su aprobación sin tener inconveniencias.
- c) Vínculos psicosociales. Radica en la capacidad que el ser humano tiene para iniciar relaciones con los demás. Además de ofrecer familiaridad y tener la habilidad de ser empático, amable y cordial.
- d) Autonomía. Se fundamenta en tomar providencias de manera autónoma y asertiva, asimismo de confiar en su adecuado juicio y ser libre en todo sentido.
- e) Proyectos. Reside en la capacidad que tiene el individuo para diseñar sus propósitos de vida, así como de obtener valores que le otorguen sentido a la vida. (Marie Martina Casullo, 2000 citado por Cornejo, 2019, p. 38).

2.2.2.5. Estrés en los padres de familia

En estos tiempos de estrés, ser papás es un trabajo muy difícil y peor aún si no sabe programar una rutina diaria. Hay padres que no pueden desempeñar bien su papel por lo que representa un origen principal de preocupaciones. La progresiva brecha generacional se ha convertido en una de las razones principales de insatisfacción, o sea, no hay contentamiento entre los padres y sus proles. La situación presente, ha sobrellevado a los padres a permanecer bajo la sombra del

estrés. La incertidumbre sobre el futuro de los infantes, la escasa complacencia con la diligencia de los menores, la diferencia con el contexto social de los hijos y otras preguntas ponen a los progenitores de familia bajo estrés. Hábitos, costumbres de vida, también son obras que han llevado a los padres al estrés emocional. Los padres y los niños no tienen tiempo para estar juntos, lo que empeora la circunstancia. En conclusión, llevan una vida muy estresante. (Vargas, 2019, p. 34).

Bowlby (2009) afirma que “es importante instruirse en el estrés parental en inicios de vida de los niños, esto consentirá saber la situación, las condiciones psicológicas que entran en el contexto familiar y la formación, así como las variables que pueden acrecentar el estrés.” (Vargas, 2019, p. 34).

El estrés de los padres es un fondo importante que se debe tener en cuenta, ya que esto podría perjudicar el horizonte profesional y social de los papás, pues incansablemente cavilan en sus hijos y en la problemática incierta por la que cruzan, lo que marcadamente no solo lesiona emocionalmente a los padres sino también a los hijos. Es muy importante, que los padres e hijos tengan un tiempo para estar juntos. En este sentido, si se evidencian altos niveles de estrés en las familias se deberían crear estrategias para ayudar lo más pronto posible a las personas que sufren esa realidad en su vida diaria. A fin de informar y desplegar al máximo las capacidades de los infantes, más aún cuando estos muestren algún tipo de cambio. La paternidad es un baluarte que debería ser percibido como positivo en la vida de los individuos, renunciando a las implicancias negativas. (Vargas, 2019, p. 35).

2.3. Definición de términos básicos

Resiliencia: “Peculiaridad de la persona que cambia el resultado negativo del estrés, a momentos saludables alentando así el asunto de ajuste emocional.” (Wagnild y Young, 1993 citado por Herrera, 2015, p. 77).

Cohesión familiar: Es “la atadura emocional que las partes de un régimen familiar tienen entre sí, a fin de vivir en un ambiente de paz y sosiego.” (Olson, 1999). Es indicar el grado de alianza que muestran entre sus partes. (Salazar, 2013 citado por Herrera, 2015, p. 77).

Adaptabilidad familiar: Es la “destreza de un método marital y familiar para intercambiar la organización de poder, las relaciones de roles y los reglamentos de sus relaciones dentro de una familia” (Olson, 1999).

“Esto quiere decir que es la capacidad de cambio que consigue una familia ante las nuevas circunstancias” (Sotil, 2002 citado por Herrera, 2015, p. 77).

Bienestar subjetivo: “Estimado como el grado en que un individuo califica de una forma general su vida en términos positivos.” (Veenhoven, 1984 citado por Luna, 2017, p. 38).

Bienestar material: “Es el valor en que un individuo ve de forma subjetiva la tenencia de recursos económicos o ventajas externas.” (Veenhoven, 1984 citado por Luna, 2017, p. 38).

Dificultad: “Hace informe al inconveniente, indecoroso, que brota cuando una persona pretende lograr algo. Los aprietos, por lo tanto, son inmorales o barreras que hay que destacar para obtener un definitivo objetivo.”(Vargas, 2019, p. 35).

Familia: La familia es un grupo de seres unidos por el parentesco. Es la organización más importante de las que puede pertenecer el hombre y la sociedad. Esta unión se puede conformar por vínculos consanguíneos o por un vínculo registrado, legal y socialmente, como es el matrimonio, o la adopción. (Vargas, 2019, p. 36).

Control de situaciones: “Fundada en la sensación de tener todo bajo vigilancia y de auto competencia.” (Marie Martina Casullo, 2000 citado por Cornejo, 2019, p. 38)

Aceptación de sí mismo: Esta dimensión radica “en el poder aceptar los diferentes aspectos de sí mismo, sean malos o buenos. Así como sentirse bien sobre circunstancias pasadas y su aceptación sin dificultades.” (Marie Martina Casullo, 2000 citado por Cornejo, 2019, p. 38)

Vínculos psicosociales: “Es la capacidad que el ser humano tiene para entablar relaciones con los demás, ofrecer familiaridad, ser empático y cordial.” (Marie Martina Casullo, 2000 citado por Cornejo, 2019, p. 38)

Autonomía: Se fundamenta “en tomar disposiciones, habilidades de manera autónoma, libre, exenta y asertiva, además de descansar en su propio juicio, siendo íntegro, honrado y recto en todo sentido.” (Marie Martina Casullo, 2000 citado por Cornejo, 2019, p. 38)

Proyectos: “Contenido que tiene el ser humano para dibujar metas y planes de vida. También de tomar valores y complacencia que le concedan sentido a su vida.” (Marie Martina Casullo, 2000 citado por Cornejo, 2019, p. 38).

Bienestar psicológico: El bienestar psicológico es como, “Un constructo multidimensional cuyos ejes y dimensiones comprenden representaciones tanto individuales como sociales en relación al sujeto; el modo de estar en el mundo, la valoración que hace y el significado que concede a su realidad o situación.” (Romero, Brustad y García, 2007 citado por Huamantuma, 2017, p. 6).

Calidad de vida familiar: “Es un concepto multidimensional que refleja las situaciones de vida apetecidas por una persona en relación a ocho necesidades: bienestar emocional, relaciones interpersonales, bienestar material, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social y derechos.” (Schalock, 1996 citado por Huamantuma, 2017, p. 7).

La autoaceptación: Como su nombre dice, es “la aceptación, de uno mismo, aceptarse con cualidades positivas y negativas; con sentimientos, emociones y pasiones.” (Chávez, 2008).

Las relaciones positivas: “Se determinan por ser cálidas, agradables, placenteras y gratas. El personaje se preocupa por el bienestar de los demás, es capaz de ser empático, cordial, recíproco y tener relaciones íntimas.” (Chávez, 2008).

El crecimiento personal: Es parte del sujeto que está en inquebrantable desarrollo, expandiéndose y avanzando. Tiene la sensación de haber tocado la realización personal, se observan progresos y logros en su conducta a lo largo del tiempo y sus cambios demuestran mayor autoconocimiento. (Chávez, 2008).

El manejo del ambiente: “Consiste en tener dominio y competencia del entorno, control complejo de actividades externas, uso óptimo de oportunidades que surgen

y capacidad para elegir o crear contextos oportunos para sus necesidades y valores personales.” (Chávez, 2008).

El sentido de vida: “Es peculiar, propio, característico del individuo que posee metas y un sentido de orientación en su vida pasada y presente son muy valiosas, preciosas, excelentes y tiene creencias, fes que dan sentido a sus proyectos.” (Chávez, 2008).

La autonomía: “Se refiere al individuo que posee autodeterminación, autonomía e independencia, capaz de manejar la presión social para desenvolverse, desplegar en determinados contextos, regular la conducta y evaluarse, valorar en base a las propias normas.” (Chávez, 2008).

III. MÉTODOS Y MATERIALES

3.1. Hipótesis de la investigación

3.1.1. Hipótesis general

HG Existe relación positiva entre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

3.1.2. Hipótesis específicos

HE 1 Existe relación positiva entre resiliencia y autonomía en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

HE 2 Existe relación positiva entre resiliencia y vínculos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

HE 3 Existe relación positiva entre resiliencia y proyectos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

HE 4 Existe relación positiva entre resiliencia y aceptación y control en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

3.2. Variables de estudio

3.2.1. Definición conceptual.

“Una definición o axioma conceptual, trata a la variable con otros términos, técnicas o métodos”. (Hernandez, 2014)

1) Resiliencia

Para Wagnild y Young “es una cualidad positiva duradera de la personalidad, que ante una experiencia negativa ve la manera de salir adelante, dando lugar a la adaptación ante los nuevos cambios positivos”. (Wagnild y Young citado por Bustamante, 2019, p. 38).

2) Bienestar Psicológico.

Es considerado como una actitud positiva que tiene el ser humano, la cual que se relaciona con los logros y el sentido de una vida feliz (Domínguez, 2014 citado por Bustamante, 2019, p. 38).

3.2.2. Definición operacional.

“Conjunto, vinculado de procedimientos, instrucciones y actividades que se desarrollan para medir una determinada variable.” (Hernandez, 2014, p. 120)

1) Resiliencia.

Para fines de este estudio, se tuvieron en cuenta las características, tipos, particulares, resilientes. Las cuales influyen en la capacidad para afrontar las adversidades, desgracias e infortunios. Es el puntaje obtenido a través del inventario de factores personales de resiliencia que mide los factores personales de esta variable. La resiliencia será evaluada mediante la Escala de resiliencia (ER) de Wagnild y Young (1993) con 25 ítems, las cuales miden cinco dimensiones: 1) Satisfacción personal, 2) confianza en sí mismo, 3) ecuanimidad, 4) perseverancia, 5) sentirse bien solo. (Wagnild y Young, 1993 citado por Bustamante 2019, p. 38).

2) Bienestar Psicológico.

Es “un tipo de fenómeno caracterizado por los buenos resultados, a pesar de las serias amenazas para la adaptación, aplicación o el perfeccionamiento.” (Masten, 2001 citado por Gonzales, 2017, p. 17)

El bienestar psicológico será evaluado mediante la Escala BIEPS – A (adultos) de Casullo (2002) con 13 ítems, las cuales miden cuatro dimensiones o escalas del bienestar psicológico: 1) Aceptación / control de situaciones 2) Autonomía, 3) Vínculos psicosociales, 4) Proyectos.

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	INDICADORES	ESCALA ÍNDICE VALORIZACIÓN
Resiliencia	Capacidad que tiene una persona para superar circunstancias traumáticas como la muerte de un ser querido, un accidente, etc.	Para fines de este estudio se tuvieron en cuenta las características resilientes, las cuales influyen en la capacidad para afrontar las adversidades. Es el puntaje obtenido a través del inventario de factores personales de resiliencia que mide los factores personales de esta variable:	Satisfacción personal Ecuanimidad Sentirse bien solo Confianza en sí mismo Perseverancia	La satisfacción personal es el estado más alto de bienestar y armonía interna que una persona pueda tener. Es un estado de estabilidad y compostura psicológica que no se ve perturbado por la experiencia o exposición a emociones, dolor u otros fenómenos que pueden causar la pérdida del equilibrio de la mente. Son personas que pueden estar rodeadas de familia, pareja, amigos, compañeros y pese a eso se sienten solos Nos permite enfrentarnos a la vida con menos miedo, y más decisión. Si se le propone a dos personas a realizar una misma tarea, siendo todos los demás factores equitativos, lo hará mejor y más rápido aquella que tenga más confianza en sí misma.	1) Perspectiva balanceada de la propia vida y experiencia actitud tranquila y moderada ante la adversidad 2) Tiene un fuerte deseo de logro y auto disciplina persiste en la adversidad 3) Habilidad para creer en sí mismo en su capacidad 4) Comprende el significado de la vida y como se contribuye a esta 5) Nos da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes.	<i>Totalmente en desacuerdo</i> <i>Desacuerdo</i> <i>Algo en desacuerdo</i> <i>Ni en desacuerdo ni de acuerdo</i>
Bienestar psicológico	Es un concepto amplio que incluye dimensiones sociales, subjetivas y psicológicas, así como comportamientos relacionados con la salud en general que llevan a las personas a funcionar de un modo positivo.	Es la satisfacción de los atributos personales tantos positivos como negativos, tipo de relación que se establece con las demás personas, creando vínculos afectivos y disminuyendo el estrés, habilidades personales de cada individuo que le permite relacionarse de forma activa con el medio ambiente, marcar metas, definir propósitos y un sentido de vida.	• Autonomía • Vínculos • Proyectos Aceptación y Control	Es la acción y efecto de perseverar. Este verbo hace referencia a mantenerse constante en un proyecto ya comenzado, una actitud o una opinión, aun cuando las circunstancias sean adversas o los objetivos no puedan ser cumplidos. Perseverar también es durar por largo tiempo. Se basa en poder tomar decisiones de manera independiente y asertiva, además de confiar en su	1) Situación de control y auto competencia. Puede aceptar aspectos buenos y malos de sí mismo, se siente bien acerca del pasado. 2) Puede tomar decisiones de modo independiente es asertivo, confía en su propio juicio. 3) Puede establecer buenos vínculos tiene empatía y afectiva. 4) Tiene metas, considera que la vida tenga sentido.	<i>Algo de acuerdo</i> <i>Acuerdo</i>

			<p>propio juicio y siendo autónomo en todo sentido. Consiste en la capacidad que el ser humano tiene para entablar relaciones con los demás, brindar confianza y tener la capacidad de ser empático y afectivo.</p> <p>Radica en la capacidad que tiene el ser humano para trazarse metas y proyectos de vida. Además de asumir valores que le otorguen sentido a su vida.</p> <p>Consiste en el poder aceptar y de tener todo bajo control los distintos aspectos de sí mismo, sean malos o buenos. Así como sentirse bien sobre situaciones pasadas y su aceptación sin problemas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sentirse bien consigo 	<p><i>Totalmente de acuerdo</i></p> <p>En desacuerdo</p> <p>Ni de acuerdo</p> <p>Nien desacuerdo</p> <p>De acuerdo.</p>
--	--	--	---	---	---

3.3. Tipo y nivel de la investigación

El tipo de investigación es descriptivo, comparativo y correlacional. Descriptivo, porque se indagó las dos variables en la población; comparativo porque se analizó ciertas variables considerando los datos sociodemográficos de cada madre y correlacional porque nos permite determinar el grado de relación entre las dos variables. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, pág. 93).

La presente investigación tiene un enfoque, orientación, cuantitativo, ya que los datos fueron analizados estadísticamente. Asimismo, presenta un diseño no experimental porque no se manipularon las variables. Del mismo modo, la investigación es de corte transversal, ya que los datos se recolectaron en un solo momento (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, pág. 152).

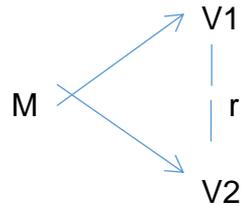
3.4. Diseño de la investigación

Investigación no experimental. “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, 2014, p. 152).

La investigación no experimental cuantitativa podría definirse como la investigación que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Es decir, se trata de estudios en los que no varían de forma intencional las variables independientes, a fin de ver su efecto sobre otras variables. La investigación no experimental se trata de observar fenómenos tal como se dan en su contexto natural para analizarlos. En un experimento, el investigador prepara deliberadamente una situación a la que son expuestos varios casos o individuos. Esta situación consiste en recibir un tratamiento, una condición o estímulo en determinadas circunstancias, para después evaluar los efectos de la exposición o aplicación de dicho tratamiento. En otras palabras, en un experimento “construye” una realidad. En cambio, en un estudio no experimental no se genera ninguna situación, sino que se observan situaciones ya existentes, no provocadas intencionalmente en la investigación por quien la realiza. En la investigación no experimental las variables independientes ocurren y no es posible manipularlas, no se tiene

control directo sobre dichas variables ni se puede influir en ellas, porque ya sucedieron, al igual que sus efectos. (Hernández, 2014, p. 152).

Asimismo, esta investigación “presentó un diseño no experimental porque no se manipularon las variables. Del mismo modo, la investigación es de corte transversal, ya que los datos se recolectaron en un solo momento.” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).



Donde

M = Muestra

V1 = Resiliencia

V2 = Bienestar psicológico

r = Relación que existe entre las variables de estudio

3.5. Población y muestra de estudio

3.5.1. Población

Población o universo Conjunto, es la unión de todos los casos que concuerdan con determinadas descripciones.” (Hernández, 2014, p. 174)

El universo poblacional estuvo conformado por 60 padres de familia de la I.E. “Cristo rey de reyes” de Secocha Camaná, 2020.

3.5.2. Muestra

Muestra. “Subgrupo del universo o población del cual se recolectan los datos y que debe ser representativo de esta.” (Hernández, 2014, p. 173).

Es la parte de la población seleccionada para participar en el estudio mediante técnicas de muestreo y criterios de inclusión y exclusión.

La muestra está constituida por 53 padres de familia.

Desarrollo de fórmula

Para, lo cual, se ha elegido el total de la población:

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

Dónde:

N = Población = 60

n = Muestra = 53

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:

$$n = \frac{(1.96)^2(0.5)(0.5)(46)}{(0.05)^2(46) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

$$n = \frac{(0.9604)(46)}{(0.0025)(46) + (0.9604)}$$

$$n = \dots \dots \dots \text{muestra}$$

Indica que el muestreo es “un procedimiento que consiste en extraer una parte de la población con la finalidad de estudiarla y cuyos resultados queremos extrapolar a la población total” (p.19).

Por consiguiente, se empleó:

La muestra ajustada: factor de corrección finita:

$$\frac{n}{N} = \frac{41}{46} = 89\%$$

Reemplazado:

$$n = \frac{n}{1 + \frac{n}{N}} = \frac{41}{1 + \frac{41}{46}} = \dots \dots \dots \text{muestra}$$

Criterios de inclusión:

- Aceptar participar voluntariamente en la investigación.
- Dar su consentimiento por escrito.
- Ser padre o madre de la Institución Educativa. “Cristo rey de reyes”

Criterios de exclusión:

- Ser padre de familia de otra Institución Educativa.
- Padres de familia que no sepan leer ni escribir.
- Poseer dificultades motoras, visuales o auditivas no corregidas que impidieran la contestación de los instrumentos.
- Padres que no consintieron ser evaluadas.

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.6.1. Técnicas de recolección de datos

La Escala de Resiliencia fue diseñada por Wagnild y Young en 1988, y revisada por ellos en 1993. La escala se conforma por 5 subescalas: ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza de sí mismo, perseverancia y satisfacción. Esta a su vez está constituida por 25 ítems que puntúan de 1 a 7 en la escala Likert; donde 1 es en desacuerdo y 7 un máximo de acuerdo. Así pues, la escala permite obtener un puntaje que oscila entre 25 y 175 puntos, la duración de la aplicación de la escala fluctúa entre 25 a 30 minutos (aproximadamente), es aplicada a adolescentes y adultos.

Medición. Proceso que vincula conceptos abstractos con indicadores empíricos.

Instrumento de medición. “Recurso que utiliza el investigador para registrar información o datos sobre las variables que tiene en mente.” (Hernández, 2014, p. 199).

Recolección de datos. “Acopio de datos en los ambientes naturales y cotidianos de los participantes o unidades de análisis.” (Hernández, 2014, p. 397).

La técnica que se utilizó fueron dos instrumentos de recolección de datos para resiliencia y bienestar psicológico, en padres de familia.

La resiliencia en padres de familia, se considera un total de 25 ítems, categorizado en cinco dimensiones.

El instrumento de bienestar psicológico, se considera un total de 13 ítems, categorizado en cuatro dimensiones.

3.6.2. Instrumentos de recolección de datos

1) Instrumento. Escala de Resiliencia (ER).

Autores.	Gail M. Wagnild y Heather M. Young (1993).
Procedencia.	Estados Unidos.
Adaptación peruana.	Humberto Castilla Cabello Jusara Coronel Sucacahua Arelis Bonilla Lazo Medallith Mendoza Najarro Miguel Barboza Palomino.
Año de adaptación.	2016
Escala.	Likert
Finalidad.	Identificar el grado de resiliencia individual.
Población.	Adolescentes, adultos y adultos mayores.
Nº Ítems.	25 de tipo cerrado
Aplicación.	Individual y colectiva
Duración.	10 minutos

Dimensiones. 5. Evalúa ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción. Considera también una escala total.

Fiabilidad. Alfa de Cronbach 0.906. Coeficiente de dos mitades de Spearman-Brown $r=0.848$

Validez. Adaptación Kaiser- Meyer – Olkin (KMO) = 0.919. Test de Esfericidad de Barlett con 3483,503 significativo al 0.00.

Corrección y puntuación. 1-126 puntos: Nivel Muy bajo 127-139: Bajo 140-147: Medio / Promedio 148-175: Alto.

Valor De Respuesta. 1 = Totalmente en desacuerdo (TD); 2 = Desacuerdo (D); 3 = Algo en desacuerdo (AD); 4 = Ni en desacuerdo ni de acuerdo (¿?); 5 = Algo de acuerdo (AA); 6 = Acuerdo (A) y 7 = Totalmente de acuerdo (TA).

2) Nombre del test. Escala de bienestar psicológico BIEPS-A (adultos).

Autor.	María Martina Casullo.
Año.	2002
Procedencia.	Argentina.
Adaptación Peruana.	Domínguez Lara, Sergio Alexis (2014).
Administración.	Individual o colectiva.
Nº ítems.	13 ítems.
Duración.	10 minutos aproximadamente.
Aplicación.	Desde los 16 años.
Objetivo.	Identificar el nivel de Bienestar psicológico en adolescentes y adultos, basándose en las propuestas teóricas de la satisfacción de Ryff y Keyes (1995).
Área de aplicación.	Ámbito clínico, educativo y organizacional.
Estructura.	Se divide en 4 dimensiones o subescalas: <ul style="list-style-type: none">• Autonomía• Vínculos• Proyectos• Aceptación y Control

Escala. Se califica con la escala de Likert de: 1=En desacuerdo, 2=Ni de acuerdo, ni en desacuerdo y 3=De acuerdo.

Materiales. Manual, cuestionario, lápiz

Descripción de la prueba:

Normas para la corrección y puntuación: La calificación se evalúa por cuartiles: Muy bajo (<25), Bajo (>25 a 50), Promedio (50 a 75) y Alto (>75).

La puntuación global directa se cambia a percentiles. La escala no admite respuestas en blanco. Muy Bajo - Bajo - Medio - Alto - Muy alto

Validez. Casullo (2002), realizó el estudio psicométrico que aplicó a 359 adultos de nacionalidad argentina de 18 años a 61 años. Por ello, realizó un análisis de componentes principales usando rotación varimax, determinando así, 4 dimensiones y explicando al 53% la varianza del instrumento. Por consiguiente, realizó un análisis de confiabilidad donde obtuvo un índice de alfa de Cronbach de 0.70 de manera general.

Domínguez (2014) encontró como resultados correlaciones ítem – total que van de .664 a .894, lo que indica una homogeneidad alta. Así mismo, el análisis factorial para su confirmación nos revela valores adecuados para cada indicador. (2002).

Confiabilidad. Por consistencia interna dio un Alfa de Cronbach de .966 en escala global, .884 (factor aceptación/control), .836 (factor autonomía), .871 (factor vínculos) y .908 (factor proyectos).

3.7. Métodos de análisis de datos

Para el análisis de los datos, en el primer paso se utilizó el software Microsoft Excel, se procedió con el análisis estadístico de las variables mediante el software SPSS.

3.8. Aspectos éticos

Para esta investigación se buscó cumplir el art. 68 del código de Ética del psicólogo peruano, el cual indica que, para los casos de divulgación científica, la información brindada por los participantes del estudio deberá hacerse de modo reservado. Se presentó la carta de permiso a la institución donde se realizó la investigación, explicándoles el propósito del estudio y haciendo de su conocimiento la privacidad y confidencialidad de la información adquirida; de igual manera, se empleó la carta de consentimiento informado, donde los sujetos de estudio autorizan su participación en la investigación, comunicándoles sobre la finalidad;

además del anonimato y la confidencialidad de la información, respetando su libertad de declinar o retirarse de la investigación.

Los procedimientos que se seguirán en la investigación no atentarán contra la dignidad de los padres de familia. Sus objetivos y resultados son transparentes y abiertos a las comisiones de ética y supervisión de la comunidad científica.

El presente proyecto de investigación, cumplirá con las declaraciones de Helsinki estipuladas en la 52^o Asamblea Medica General; llevada a cabo en Edimburgo, Escocia, en octubre del año 2000, cada vez que la aplicación de los instrumentos presente algún riesgo para los participantes. Sin embargo, el respeto a derechos, seguridad y confidencialidad de la información se dará en el trabajo de campo.

IV. RESULTADOS

4.1. Descripción

La descripción del análisis de los resultados se presenta de acuerdo a las dos variables, por otro lado, sus dimensiones se representan en tablas y gráficos con la interpretación de los datos estadísticos; los resultados se presentan con porcentajes exactos.

Tabla 1.
Especificaciones del muestreo

Método de muestreo	Simple
Número de muestras	53
Nivel de intervalo de confianza	95,0%
Tipo de intervalo de confianza	Percentil

En la tabla se puede observar el total de los resultados divididos en cada uno de los niveles. La muestra está compuesta por 53 padres de familia de la Institución Educativa que representa el 100 % de la muestra

Tabla 2.
Estadísticos

		Resiliencia	Bienestar psicológico
N	Válido	53	53
	Perdidos	0	0
Media		1,57	1,68
Error estándar de la media		,087	,088
Mediana		1,00	2,00
Moda		1	2
Desv. Desviación		,636	,644
Varianza		,404	,414
Asimetría		,676	,411
Error estándar de asimetría		,327	,327
Curtosis		-,478	-,645
Error estándar de curtosis		,644	,644
Rango		2	2
Mínimo		1	1
Máximo		3	3
Suma		83	89
Percentiles	25	1,00	1,00
	50	1,00	2,00
	75	2,00	2,00

La variable Resiliencia presenta la media = 1,57, error estándar de la media = 0,08, mediana = 1, moda = 1, desviación = 0,63, varianza = 0,40, asimetría = 0,67, error estándar de asimetría = 0,32, curtosis = -0,47, error estándar de curtosis = 0,64, rango = 2, mínimo = 1, máximo = 3, siendo los grados de percentiles los siguientes: percentil 25 = 1,00; percentil 50 = 1,00; percentil 75 = 2,00.

La segunda variable, Bienestar psicológico, presenta media = 1,68, error estándar de la mediana = 0,08, mediana = 2, moda = 2, desviación = 0,64, varianza = 0,41, asimetría = 0,41, error estándar de asimetría = 0,32, curtosis = -0,64, error estándar de curtosis = 0,64, rango = 2, mínimo = 1, máximo = 3, siendo los grados de percentiles los siguientes: percentil 25 = 1,00; percentil 50 = 2,00; percentil 75 = 2,00.

Tabla 3.
Resiliencia

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Satisfacción personal	27	40,9	50,9	50,9
	Ecuanimidad	22	33,3	41,5	92,5
	Sentirse bien solo	4	6,1	7,5	100,0
	Total	53	80,3	100,0	
Perdidos	Sistema	13	19,7		
Total		66	100,0		

En la tabla 3, se observan los resultados de la variable Resiliencia, se describe la dimensión de satisfacción personal frecuencia = 27, porcentaje = 40,9, porcentaje válido = 50,9, porcentaje acumulado = 50,9; Dimensión Ecuanimidad frecuencia = 22, porcentaje = 33,3, porcentaje válido = 41,5, porcentaje acumulado = 92,5; Dimensión Sentirse bien solo frecuencia = 4, porcentaje = 6,1, porcentaje válido = 7,5, porcentaje acumulado = 100,0.

Tabla 4.
Bienestar psicológico

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Autonomía	22	33,3	41,5	41,5
	Vínculos	26	39,4	49,1	90,6
	Proyectos	5	7,6	9,4	100,0
	Total	53	80,3	100,0	
Perdidos	Sistema	13	19,7		
Total		66	100,0		

En la tabla 4, se observan los resultados distribuidos en 3 dimensiones de calificaciones de la variable Bienestar psicológico, se describe la dimensión de Autonomía, frecuencia = 22, porcentaje = 33,3, porcentaje válido = 41,5, porcentaje acumulado = 41,5; Dimensión Vínculos frecuencia = 26, porcentaje = 39,4, porcentaje válido = 49,1, porcentaje acumulado = 90,6; Dimensión Proyectos frecuencia = 5, porcentaje = 7,6, porcentaje válido = 9,4, porcentaje acumulado = 100,0

En la tabla 4, se observan los resultados distribuidos en 3 dimensiones de la variable Bienestar psicológico, el mayor valor obtenido de porcentaje fue= 39,4, mientras que para el porcentaje acumulado el mayor fue= 100,0 (alta). Los resultados fueron obtenidos según el inventario, que fue aplicado a los padres de familia de la Institución Educativa. “Cristo rey de reyes” Secocha – Camaná.

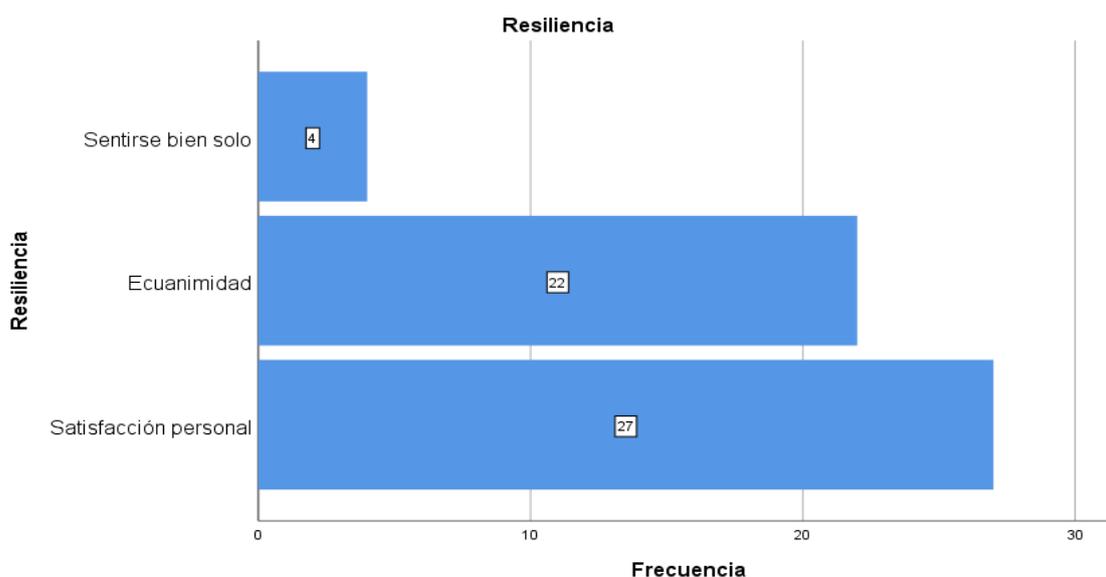


Figura 1. Resiliencia

La figura 1, presenta que el mayor porcentaje encontrado está en la Dimensión Satisfacción personal = 27, que es el más significativo; seguida de la Dimensión Ecuanimidad = 22, y el menor porcentaje = 4 sobre la Dimensión de Sentirse bien solo, que recae en un porcentaje mínimo.

Las 3 dimensiones presentaron mayor frecuencia en el nivel promedio bajo en los padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha – Camaná.

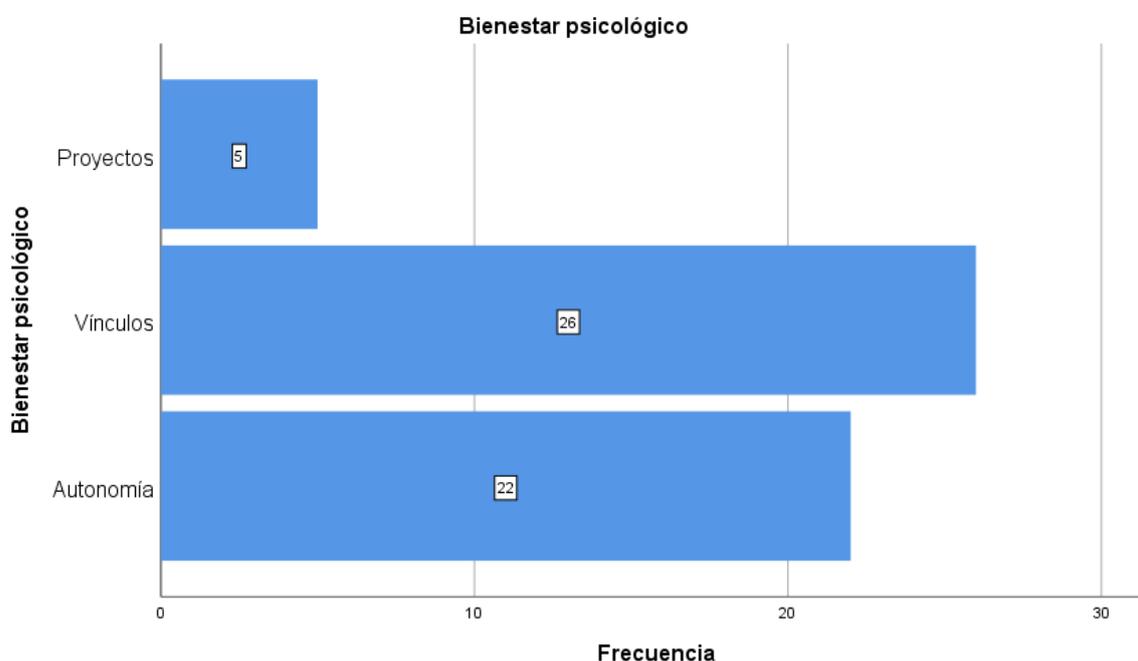


Figura 2. Bienestar psicológico

En la figura 2, se observa que el mayor porcentaje encontrado está en la Dimensión Vínculos = 26, que es el más significativo, seguida de la Dimensión Autonomía = 22, y el menor porcentaje = 5, sobre la Dimensión de proyectos que recae en un porcentaje mínimo.

Las 3 dimensiones presentaron mayor frecuencia en el nivel promedio bajo en los padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha – Camaná

Tabla 5.*Estadísticos descriptivos***Simulación de muestreo^a Intervalo de confianza al 95%**

		Estadístico	Sesgo	Desv.		
				Error	Inferior	Superior
Resiliencia	Media	1,57	,01	,09	1,32	1,72
	Desv. Desviación	,636	-,014	,049	,510	,752
	N	53	0	0	53	53
Bienestar psicológico	Media	1,68	,00	,09	1,49	1,87
	Desv. Desviación	,644	,000	,049	,541	,757
	N	53	0	0	53	53

En la variable resiliencia, la media estadístico fue = 1,57, la desviación 0,63, el total de muestra fue 53; en la variable bienestar psicológico la media = 1,68, la desviación fue = 0,64, el total de muestra fue = 53; en resiliencia sesgo, la media fue = 0; desviación = -0,01, el total de muestra fue = 0 por lo tanto es caso perdido; en la variable bienestar psicológico la media es 0,01; desviación = -0,008 y el total de muestra = 0. Es decir, caso perdido.

Tabla 6.*Correlaciones de variables Resiliencia y Bienestar psicológico*

Correlaciones de variables Resiliencia y Bienestar psicológico en padres de familia de la Institución Educativa "Cristo rey de reyes" Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

		Bienestar	
		Resiliencia	psicológico
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	-,112
	Sig. (bilateral)		,426
	N	53	53
	Simulación de Sesgo	0	,027
	muestreo ^c Desv. Error	0	,127
	Intervalo de confianza al 95%	Inferior	1
	Superior	1	,172
Bienestar psicológico	Correlación de Pearson	-,112	1
	Sig. (bilateral)	,426	
	N	53	53
	Simulación de Sesgo	,027	0
	muestreo ^c Desv. Error	,127	0
	Intervalo de confianza al 95%	Inferior	-,356
	Superior	,172	1

Para encontrar si existe relación entre las variables Resiliencia y Bienestar Psicológico en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, se utilizó la prueba de correlación del Chi cuadrado de Pearson a un nivel de significancia del 5 % que permitió contrastar o verificar las hipótesis planteadas de las variables en estudio cuyos resultados fueron:

H0: No existe relación, por lo tanto se rechaza la hipótesis nula entre las variables Resiliencia y Bienestar Psicológico en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

H1: Sí existe relación, por lo tanto se acepta la hipótesis alterna porque posee una intensidad de correlación baja con un valor de -0,11 entre V1 y V2 en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

Tabla 7.
Estadísticos descriptivos

		Simulación de muestreo ^a				
		Intervalo de confianza al 95%				
		Estadístico	Sesgo	Desv. Error	Inferior	Superior
Resiliencia	Media	1,57	,03	,10	1,43	1,83
	Desv.	,636	,004	,057	,538	,782
	Desviación					
	N	53	0	0	53	53
Dimensión Autonomía	Media	1,23	-,02	,07	1,08	1,35
	Desv.	,466	-,023	,085	,279	,611
	Desviación					
	N	53	0	0	53	53

En la variable resiliencia, la media estadístico fue= 1,57, la desviación 0,63, el total de muestra fue 53; en la dimensión autonomía, la media fue = 1,23, la desviación fue = 0,46, el total de muestra fue = 53; en resiliencia sesgo, la media fue = 0,03; desviación = -0,004, el total de muestra fue = 0 por lo tanto es caso perdido; en la dimensión autonomía la media de sesgo -0,02; desviación = -0,02 y el total de muestra fue = 0. Es decir, es caso perdido.

Tabla 8.*Correlaciones de la variable Resiliencia y la Dimensión Autonomía (específicos 1)*

		Resiliencia	Dimensión Autonomía
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	,078
	Sig. (bilateral)		,577
	N	53	53
	Simulación de Sesgo	0	-,007
	muestreo ^c Desv. Error	0	,137
	Intervalo de Inferior	1	-,204
	confianza al Superior 95%	1	,337
Dimensión Autonomía	Correlación de Pearson	,078	1
	Sig. (bilateral)	,577	
	N	53	53
	Simulación de Sesgo	-,007	0
	muestreo ^c Desv. Error	,137	0
	Intervalo de Inferior	-,204	1
	confianza al Superior 95%	,337	1

Para encontrar si existe relación entre la variable Resiliencia y la dimensión Autonomía en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, se utilizó la prueba de correlación del Chi cuadrado de Pearson a un nivel de significancia del 5 % que permitió contrastar o verificar las hipótesis planteadas de la variable Resiliencia y la Dimensión Autonomía en estudio cuyos resultados fueron:

- H0: No existe relación, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula entre la variable Resiliencia y la dimensión Autonomía en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.
- H1: Sí existe relación, por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna porque posee una intensidad de correlación alta con un valor de ,078 entre V1 y la Dimensión Autonomía en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

Tabla 9.
Estadísticos descriptivos

		Simulación de muestreo ^a				
		Intervalo de confianza al 95%				
		Estadístico	Sesgo	Desv. Error	Inferior	Superior
Resiliencia	Media	1,57	-,03	,08	1,40	1,72
	Desv. Desviación	,636	-,028	,062	,497	,744
	N	53	0	0	53	53
Dimensión vínculos	Media	1,43	-,01	,07	1,25	1,56
	Desv. Desviación	,500	-,008	,017	,432	,505
	N	53	0	0	53	53

En la variable Resiliencia, la Media Estadístico fue = 1,57, la Desviación 0,63, el total de muestra fue 53; en la Dimensión Vínculos la media = 1,43, la Desviación fue = 0,50, el total de muestra fue = 53; en Resiliencia Sesgo, la media fue = -0,03; Desviación = -0,02, el total de muestra fue = 0 por lo tanto es caso perdido; en la Dimensión Vínculos la media de Sesgo -0,01; Desviación = -0,008 y el total de muestra = 0. Es decir, es caso perdido.

Tabla 10.
Correlaciones variable Resiliencia y la Dimensión vínculos (específicos 2)

		Resiliencia	Dimensión vínculos
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	,241
	Sig. (bilateral)		,083
	N	53	53
	Simulación de muestreo ^c Sesgo	0	,031
	Desv. Error	0	,154
	Intervalo de confianza al 95%	Inferior	1
		Superior	1
Dimensión vínculos	Correlación de Pearson	,241	1
	Sig. (bilateral)	,083	
	N	53	53
	Simulación de muestreo ^c Sesgo	,031	0
	Desv. Error	,154	0
	Intervalo de confianza al 95%	Inferior	-,028
		Superior	,575

Para encontrar si existe relación entre las variables Resiliencia y la Dimensión Vínculos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, se utilizó la prueba de correlación del Chi cuadrado de Pearson a un nivel de significancia del 5 % que permitió contrastar o verificar las hipótesis planteadas de las variables en estudio cuyos resultados fueron:

H0: No existe relación, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula entre la variable Resiliencia y la Dimensión Vínculos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

H1: Sí existe relación, por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna ya que posee una intensidad de correlación muy alta con un valor de ,241 entre V1 y la Dimensión Vínculos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

Tabla 11.
Estadísticos descriptivos

		Simulación de muestreo ^a				
				Intervalo de confianza al 95%		
		Estadístico	Sesgo	Desv. Error	Inferior	Superior
Resiliencia	Media	1,57	,02	,09	1,42	1,80
	Desv. Desviación	,636	,007	,056	,535	,792
	N	53	0	0	53	53
Dimensión Proyectos	Media	1,26	,00	,07	1,14	1,43
	Desv. Desviación	,486	-,004	,065	,350	,619
	N	53	0	0	53	53

En la variable resiliencia, la media estadístico fue = 1,57, la desviación 0,63, el total de muestra fue 53; en la dimensión proyectos, la media = 1,26, la desviación fue = 0,48, el total de muestra fue = 53; en resiliencia sesgo, la media fue = 0,02; desviación = 0,007, el total de muestra fue = 0 por lo tanto es caso perdido; en la dimensión proyectos, la media de sesgo fue 0; desviación = -0,004 y el total de muestra = 0. Es caso perdido.

Tabla 12.*Correlaciones variable resiliencia y Dimensión proyecto (específicos 3)*

		Resiliencia	Dimensión Proyectos
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	-,368**
	Sig. (bilateral)		,007
	N	53	53
	Simulación de Sesgo	0	-,014
	muestreo ^c Desv. Error	0	,096
	Intervalo de Inferior	1	-,585
	confianza al Superior 95%	1	-,164
Dimensión Proyectos	Correlación de Pearson	-,368**	1
	Sig. (bilateral)	,007	
	N	53	53
	Simulación de Sesgo	-,014	0
	muestreo ^c Desv. Error	,096	0
	Intervalo de Inferior	-,585	1
	confianza al Superior 95%	-,164	1

Para encontrar si existe relación entre la variable Resiliencia y la Dimensión Proyectos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, se utilizó la prueba de correlación del Chi cuadrado de Pearson a un nivel de significancia del 5 % que permitió contrastar o verificar las hipótesis planteadas de las variables en estudio cuyos resultados fueron:

H0: No existe relación, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula entre las variables Resiliencia y la Dimensión Proyectos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

H1: **Sí** existe relación, por lo tanto se acepta la hipótesis alterna porque posee una intensidad de correlación muy alta con un valor de -,368 negativo entre la V1 y la Dimensión Proyectos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

Tabla 13.
Estadísticos descriptivos

		Simulación de muestreo ^a				
		Intervalo de confianza al 95%				
		Estadístico	Sesgo	Desv. Error	Inferior	Superior
Resiliencia	Media	1,57	,02	,09	1,37	1,77
	Desv. Desviación	,636	,006	,057	,528	,763
	N	53	0	0	53	53
Dimensión	Media	1,53	,01	,06	1,42	1,64
Aceptación	yDesv. Desviación	,504	-,005	,006	,484	,505
Control	N	53	0	0	53	53

En la variable Resiliencia, la Media Estadístico fue = 1,57, la Desviación 0,63, el total de muestra fue 53; en la Dimensión Aceptación y control la media = 1,53, la Desviación fue = 0, 50, el total de muestra fue = 53; en Resiliencia Sesgo, la media fue = 0,02; Desviación = 0,006, el total de muestra fue = 0. Por lo tanto, es caso perdido; en la Dimensión Aceptación y control la media de Sesgo = 0; 01, Desviación = -0,005 y el total de muestra = 0. Es caso perdido.

Tabla 14.
Correlaciones de variable Resiliencia y Dimensión aceptación control (específicos 4)

		Resiliencia	Dimensión Aceptación y Control	
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	-,111	
	Sig. (bilateral)		,429	
	N	53	53	
	Simulación de muestreo ^c Sesgo	0	-,009	
	Desv. Error	0	,139	
	Intervalo de confianza al 95%	Inferior	1	-,463
	Superior	1	,204	
Dimensión Aceptación y Control	Correlación de Pearson	-,111	1	
	Sig. (bilateral)	,429		
	N	53	53	
	Simulación de muestreo ^c Sesgo	-,009	0	
	Desv. Error	,139	0	
	Intervalo de confianza al 95%	Inferior	-,463	1
	Superior	,204	1	

Para encontrar si existe relación entre las variables Resiliencia y la Dimensión Aceptación y control en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, se utilizó la prueba de correlación del Chi cuadrado de Pearson a un nivel de significancia del 5 %, el cual permitió contrastar o verificar las hipótesis planteadas de las variables en estudio, cuyos resultados fueron:

- H0: No existe relación y por lo tanto se rechaza la hipótesis nula entre la variable Resiliencia y la Dimensión Aceptación y control en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.
- H1: Sí existe relación, por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna porque posee una intensidad de correlación muy alta con un valor de $-0,111$ negativo entre V1 y la Dimensión Aceptación y control en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020.

V. DISCUSIÓN

- 1) Al determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná, se halló que el valor calculado de $-0,11$ negativo. Es decir que, sí existe relación entre ambas variables. Esto indica que los padres de familia cuentan con fortalezas como el bienestar psicológico y la resiliencia, las cuales influyen positivamente en su personalidad y van a definir su conducta. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna entre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná. Este resultado es corroborado por Bustamante (2019), quien afirma que existe relación positiva altamente significativa entre las variables de investigación, bienestar psicológico y resiliencia en las internas por tráfico ilícito de drogas; esto indica que, las internas cuentan con fortalezas como el bienestar psicológico y la resiliencia que influyen positivamente en su personalidad y van a definir su conducta. También, Gonzales (2017), guarda relación con los resultados al indicar 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. Por otro lado, Cuba (2020) tras el análisis respectivo, encontró una correlación positiva entre la R y las dimensiones de Aceptación de uno mismo/Control de situaciones ($\rho = .294$, $p < .01$) y autonomía ($\rho = .298$, $p < .01$). También se halló que dichas dimensiones, junto con la de Vínculos, podrían ser predictoras de la R. Lo encontrado podría guardar relación con características propias de la práctica de yoga y lo que esta genera en los practicantes.
- 2) A partir de los resultados del segundo objetivo, se identifica la relación entre resiliencia y autonomía en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020, con un valor calculado de $0,07$ y una intensidad de correlación baja entre la variable de Resiliencia y la dimensión autonomía. Por lo tanto, sí existe relación. Esto nos indica que los padres de familia cuentan con fortalezas en la resiliencia y autonomía, las cuales influyen positivamente en su personalidad y van a

definir su conducta. Frente a lo mencionado, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación donde refiere que existe relación entre Resiliencia y Bienestar Psicológico en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná. Por consiguiente, Gonzales (2017), respecto al caso de la dimensión confianza en sí mismo de Resiliencia, observó una relación significativa con las dimensiones aceptación, autonomía y proyectos de la variable Bienestar Psicológico ($p < 0.05$). Brito y Ureche (2020), en su investigación sobre la resiliencia y bienestar en los estudiantes universitarios en Iberoamérica, encontraron que, es de gran interés para muchos investigadores utilizar instrumentos para medir el nivel de la resiliencia, la más utilizada fue la escala de resiliencia construida por Wagnid y Young en 1993; para evaluar bienestar se utilizó la escala de bienestar psicológica de Ryff, la cual fue elaborada por Carol Ryff 1995. También, encontraron que unos de los países con más aportes de publicaciones fue España con un 30%, así mismo observaron que los países con un aporte menor de (3%) fueron Portugal, Venezuela, Argentina, y Brasil. Además, se pueden observar los resultados obtenidos en el proceso de la investigación, especificados por países, tipo de documento y año de publicación. Con respecto a los conceptos sobre la relación y el bienestar, se hallan los puntos de vista de cada autor y sus diferentes contextos de estudios. Piña (2017), en su trabajo de investigación titulado “bienestar psicológico y resiliencia en jóvenes universitarios”, halló altos niveles de resiliencia y bienestar, del análisis de correlación se encontró una asociación positiva significativa ($r = .555$, $p = .000$) de la prueba ANOVA no se reportaron diferencias en las variables de interés.

- 3) El tercer objetivo fue determinar la relación entre resiliencia y vínculos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná. Se halló un valor calculado de 0,24 entre la variable Resiliencia y la Dimensión Vínculos. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna entre la Variable Resiliencia y la Dimensión Vínculos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná. Estos resultados son corroborados por Cuba (2020), quien encontró una correlación positiva entre la Resiliencia y la dimensión Vínculos

lo encontrado podría guardar relación con características propias de la práctica de yoga y lo que esta genera en los practicantes. Este resultado no guarda relación con Parada (2015), quien en su trabajo de investigación titulado “Resiliencia, bienestar psicológico y autoeficacia en relación con el estrés en el docente joven y las prácticas encaminadas a la prevención de la violencia escolar” indicó que las variables predictivas no se relacionan de forma directa con el estrés, sin embargo sí con el desarrollo de las prácticas docentes, encaminadas al abordaje de los conflictos al interior del aula. Este resultado no guarda relación con Herrera Denisse (2015), quien en su trabajo de investigación titulado “Relación entre resiliencia, cohesión y adaptabilidad familiar y factores psicosociales en hijos adolescentes de mujeres encarceladas” halló una relación estadísticamente significativa entre mayores niveles de resiliencia y no haber sufrido violencia, física, psicológica y/o estigma. El presente estudio, propone abordar esta población por parte del Estado y de la sociedad, a fin de brindar mejores condiciones de desarrollo y bienestar.

- 4) El cuarto objetivo fue describir la relación entre resiliencia y dimensión de proyectos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020”. Se halló un valor calculado de -0,36 lo que indica que sí existe relación entre la variable Resiliencia y la Dimensión Proyectos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná. Se encontró un valor calculado de -0,36 entre la Variable Resiliencia y la Dimensión Proyectos en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná. Por lo tanto, Resiliencia y Bienestar psicológico tiene relación. Frente a lo mencionado se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, estos resultados son corroborados con Cuba (2020), quien en su trabajo de investigación titulado, “Bienestar psicológico y resiliencia en practicantes de hatha yoga de Lima metropolitana”, encontró una correlación positiva entre la R y la dimensión Proyectos. Así también Bustamante (2019), en su trabajo de investigación titulado “Resiliencia y bienestar psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario de Lima.” encontró una correlación positiva entre la R y la

dimensión Proyectos. Aquello indica que, las internas cuentan con fortalezas como el bienestar psicológico y la resiliencia, las cuales influyen positivamente en su personalidad y van a definir su conducta. El nivel de Resiliencia se encuentra en la categoría promedio. De igual forma, la variable Bienestar Psicológico obtuvo un mayor porcentaje en el nivel promedio.

- 5) 5. El quinto objetivo fue identificar la relación entre resiliencia, aceptación y control en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020. Se halló un valor de $-0,11$ con una intensidad de correlación baja entre V1 y la Dimensión Aceptación y control en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná. En este caso se rechaza la hipótesis nula, ya que sí existe relación. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna. A partir de los hallazgos encontrados, estos resultados guardan relación con lo que sostiene Cuba (2020) en su investigación titulada, “Bienestar psicológico y resiliencia en practicantes de hatha yoga de Lima metropolitana”, donde encontró una correlación positiva entre la R y la dimensión Aceptación y control. Así como en la tesis de Bustamante (2019), quien su investigación titulada “Resiliencia y bienestar psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario de Lima.”, afirma que existe relación positiva altamente significativa entre las variables de investigación, bienestar psicológico y resiliencia en las internas por tráfico ilícito de drogas. Esto indica que, existe la relación de que a mayor bienestar psicológico existe, mayor presencia de resiliencia habrá. Por último, Gonzales (2017) en su estudio titulado “Resiliencia y bienestar psicológico en madres de hijos con trastorno del espectro autista de un centro de educación básica especial de Lima sur”, indicó 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. El nivel de Resiliencia se encuentre en la categoría promedio. De igual forma, la variable Bienestar Psicológico obtuvo un mayor porcentaje en el nivel promedio.

VI. CONCLUSIONES

Existen diferencias significativas entre la proporción de estudiantes con personalidad extrovertida de la Institución.

- Se determinó la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná, con valor calculado de $-0,11$, es decir, sí existe relación entre ambas variables. Esto indica que, los padres de familia cuentan con fortalezas como el bienestar psicológico y la resiliencia, las cuales influyen positivamente en su personalidad y van a definir su conducta. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna entre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná.
- Se identificó la relación entre resiliencia y autonomía en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020, con un valor calculado de $0,07$ con una intensidad de correlación baja entre la variable de Resiliencia y la dimensión autonomía, es decir, sí existe relación. Esto indica que, los padres de familia cuentan con fortalezas en la resiliencia y autonomía, las cuales influyen positivamente en su personalidad y van a definir su conducta. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación, donde refiere que existe relación entre Resiliencia y Bienestar Psicológico en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná.
- Se determinó la relación entre resiliencia y vínculos en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná, con un valor calculado de $0,24$ entre la variable Resiliencia y la Dimensión Vínculos. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna entre la Variable Resiliencia y la Dimensión Vínculos en padres de familia del C.E. “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná
- Se descubrió la relación entre resiliencia y dimensión de proyectos en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020, con un valor calculado de $-0,36$ entre la Variable Resiliencia

y la Dimensión Proyectos en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná; es decir que, Resiliencia y Bienestar psicológico tiene relación. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

- Se identificó la relación entre resiliencia, aceptación y control en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020, con un valor de -0,11 y una intensidad de correlación baja entre V1 y la Dimensión Aceptación y control. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

VI. RECOMENDACIONES

Por los resultados de la presente investigación, se determinó que sí existe relación entre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia de la Institución Educativa “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná.

Se recomienda:

- La implementación de estrategias terapéuticas, de forma individual con los padres de familia, a fin de que aprendan a reconocer y desarrollar sus virtudes y fortalezas (la compasión, el perdón, creatividad, la capacidad de amar, la perseverancia, pensamiento crítico, deseo de aprender, perspectiva y sabiduría) para que sean capaces de dar consejos a sus hijos.
- Desarrollar programas de promoción y prevención con los hijos de los padres de familia, porque son el futuro del mañana; asimismo, a través de la motivación, reforzar en la familia, la gestión de las emociones positivas, la buena comunicación, el respeto. Todo ello, con el fin de impulsar el desarrollo positivo de las habilidades personales y sociales, para contribuir en la salud mental. También, se debe trabajar con las Instituciones estatales y privadas, tales como el Ministerio de la Mujer, Ministerio de Educación, Ministerio de Cultura, Derechos humanos, ONG, con la finalidad de que apoyen en las campañas de la salud mental.
- Es importante replicar la presente investigación, considerando entre otras variables sociodemográficas: la composición familiar y el entrenamiento religioso, con la finalidad de comparar los resultados según los grupos compuestos.
- Respecto a los niveles de Resiliencia y Bienestar Psicológico conseguidos del grupo de padres de familia que fueron encuestados, es pertinente diseñar y ejecutar programas de tipo preventivo para el fortalecimiento de estos atributos psicológicos.
- Elaborar investigaciones correlacionales a futuro, considerando otras variables de interés como por ejemplo estrategias de afrontamiento, rasgos de personalidad y calidad de vida; a fin de determinar la relación que pudiera existir entre estas con el Bienestar Psicológico, en la población de padres de familia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arhuis, W. (2019). *Habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de una universidad privada de chimbote, 2018*. tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo.
- Bustamante, D. (2019). *Resiliencia y bienestar psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario de Lima*. Universidad Señor de Sipán, Facultad de Humanidades , Pimentel.
- Bustamante, J. (2019). *Resiliencia y bienestar psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario de Lima*. Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán, Facultad de Humanidades, Pimentel.
- Cornejo, F. (2019). *Bienestar psicológico en padres de familia de niños del área oncohematológica de un Hospital Nacional del distrito de Jesús María* . tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de La Vega, Facultad de Psicología y Trabajo Social, Lima.
- Cornejo, F. (2019). *Bienestar psicológico en padres de familia de niños del área oncohematológica de un Hospital Nacional del distrito de Jesús María* . tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de La Vega, Facultad de Psicología y Trabajo Social, Lima.
- Dominguez, E., & Godín, R. (2007). *La resiliencia en familias desplazadas por la violencia sociopolítica*. Cartagena, Colombia.
- Dr. Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación*. Mexico, Mexico: Editorial Mexicana, Reg. Núm. 736.
- Fredrickson, B. (8 de Diciembre de 2020). El papel de las emociones positivas en la psicología positiva. *Am Psychol.*, 7 - 9.
- Garcia, S. D. (2020). *Covid-19, Estrés, Auto-Estima, Valores y bienestar psicológico*. (J. d. Ayllón, Trad.) "The European Business Review".
- García, T., & Gastelo, L. (2021). *Bienestar psicológico y desempeño laboral en los colaboradores de una empresa de confecciones*. Lima, Perú.
- Gonzales, J. (2017). *Resiliencia y bienestar psicológico en madres de hijos con trastorno del espectro autista de un centro de educación básica especial de*

- Lima Sur*". tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú, Facultad de Humanidades Carrera Profesional de Psicología, Lima.
- Gonzales, J. (2017). *Resiliencia y bienestar psicológico en madres de hijos con trastorno del espectro autista de un centro de educación básica especial de Lima Sur*". Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú, Facultad de Humanidades Carrera Profesional de Psicología, Lima.
- Gonzales, J. (2017). *Resiliencia y bienestar psicológico en madres de hijos con trastorno del espectro autista de un centro de educación básica especial de Lima Sur*". Tesis de licenciamiento, Universidad Autónoma del Perú, Facultad de Humanidades, Lima.
- Hernandez, R. (2014). *Metodología de la investigación*. Mexico: Editores S.A. de C.V.
- Hernandez, R. (2014). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN*. MEXICO, MEXICO: EDITORES, S.A.DE C.V.
- Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación*. Mexico, Mexico: Editorial Mexicana, Reg. Núm. 736.
- Hernández, R. (2014). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN*. MEXICO, MEXICO: Editores S.A. DE C.V.
- Hernández, R. (2014). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN (SEXTA EDICIÓN ed.)*. MEXICO, MEXICO: EDITORES, S.A. DE C.V.
- Hernández, R. (2014). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN (SEXTA EDICIÓN ed.)*. MEXICO, MEXICO: EDITORES, S.A. DE C.V.
- Herrera, D. (2015). *Relación entre Resiliencia, cohesión y adaptabilidad familiar y factores psicosociales en hijos adolescentes de hijos encarcelados*. Tesis de Licenciatura, Universidad Católica San Pablo, Facultad de Ciencias Humanas, Arequipa.
- Herrera, D., & Vásquez, L. (2015). *Relación entre resiliencia, cohesión y adaptabilidad familiar y factores psicosociales en hijos adolescentes de mujeres encarceladas* .
- HUAMANTUMA, H. (2017). *Bienestar psicológico y calidad de vida familiar en padres de niños con autismo de los cebs de la ciudad de Arequipa*. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín, facultad de psicología, relaciones industriales.y ciencias de la comunicación, Arequipa.

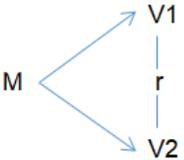
- Huamantuma, H. (2017). *Romero, Brustad y García, 2007*. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín, facultad de psicología, Relaciones Industriales y Ciencias de la Comunicación, Arequipa.
- Lopez, I., & Vergaray, C. (2021). *Violencia intrafamiliar y Resiliencia en Mujeres en un Contexto de Confinamiento Social por COVID-19 en Lima Metropolitana*. Lima, Perú.
- Luna, M. (2017). *Relación del bienestar psicológico, estrés académico y el*. Tesis de doctorado en psicología, Universidad Inca Garcilaso de La Vega nuevos tiempos, nuevas ideas, Lima.
- Luna, M. (2017). *Relación del bienestar psicológico, estrés académico y el estilo de vida de los estudiantes de la Universidad Inca*.
- Mario, Q. (2018). *Los aspectos sociales de los pequeños productores mineros y artesanales auríferos en el anexo de secocha del distrito mariano nicolás Valcárcel – Camaná 2018*". Tesis de licenciatura, Universidad Nacional San Agustín de Arequipa, Facultad De Ciencias Histórico Sociales, Arequipa.
- Munteanu, E. (2021). *La resiliencia de los profesionales sociosanitarios en tiempos de covid*. Lleida , España.
- Munteanu, S. (2021). *La resiliencia de los profesionales sociosanitarios en tiempos de covid*.
- Noguera, K. (2016). *Bienestar espiritual y resiliencia en estudiantes de dos universidades de Lurigancho, 2016* .
- Pérez, Carles. (2008). Definición de Familia: una visión del Institut Universitari de Salut Mental Vidal i Barraquer. *La Revue du REDIF*, 9.
- Pérez, L., & Antonio Ponce, J. H. (2010). *Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso*. Jalisco, Mexico.
- Perez, L., Ponce, A., & Márquez, J. H. (2010). *Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso*. Jalisco, México.
- Quispesivana, M. (8 de Diciembre de 2018). Los aspectos sociales de los pequeños productores mineros y artesanales auríferos en el anexo de secocha del distrito Mariano Nicolás Valcárcel – Camaná 2018".
- Quispesivana, M. (2018). *Los aspectos sociales de los pequeños productores mineros y artesanales auríferos en el anexo de Secocha*. Arequipa, Perú.

- Quispesivana, M. (2018). *Los aspectos sociales de los pequeños productores mineros y artesanales auríferos en el anexo de Secocha*. Arequipa, Perú.
- Rosario, C. (2020). *“Bienestar psicológico y resiliencia en practicantes de hatha yoga de Lima metropolitana”*. Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Facultad de psicología, Lima.
- Sampieri, D. R. (2014). *Metodología de la investigación sexta edición* (Sexta edición ed., Vol. sexta edición). Mexico, Mexico.
- Sotelo, V. M. (2005). Educar para la resiliencia. Un cambio de mirada en la prevención de situaciones de riesgo social. *Revista Complutense de Educación*, 16(1), 112.
- Sotelo, V. M. (2005). Educar para la resiliencia. Un cambio de mirada en la prevención de situaciones de riesgo social. *Revista Complutense de Educación*, 16(1), 112.
- Vargas, E. (2019). *Estrés parental de madres y padres que acuden al consultorio psicológico Vida y Bienestar*. Tesis de licenciatura, universidad Inca Garcilazo de La Vega, facultad de Psicología y Trabajo Social, Lima.
- Vargas, E. (2019). *Estrés parental de madres y padres que acuden al consultorio psicológico Vida y Bienestar*. Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilazo De La Vega, Facultad de Psicología y Trabajo Social, Lima.
- Vergaray, I. L. (2021). *Violencia intrafamiliar y Resiliencia en Mujeres en un Contexto*. Lima, Perú.
- Zapata, A. (2016). *Bienestar Psicológico y Bienestar Social en estudiantes universitarios que realizan danzas Folkloricas*. Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología , Universidad Católica del Perú, facultad de letras y ciencias humanas, Lima.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Formulación de hipótesis	Tipo, nivel y diseño de la investigación	Variables de investigación	Metodología
<p>PROBLEMA GENERAL ¿Cuál es la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS 1) ¿Cuál es la relación entre resiliencia y autonomía en padres de familia del centro educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020? 2) ¿Cuál es la relación entre resiliencia y vínculos en padres de familia del centro educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020? 3) ¿Cuál es la relación entre resiliencia y proyectos en padres de familia del centro educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS 1) Identificar la relación entre resiliencia y autonomía en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020 2) Determinar la relación entre resiliencia y vínculos en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020 3) Describir la relación entre resiliencia y proyectos en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020 4) Identificar la relación entre resiliencia y aceptación y control en</p>	<p>HIPÓTESIS PRINCIPAL Existe relación positiva entre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS 1) Existe relación positiva entre resiliencia y autonomía en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020 2) Existe relación positiva entre resiliencia y vínculos en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020 3) Existe relación positiva entre resiliencia y proyectos en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020 4) Existe relación positiva entre resiliencia</p>	<p>TIPO DE INVESTIGACIÓN El tipo de investigación es descriptivo, comparativo y correlacional. Descriptivo, porque se indagó las dos variables en nuestra población; comparativo porque se analizó ciertas variables considerando los datos sociodemográficos de cada madre y correlacional porque nos permite determinar el grado de relación entre las dos variables (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, pág. 93).</p> <p>NIVEL DE INVESTIGACIÓN La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo, debido a que los datos fueron analizados estadísticamente. Asimismo, presenta un diseño no experimental porque no se manipularon las variables. Del mismo</p>	<p>VARIABLES: V1: Resiliencia DIMENSIONES:</p> <ul style="list-style-type: none"> Satisfacción personal Ecuanimidad Sentirse bien solo Confianza en sí mismo Perseverancia <p>VARIABLES: V2: Bienestar psicológico DIMENSIONES:</p> <ul style="list-style-type: none"> Autonomía Vínculos Proyectos Aceptación y control 	<p>1. POBLACIÓN Y MUESTRA La población está constituida por 60 padres de familia del C.E. “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, La muestra se obtuvo a partir de un muestreo probabilístico aleatorio por grupos. Se obtiene el cálculo del tamaño muestral a partir de la fórmula para poblaciones finitas, y constituida por 53 padres de familia</p> <p>2. TÉCNICAS DE INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS La técnica que se utilizará será dos instrumentos de recolección de datos, uno sobre resiliencia y bienestar psicológico en padres de familia, para diagnosticar la resiliencia en padres de familia, se considera un total de 25 ítems, categorizándolo en cinco dimensiones El instrumento de bienestar psicológico, se considera un total de 13 ítems, categorizando en cuatro dimensiones.</p> <p>3. PLAN DE ANÁLISIS 1º) Para determinar la relación entre las variables se utilizará el modelo estadístico de la prueba no-</p>

<p>4) ¿Cuál es la relación entre resiliencia y aceptación y control en padres de familia del centro educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020?</p>	<p>padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020</p>	<p>y aceptación y control en padres de familia del Centro Educativo “Cristo rey de reyes” Secocha Camaná en Arequipa, 2020</p>	<p>modo, la investigación es de corte transversal, ya que los datos se recolectaron en un solo momento (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, pág. 152).</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</p> <p>Asimismo, presenta un diseño no experimental porque no se manipularon las variables. Del mismo modo, la investigación es de corte transversal, ya que los datos se recolectaron en un solo momento (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).</p>  <pre> graph LR M --> V1 M --> V2 V1 --- r --- V2 </pre> <p>Donde M = Muestra V1 = Resiliencia V2 = Bienestar psicológico r = Relación que existe entre las variables de estudio</p>		<p>paramétrica de Pearson, en razón, de que las variables se habían categorizado para la búsqueda de relaciones o asociación entre ellas. 2º) Para la prueba de la hipótesis se tendrá en cuenta los objetivos, hipótesis y variables planteadas en la investigación, y para la comprobación de la hipótesis se utilizará la prueba no paramétrica de correlación de Pearson.</p> <p>4. CONSIDERACIONES ÉTICAS</p> <p>Los criterios éticos a tener en cuenta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El respeto y la privacidad: Los padres de familia tiene derecho a ser informados para tomar su decisión en participar y se mantiene en todas las etapas de la investigación. • Consentimiento informado: Documento que establece que la persona participe voluntariamente y conozca sus derechos. • El anonimato: Se reserva la identificación de los participantes, • Principio de justicia: Todos los participantes tendrán oportunidad de participar con un trato justo, sin importar la edad, educación o estado socioeconómico,
---	--	--	---	--	---

Bienestar psicológico	Es un concepto amplio que incluye dimensiones sociales, subjetivas y psicológicas, así como comportamientos relacionados con la salud en general que llevan a las personas a funcionar de un modo positivo.	Es la satisfacción de los atributos personales tanto positivos como negativos, tipo de relación que se establece con las demás personas, creando vínculos afectivos y disminuyendo el estrés, habilidades personales de cada individuo que le permite relacionarse de forma activa con el medio ambiente, marcar metas, definir propósitos y un sentido de vida.	<ul style="list-style-type: none"> •Autonomía • Vínculos • Proyectos • Aceptación y Control 	<p>constante en un proyecto ya comenzado, una actitud o una opinión, aun cuando las circunstancias sean adversas o los objetivos no puedan ser cumplidos. Perseverar también es durar por largo tiempo.</p> <p>Se basa en poder tomar decisiones de manera independiente y asertiva, además de confiar en su propio juicio y siendo autónomo en todo sentido.</p> <p>Consiste en la capacidad que el ser humano tiene para entablar relaciones con los demás, brindar confianza y tener la capacidad de ser empático y afectivo.</p> <p>Radica en la capacidad que tiene el ser humano para trazarse metas y proyectos de vida. Además de asumir valores que le otorguen sentido a su vida.</p> <p>Consiste en el poder aceptar y de tener todo bajo control los distintos aspectos de sí mismo, sean malos o buenos. Así como sentirse bien sobre situaciones pasadas y su aceptación sin problemas.</p>	<p>somos únicos y muy importantes.</p> <p>1) Situación de control y auto competencia. Puede aceptar aspectos buenos y malos de sí mismo, se siente bien acerca del pasado.</p> <p>2) Puede tomar decisiones de modo independiente es asertivo, confía en su propio juicio.</p> <p>3) Puede establecer buenos vínculos tiene empatía y afectiva.</p> <p>4) Tiene metas, considera que la vida tenga sentido.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sentirse bien consigo 	<p><i>Acuerdo</i></p> <p><i>Totalmente de acuerdo</i></p> <p>En desacuerdo</p> <p>Ni de acuerdo</p> <p>Ni en desacuerdo</p> <p>De acuerdo.</p>
-----------------------	--	--	---	---	---	--

Anexo 3: Instrumentos

Instrumento: Escala de Resiliencia (ER)

INSTRUCCIONES

A continuación, encontrará una serie de frases que le permitirán pensar acerca de su forma de ser. Deseamos que conteste a cada una de las siguientes afirmaciones y marque la respuesta con un aspa (X), que describa mejor cuál es su forma habitual de actuar y pensar. Siendo las alternativas de respuesta:

1 = Totalmente en desacuerdo (TD)
2 = Desacuerdo (D)
3 = Algo en desacuerdo (AD)
4 = Ni en desacuerdo ni de acuerdo (¿?)
5 = Algo de acuerdo (AA)
6 = Acuerdo (A)
7 = Totalmente de acuerdo (TA)

“No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Procure responder a todas las frases. Recuerde responder con espontaneidad, sin pensar mucho. Puede empezar”

		1	2	3	4	5	6	7
1	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.							
2	Dependo más de mí mismo que de otras personas.							
3	Me mantengo interesado en las cosas.							
4	Generalmente tengo confianza en mí mismo de una manera u otra.							
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.							
6	Creer en mí mismo me permite afrontar tiempos difíciles.							
7	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.							
8	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.							

9	Mi vida tiene sentido.								
10	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.								
11	Cuando planeo algo lo realizo.								
12	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.								
13	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.								
14	Soy amigo de mí mismo.								
15	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.								
16	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.								
17	Tomo las cosas una por una.								
18	Usualmente veo las cosas tal cual son.								
19	Tengo autodisciplina.								
20	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.								
21	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.								
22	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.								
23	Soy decidido (a).								
24	Por lo general, encuentro algo de que reírme.								
25	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.								

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO BIEPS – A (Adultos)

Modificado por: Sergio Domínguez Lara (2014)

Cargo: **Sexo:**

Tiempo de servicio: **Edad:**

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

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

Anexo 4: Validez de los instrumentos

Certificado de validez de contenido de los instrumentos

VARIABLE 1 RESILIENCIA

Nº	Dimensiones / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	1. Satisfacción personal	Si	No	Si	No	Si	No	
16	Por lo general, encuentro algo de que reírme.	X		X		X		
21	Mi vida tiene sentido.	X		X		X		
22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		
25	Acepto que hay personas a las que yo no les Agrado.	X		X		X		
	2. Confianza en sí mismo	Si	No	Si	No	Si	No	
6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	X		X		X		
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		
10	Soy decidido (a).	X		X		X		
13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		
17	Crear en mí mismo me permite afrontar tiempos difíciles.	X		X		X		
18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		
24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo Hacer.	X		X		X		
	3. Ecuanimidad	Si	No	Si	No	Si	No	
7	Usualmente veo las cosas tal cual son.	X		X		X		
8	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	X		X		X		
12	Tomo las cosas una por una.	X		X		X		
	4. Sentirse bien solo	Si	No	Si	No	Si	No	
3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	X		X		X		
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	X		X		X		
19	Generalmente puedo ver una situación de varias Maneras.	X		X		X		
	5. Perseverancia	Si	No	Si	No	Si	No	
1	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		

2	Generalmente tengo confianza en mí mismo de una manera u otra.	X		X		X		
4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	X		X		X		
14	Tengo autodisciplina.	X		X		X		
15	Me mantengo interesado en las cosas.	X		X		X		
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	X		X		X		

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

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

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JUEZ VALIDADOR:

PS. BARREDA COAQUIRA ANGEL WUILDER

DNI: 29566521

Especialidad del validador: PSICOLOGIA

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

³**Claridad:** 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

11...de agosto.....del 2022


.....
A. Wálder Barreda Coaquira
PSICÓLOGO C.Ps.P. N° 7899

Firma del Validador

VARIABLE 2: BIENESTAR PSICOLÓGICO

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después corregir No aplicable

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JUEZ VALIDADOR:

PS. BARREDA COAQUIRA ANGEL WUILDER

DNI: 29566521

Especialidad del validador: PSICOLOGIA

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

³**Claridad:** 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

11 de agosto del 2020


.....
A. Wulder Barreda Coaquira
PSICOLOGO C.Ps.P. N° 7899

Firma del Validador

ANEXO N° 03

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS
VARIABLE 1 RESILIENCIA

N°	Dimensiones / Items	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	1. Satisfacción personal							
16	Por lo general, encuentro algo de que reírme.	X		X		X		
21	Mi vida tiene sentido.	X		X		X		
22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		
25	Acepto que hay personas a las que yo no les Agradezco.	X		X		X		
	2. Confianza en si mismo							
6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	X		X		X		
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		
10	Soy decidido (a).	X		X		X		
13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		
17	Crear en mí mismo me permite afrontar tiempos difíciles.	X		X		X		
18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		
24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo Hacer.	X		X		X		
	3. Ecuanimidad							
7	Usualmente veo las cosas tal cual son.	X		X		X		
8	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	X		X		X		
12	Tomo las cosas una por una.	X		X		X		
	4. Sentirse bien solo							
3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	X		X		X		
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	X		X		X		
19	Generalmente puedo ver una situación de varias Maneras.	X		X		X		
	5. Perseverancia							
1	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		

2	Generalmente tengo confianza en mí mismo de una manera u otra.	X		X		X	
4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	X		X		X	
14	Tengo autodisciplina.	X		X		X	
15	Me mantengo interesado en las cosas.	X		X		X	
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X	
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia) Existe suficiencia en cada ítem correspondiente a las dimensiones y variables estudiadas para que se pueda aplicar.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

APellidos y nombres del juez validador. DR/ MG:

Magister DÍAZ HERRERA INGRID MIRELLA C.Ps.P: 15244

DNI: 43573020

Especialidad del validador: PSICÓLOGA CLÍNICA

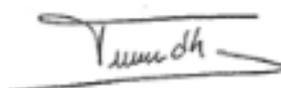
11 de agosto del 2020

*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

*Claridad: 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



.....
Mg. Ingrid M. Diaz Herrera
 PSICÓLOGA
 C.Ps.P. 15244

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS

VARIABLE 2: BIENESTAR PSICOLÓGICO

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia) Existe suficiencia en cada ítem correspondiente a las dimensiones y variables estudiadas para que se pueda aplicar.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JUEZ VALIDADOR. DR/ MG:

Magister DÍAZ HERRERA INGRID MIRELLA C.Ps.P: 15244

DNI: 43573020

Especialidad del validador: PSICÓLOGA CLÍNICA

11 de agosto del 2020

- ¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³**Claridad:** 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



.....
Mg. Ingrid M. Díaz Herrera
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 15244

Anexo 5: Matriz de datos

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	Identidad	Numérico	8	0	Sujeto	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
2	V1	Numérico	8	0	Resiliencia	{1, Satisfacción personal}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
3	V2	Numérico	8	0	Bienestar psicológico	{1, Autonomía}...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
4	Dimensionssatisfacciónpersonal_1_a	Numérico	8	0	Dimensión Satisfacción personal	{1, Desarrollo personal}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
5	Dimensionecuanimidad_1_a	Numérico	8	0	DimensiónEcuanimidad	{1, Reflexión de juicios}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
6	Dimension sentirsebiensolo_1_a	Numérico	8	0	Dimensión Sentirse bien solo	{1, Tiempo limitado para estar solo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
7	Dimensionautonomía_2_b	Numérico	8	0	Dimensión Autonomía	{1, Ejercicio de independencia}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
8	Dimensionaceptaciónycontrol_2_b	Numérico	8	0	Dimensión Aceptación y Control	{1, Afronta todas las situaciones}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
9	Dimensionvínculos_2_b	Numérico	8	0	Dimensión vínculos	{1, Establece buena interrelación}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
10	Dimensionproyectos_2_b	Numérico	8	0	Dimensión Proyectos	{1, Experiencia propuesta}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
11	Pregunta_1_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
12	Pregunta_2_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
13	Pregunta_3_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Me mantengo interesado en las cosas.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
14	Pregunta_4_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Generalmente tengo confianza en mí mismo de una manera u o	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
15	Pregunta_5_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
16	Pregunta_6_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Crear en mí mismo me permite afrontar tiempos difíciles.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
17	Pregunta_7_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
18	Pregunta_8_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro ur	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
19	Pregunta_9_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Mi vida tiene sentido.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
20	Pregunta_10_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
21	Pregunta_11_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Cuando planeo algo lo realizo.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
22	Pregunta_12_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
23	Pregunta_13_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
24	Pregunta_14_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Soy amigo de mí mismo.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
25	Pregunta_15_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
26	Pregunta_16_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
27	Pregunta_17_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Tomo las cosas una por una.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
28	Pregunta_18_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Usualmente veo las cosas tal cual son.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
29	Pregunta_19_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Tengo autodisciplina.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
30	Pregunta_20_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
31	Pregunta_21_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
32	Pregunta_22_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado an	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
33	Pregunta_23_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Soy decidido (a).	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
34	Pregunta_24_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	Por lo general, encuentro algo de que reirme.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
35	Pregunta_25_a_resiliencia_a	Numérico	8	0	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	{1, Totalmente en desacuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
36	Pregunta_1_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
37	Pregunta_2_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
38	Pregunta_3_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	.Me importa pensar que haré en el futuro.	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
39	Pregunta_4_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
40	Pregunta_5_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	Generalmente le caigo bien a la gente.	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
41	Pregunta_6_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	Siento que podré lograr las metas que me proponga	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
42	Pregunta_7_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
43	Pregunta_8_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	Creo que en general me llevo bien con la gente	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
44	Pregunta_9_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	En general hago lo que quiero, soy poco influenciable	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
45	Pregunta_10_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
46	Pregunta_11_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
47	Pregunta_12_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	Puedo tomar decisiones sin dudar mucho.	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
48	Pregunta_13_b_bienestarp psicológico	Numérico	8	0	Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias.	{1, De acuerdo}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada

0	Identidad	V1	V2	Dimension satisfaccion de personal_1_a	Dimension ecaninidad_1_a	Dimension sentirse bien solo_1_a	Dimension autonomia_2_b	Dimension aceptación y control_2_b	Dimension vinculos_2_b	Dimension proyectos_2_b	Pregunta_1_a_resiliencia_a	Pregunta_2_a_resiliencia_a	Pregunta_3_a_resiliencia_a	Pregunta_4_a_resiliencia_a	Pregunta_5_a_resiliencia_a	Pregunta_6_a_resiliencia_a	Pregunta_7_a_resiliencia_a	Pregunta_8_a_resiliencia_a	Pregunta_9_a_resiliencia_a	Pregunta_10_a_resiliencia_a	Pregunta_11_a_resiliencia_a	Pregunta_12_a_resiliencia_a	Pregunta_13_a_resiliencia_a	Pregunta_14_a_resiliencia_a	Pregunta_15_a_resiliencia_a
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	4	3	3	3	5	5	3	3	3	3	4	4	4
2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	4	4	1	2	5	2	5	2	4	3	4	3	4	4	4
3	3	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	4	3	2	5	3	5	3	4	5	4	5	5	4	4
4	4	2	1	1	1	1	3	1	1	1	4	4	3	2	4	2	4	2	2	4	4	2	4	2	2
5	5	1	2	2	1	1	1	2	2	1	3	4	4	2	5	2	5	2	2	2	3	3	4	3	3
6	6	1	1	2	2	1	1	1	2	1	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4
7	7	3	2	2	1	1	1	2	2	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4
8	8	2	1	2	1	1	1	1	2	2	4	3	3	3	3	3	5	2	2	3	4	3	4	3	3
9	9	1	2	1	1	1	1	2	1	2	4	4	3	3	2	3	5	3	3	4	3	4	3	4	2
10	10	1	1	1	1	2	2	1	1	1	3	4	2	4	2	5	5	3	1	5	3	1	2	2	3
11	11	1	2	1	1	1	2	2	1	1	4	5	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	3	4	2
12	12	2	1	1	2	1	1	1	1	1	4	4	3	3	3	1	5	4	4	4	4	4	2	4	3
13	13	2	2	1	3	2	1	2	2	1	4	4	4	4	4	1	5	1	4	4	4	4	3	4	2
14	14	1	1	1	2	1	1	2	1	1	4	4	4	4	4	1	5	4	4	4	4	4	4	4	3
15	15	1	2	1	1	1	1	1	1	2	4	4	4	4	4	1	5	4	4	4	4	4	3	4	4
16	16	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2
17	17	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	5	4	2	2	2	2	1	2	2
18	18	2	1	1	2	1	1	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	2
19	19	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	4	2	4	4	1
20	20	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	4	4	4	4	4
21	21	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2
22	22	1	2	1	1	1	2	2	1	2	3	3	4	3	2	3	5	5	3	3	3	4	4	4	4
23	23	1	2	1	1	1	1	1	1	3	4	4	1	2	3	2	5	2	4	3	4	3	4	4	4
24	24	1	3	2	1	1	1	2	2	2	2	4	3	2	2	3	5	3	4	5	4	3	3	4	4
25	25	1	3	2	2	2	1	2	1	2	4	4	3	2	4	2	4	2	2	4	4	2	4	2	2
26	26	1	3	1	1	1	1	1	1	2	3	4	4	2	2	2	5	2	2	2	3	3	4	3	3
27	27	2	3	2	2	1	2	2	2	1	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4
28	28	1	2	1	1	1	2	1	2	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4
29	29	2	1	2	1	1	2	2	2	1	4	3	3	3	3	5	2	2	3	4	3	4	3	3	3
30	30	2	2	1	1	1	1	1	2	1	4	4	2	3	3	3	5	3	3	4	3	4	3	4	2
31	31	1	1	1	1	1	1	2	1	2	3	4	2	4	4	5	5	3	1	4	3	1	2	2	3
32	32	2	2	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	2	4	5
33	33	1	1	1	1	2	1	2	1	2	4	4	4	3	2	1	5	4	4	4	4	4	3	4	5
34	34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	5	1	4	4	4	4	2	4	5
35	35	1	1	2	1	1	1	2	1	1	4	4	4	4	4	1	5	4	4	4	4	4	3	4	5
36	36	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	5	4	4	4	4	4	3	4	4
37	37	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2
38	38	3	2	1	1		2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	3	4	2	2	2	2	1	2	2
39	39	2	1	1	1	1	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	2
40	40	3	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	4	2	4	4	1
41	41	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	4	5	4	4	4
42	42	1	2	1	2	2	1	2	2	1	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2
43	43	3	1	1	2	1	1	1	2	1	3	3	4	3	5	3	5	5	3	3	3	3	4	4	4
44	44	1	2	1	1	1	1	2	2	1	4	4	1	2	5	2	5	2	4	3	4	3	4	4	4
45	45	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	4	3	2	5	3	5	3	4	5	4	3	2	4	4
46	46	2	1	1	1	1	1	2	1	1	4	4	3	2	4	2	4	2	2	4	4	2	4	2	2
47	47	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	4	4	2	5	2	5	2	2	3	3	4	3	3	3
48	48	1	2	1	1	2	2	1	1	1	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4
49	49	1	2	2	1	1	1	2	2	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4
50	50	1	2	1	1	1	1	2	1	2	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	4	3	3	3
51	51	2	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2
52	52	2	2	1	1	1	1	2	2	1	3	4	2	4	3	5	3	3	1	3	3	1	2	2	3
53	53	2	3	1	1	1	1	1	2	1	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3
54	54																								
55	55																								
56	56																								
57	57																								
58	58																								
59	59																								
60	60																								
61	61																								
62	62																								
63	63																								
64	64																								
65	65																								
66	66																								

Anexo 6: Propuesta de valor

Propuesta para la primera variable: Resiliencia

- 1) No debemos tener miedo a diferentes emociones que se nos pueda presentar en el diario vivir, pero también estar consciente de aquellas que se deben evitar.
- 2) Hacerles frente a los problemas y al mismo tiempo buscar soluciones. Y no huir de los problemas.
- 3) Ser fuerte para recuperar fuerzas y exigirte a ti mismo cuando tú sabes que es necesario.
- 4) Es necesario confiar tanto en ti mismo como en los demás.
- 5) Una persona resiliente tiene una mejor percepción de su propia imagen, es optimista, saludables y fácilmente no caen en depresión.

Propuesta de valor para segunda variable: Bienestar psicológico

- 1) Aprender a querernos a nosotros mismos y aceptarnos tal como somos.
- 2) haciendo lo que te gusta, mejor te sentirás.
- 3) tener una buena higiene del sueño es indispensable para disponer de una buena salud psicológica.
- 4) Si el rencor se apodera de nosotros, nuestra felicidad es secuestrada.
- 5) las relaciones positivas son necesarias para nuestro bienestar psicológico.
- 6) Las personas que gozan de un mayor bienestar psicológico son aquellas que están siempre en movimiento,
- 7) Pararse un segundo y reflexionar es una de las mejores alternativas para lograr nuestro bienestar.
- 8) Las investigaciones demuestran que las personas emocionalmente inteligentes gozan de una mayor satisfacción vital y son más felices.