



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA
DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL ESTE DE LIMA, 2024**

**Línea de investigación:
Psicología de los procesos básicos y psicología educativa**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología con
mención en psicología clínica

Autora

Bendezu Niño, Lucero Carolina

Asesora

Henostroza Mota, Carmela Reynalda

ORCID: 0000-0003-3762-3247

Jurado

Castillo Gómez, Gorki Baldomero

Mayorga Falcón, Luz Elizabeth

Reyes Rodríguez, Javier Andrés

Lima - Perú

2026



RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL ESTE DE LIMA, 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

| | | | |
|---------------------|---------------------|---------------|-------------------------|
| 23% | 21% | 8% | 14% |
| INDICE DE SIMILITUD | FUENTES DE INTERNET | PUBLICACIONES | TRABAJOS DEL ESTUDIANTE |

FUENTES PRIMARIAS

| | | |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 1 | hdl.handle.net Fuente de Internet | 6% |
| 2 | Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal Trabajo del estudiante | 4% |
| 3 | repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet | 2% |
| 4 | Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante | 1% |
| 5 | repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 6 | repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 7 | repositorio.utesup.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 8 | Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante | 1% |
| 9 | Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante | 1% |
| 10 | repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet | <1% |
| 11 | repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet | <1% |



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL ESTE DE LIMA, 2024

Línea de investigación

Psicología de procesos básicos y psicología educativa

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología con mención
en psicología clínica

Autora

Bendezu Niño, Lucero Carolina

Asesora

Henostroza Mota, Carmela Reynalda

ORCID: 0000-0003-3762-3247

Jurado

Castillo Gómez, Gorki Baldomero

Mayorga Falcón, Luz Elizabeth

Reyes Rodríguez, Javier Andrés

Lima- Perú

2026

Pensamientos

“Mas vale la pena en el rostro que la
mancha en el corazón”.

Miguel de Cervantes

“No dejes que el miedo se interponga en
tu camino”.

Babe Ruth

Dedicatoria

A Dios todopoderoso por su infinito amor,
a mis padres y personas especiales.

Agradecimientos

A la Universidad Nacional Federico Villarreal y a cada uno de los profesores que me apoyaron durante toda mi carrera.

ÍNDICE

| | |
|---------------------------------------------------------|-----------|
| Resumen..... | viii |
| Abstract..... | ix |
| I. INTRODUCCIÓN | 1 |
| 1.1. Descripción y formulación del problema..... | 2 |
| 1.2. Antecedentes | 5 |
| <i>1.2.1. Antecedentes nacionales</i> | <i>5</i> |
| <i>1.2.2. Antecedentes internacionales</i> | <i>8</i> |
| 1.3. Objetivos | 10 |
| <i>1.3.1. Objetivo general.....</i> | <i>10</i> |
| <i>1.3.2. Objetivos específicos.....</i> | <i>10</i> |
| 1.4. Justificación..... | 11 |
| 1.5. Hipótesis..... | 12 |
| <i>1.5.1. Hipótesis general.....</i> | <i>12</i> |
| <i>1.5.2. Hipótesis específicas</i> | <i>12</i> |
| II. MARCO TEÓRICO..... | 14 |
| 2.1. Bases teóricas sobre el tema de investigación..... | 14 |
| <i>2.1.1. Resiliencia</i> | <i>14</i> |
| <i>2.1.2. Bienestar psicológico</i> | <i>19</i> |
| III. MÉTODO..... | 26 |
| 3.1. Tipo de investigación | 26 |
| 3.2. Ámbito temporal y espacial..... | 26 |
| 3.3. Variables..... | 26 |
| <i>3.3.1. Variable: Resiliencia.....</i> | <i>26</i> |
| <i>3.3.2. Variable: Bienestar psicológico.....</i> | <i>28</i> |

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 3.4. Población y muestra | 29 |
| 3.5. Instrumentos | 30 |
| 3.6. Procedimientos | 35 |
| 3.7. Análisis de datos..... | 36 |
| 3.8. Consideraciones éticas | 37 |
| IV. RESULTADOS | 38 |
| 4.1 Resultados descriptivos | 38 |
| 4.1.1. Resultados de los niveles de la variable resiliencia..... | 38 |
| 4.1.2. Resultados de los niveles de la variable bienestar psicológico | 39 |
| 4.2 Resultados inferenciales | 39 |
| 4.2.1. Prueba de normalidad..... | 39 |
| 4.2.2. Resultados de la relación entre la resiliencia con bienestar psicológico..... | 40 |
| 4.2.3. Resultados de la comparación de la resiliencia según el sexo | 41 |
| 4.2.4. Resultados de la comparación del bienestar psicológico según el sexo..... | 41 |
| 4.2.5. Resultados de la relación de las dimensiones de resiliencia con el bienestar psicológico | 42 |
| 4.2.5. Resultados de la relación de la resiliencia con las dimensiones del bienestar psicológico | 43 |
| V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS | 45 |
| VI. CONCLUSIONES | 52 |
| VII. RECOMENDACIONES | 54 |
| VIII. REFERENCIAS | 56 |
| IX. ANEXOS | 66 |

INDICE DE TABLAS

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 1. Operacionalización de la variable resiliencia | 27 |
| Tabla 2. Operacionalización de la variable bienestar psicológico | 28 |
| Tabla 3. Distribución de la población | 29 |
| Tabla 4. Distribución de la muestra, según sexo y año de estudios | 30 |
| Tabla 5. Análisis de confiabilidad de la Escala de Resiliencia..... | 33 |
| Tabla 6. Análisis de confiabilidad de la Escala Bienestar psicológico | 35 |
| Tabla 7. Niveles de la resiliencia | 38 |
| Tabla 8. Niveles de bienestar psicológico..... | 39 |
| Tabla 9. Prueba de normalidad | 40 |
| Tabla 10. Relación entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes 4to y 5to de secundaria | 40 |
| Tabla 11. Comparación de la resiliencia en estudiantes 4to y 5to de secundaria, según sexo. | 41 |
| Tabla 12. Comparación del bienestar psicológico en estudiantes 4to y 5to de secundaria, según sexo..... | 42 |
| Tabla 13. Relación entre las dimensiones de la resiliencia con el bienestar psicológico en estudiantes 4to y 5to de secundaria | 43 |
| Tabla 14. Relación entre la resiliencia con las dimensiones de bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024..... | 44 |

Resumen

En la investigación se ha planteado el objetivo de determinar la relación entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024. La metodología se demarcó como cuantitativa, tipo básico, nivel correlacional, diseño no experimental- transversal, con una muestra de 360 alumnos que cursaban 4to y 5to grado del nivel secundaria, se aplicó la encuesta como técnica para recabar informaciones, siendo el instrumento los cuestionarios; Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J; Casullo, 2002) y Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993). Los resultados reflejaron el desarrollo de una correlación positiva, media y estadísticamente significativa ($Rho= 0,374; p<0,05$) de la resiliencia con el bienestar psicológico en los alumnos que cursan estudios de 4to y 5to de secundaria en una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024. Se concluyó la existencia de una correlación positiva, media y estadísticamente significativa ($Rho= 0,374; p<0,05$) entre la resiliencia y el bienestar psicológico en los alumnos mencionados. Se recomendó realizar una indagación con enfoque cuantitativo y nivel explicativo respecto a la resiliencia con bienestar psicológico en alumnos de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa pública abordada como objeto de estudio, con la intención de poder determinar la relación causa efecto entre las mismas.

Palabras clave: resiliencia, bienestar psicológico, estudiantes

Abstract

The research aimed to determine the relationship between resilience and psychological well-being in 4th and 5th grade secondary school students from a public educational institution in East Lima, 2024. The methodology was defined as quantitative, basic type, correlational level, non-experimental-cross-sectional design, with a sample of 360 students in 4th and 5th grade of secondary school. The survey was applied as a technique to collect information, with the instrument being the questionnaires; Psychological Well-being Scale (BIEPS-J; Casullo, 2002) and the Resilience Scale of Wagnild and Young (1993). The results reflected the development of a positive, moderate, and statistically significant ($Rho = 0.374$; $p < 0.05$) correlation between resilience and psychological well-being in 4th and 5th year secondary school students at a public educational institution located in East Lima, 2024. It was concluded that a positive, moderate, and statistically significant ($Rho = 0.374$; $p < 0.05$) correlation existed between resilience and psychological well-being in the aforementioned students. It was recommended that a quantitative, explanatory study be conducted on the relationship between resilience and psychological well-being in 4th and 5th year secondary school students at the public educational institution studied, with the aim of determining the cause-and-effect relationship between them.

Keywords : resilience, psychological well-being, students

I. INTRODUCCIÓN

Dentro del proceso educativo, el nivel de secundaria, suele albergar a estudiantes que se encuentran en plena adolescencia, la cual es un periodo de vida en que las personas experimentan muchos cambios y transformaciones, siendo uno de los más notorios y relevantes los ocurridos en su área psicoemocional. Razones por las cuales, la resiliencia se convierte en una característica esencial para los adolescentes escolares, debido a que les posibilita que puedan enfrentarse de forma positiva a los diversos desafíos que se le presenten, lo cual puede ser determinante en su bienestar psicológico, para que pueda desenvolverse de manera armónica consigo mismo y con sus semejantes dentro de su contexto.

Ante tales planteamientos, surgió la idea de ejecutar una indagación enfocada en la resiliencia y el bienestar psicológico en alumnos de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en Lima, 2024. Partiendo de esta premisa, se formuló como objetivo principal; Determinar la relación entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.

En concordancia, la investigación se estructuró de la siguiente manera: parte I, titulada introducción, en la que se desarrolló la descripción y formulación del problema, antecedentes, objetivos, justificación e hipótesis. Parte II, referida como el marco teórico, siendo el espacio donde se exhibieron las bases teóricas sobre el tema de investigación. Parte III, conocida como método, en esta se planteó el tipo de investigación, ámbito temporal y espacial, variables, población y muestra, instrumentos, procedimientos y análisis de datos. Parte IV, donde se reflejaron los resultados, en esta sección se presentaron los resultados descriptivos e inferenciales. Parte V, fue indicada como discusiones de los resultados. Parte VI, representada como la sección donde se expusieron las conclusiones de la investigación. Parte VII, en esta se

realizaron las recomendaciones. Parte VIII, se reflejaron las referencias utilizadas dentro de la investigación, siguiendo los lineamientos del APA 7ma edición. Finalmente, la parte IX, que contiene los anexos del estudio.

1.1. Descripción y formulación del problema

En la actualidad las personas se encuentran sujetos a un contexto muy complejo llenos de escenarios desafiantes, debido a los constantes cambios que se experimentan dentro de la sociedad, siendo los más afectados los adolescentes, quienes por encontrarse en una etapa de vulnerabilidad podrían vivenciar experiencias que les genere múltiples consecuencias negativas internas y externas (Mendieta et al., 2023; McKeering et al., 2021). Razones por las cuales se hace importante la resiliencia en los adolescentes, en función de que puedan desarrollar y sostener su bienestar psicológico que será primordial para que pueda tener éxito en su vida (Ropret et al., 2023).

La resiliencia refiere a la capacidad que poseen los individuos de poder sobreponerse a las condiciones adversas, manejarlas y salir victoriosos de las mismas (Abbas et al., 2024). Esta se desarrolla por medio de la voluntad y la actitud positiva que pueda presentar el individuo ante su realidad (Díaz-Esterri et al., 2022). Se requiere que el adolescente se encuentre motivado para poder desarrollar comportamientos resilientes que le garantizarán ser más productivos, preservar su paz interna y encontrarse en armonía con su entorno (Priyanka y Beena, 2019).

El bienestar psicológico se presenta como un elemento que alude a la estabilidad interna que experimentan los individuos, el cual le permite interactuar consigo mismo y con sus semejantes de manera positiva y satisfactoria (Bozdag, 2020). Se trata de un estado de plenitud que requiere ser experimentado por los adolescentes a nivel físico, social, emocional y

psicológico, para que puedan manejar con armonía los diversos cambios acontecidos durante esta etapa y asumir su realidad con optimismo (Castellanos-Simons et al., 2020).

En el territorio Latinoamericano y del Caribe se ha conocido que la resiliencia en adolescentes es un elemento que no se ve afianzado en algunos contextos, en concordancia Velásquez-Correa et al. (2022), realizó una investigación en Colombia donde halló que en un 58,4% esta era nivel bajo. Asimismo, Bucheli y Martínez (2022), en Ecuador indagaron al respecto y demostraron que en un 46,61% esta se hallaba en nivel deficiente. Por su parte, Pierrini (2021) en Argentina, valoró a la resiliencia de los adolescentes en un 11% como deficiente. Esta es una situación que se debe mejorar en función de fortalecer aspectos indispensables como lo es el bienestar psicológico de esta población, puesto que la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2022), ha reseñado que dentro de este grupo etario un 73% han manifestado necesitar apoyo psicológico, 47,7% padece de depresiones y cuadros de ansiedad, 46% ha mostrado falta de interés por la vida y el cumplimiento de sus metas, 26% presentan déficit de atención y concentración, 18,2% han tenido problemas de comportamiento y un 16% sufre de trastornos mentales.

En el Perú, la resiliencia de los adolescentes ha sido un tema objeto de interés, siendo calificada en un 32.6% como nivel bajo dentro de la población de estudiantes de secundaria (Carrasco, 2021), lo cual demuestra la necesidad de que se refuerce este tipo de atributo, en pro de que esta población sea más eficiente en el momento de enfrentar situaciones complejas que pongan en riesgos su bienestar psicológico y con ello el desarrollo de su vida. Lo cual resulta alarmante al encontrar publicadas cifras que refiere que esta población está padeciendo en un 82,35% de afectaciones por estrés y en un 12,68% han mostrado conductas ansiosas o depresivas (Ministerio de Salud [MINSA], 2021), puntualizando los representantes de muchos adolescentes que un 73,4% han manifestado complicaciones emocionales, sociales y

psicológicas después de situaciones incómodas para ellos (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2021).

Asimismo, en Lima, se ha dado a notar por medio de una indagación desarrollada por Quispe (2021), que la resiliencia de los adolescentes de secundaria era en un 25% baja. Estos hallazgos resultan preocupantes al indicarse que existen ciertas situaciones negativas que respectan al bienestar psicológico, debido a que MINSA (2021) ha destacado que dentro de la población de adolescentes las afectaciones de salud mental se han incrementado en un 50%, lo cual desestabiliza el desarrollo interno de estos jóvenes. En correspondencia, se ha destacado que estos adolescentes manifiestan en un 32,5% problemáticas a nivel de conducta, atención y afectividad y en un 38,5% suelen mostrar mucho preocupaciones y pesimismo para afrontar sus situaciones personales (MINSA, 2020).

Dentro de este contexto, se plantea la realidad de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, que brinda educación a 855 estudiantes de secundaria. Donde pareciera que estos presentan limitaciones para enfrentarse de manera eficiente a las situaciones adversas que le ocurren, razones por las cuales se muestran mucho más desmotivados, angustiados, con estrés y poco comunicativos (informaciones otorgadas por la dirección del plantel). En virtud de lo expresado, se nació la idea de ejecutar un estudio enfocado en la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Lima, 2024.

Seguidamente se presenta la formulación del problema, basado en la pregunta principal de investigación: ¿Existe relación entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024? Preguntas secundarias: ¿Cuál es el nivel de resiliencia en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024?, ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución

educativa pública del Este de Lima, 2024?, ¿Existe diferencia significativa de la resiliencia en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo?, ¿Existe diferencia significativa del bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo?, ¿Existe relación significativa entre la confianza en si mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo con el bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024? y ¿Existe relación significativa entre la resiliencia con el control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024?

1.2. Antecedentes

1.2.1. Antecedentes nacionales

Calsín (2023) a través de su estudio se propuso determinar los nexos entre el bienestar psicológico y resiliencia en adolescentes peruanos. En esta indagación participaron 270 estudiantes, cuyo enfoque fue cuantitativo, correlacional, no experimental, trasversal, siendo los instrumentos empleados para recolectar informaciones; La Escala de Resiliencia y la Escala de Bienestar Psicológico. Se demostró que el bienestar psicológico se hallaba en un nivel medio (48,8%), lo cual fue coincidente con el nivel de resiliencia (42,9%), también se reflejó que entre ambas variables se registraba un nexo moderado, directo y significativo ($Rho=0,698$; $p<0,05$), al cruzar la variable bienestar psicológico con las dimensiones de resiliencia se obtuvo un relacionamiento significativo y directo (confianza $Rho=0,684$; $p<0,05$, perseverancia $Rho=0,455$; $p<0,05$, ecuanimidad $Rho=0,464$; $p<0,05$ y aceptación $Rho=0,520$; $p<0,05$). Se

concluyó que el bienestar psicológico es un elemento favorable que experimentan los estudiantes y le permite mantener fortalecida su resiliencia.

Johnson (2022) se enfocó en valorar los nexos del bienestar psicológico con la resiliencia en alumnos de secundaria de Chiclayo. Se involucraron a 98 adolescentes en el estudio, cuyo enfoque fue cuantitativo, correlacional, no experimental, trasversal, los instrumentos para recabar datos fueron la Escala de Resiliencia y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Se conoció que el bienestar psicológico (71,4%) se encontraba en niveles medios, al igual que la resiliencia (54,1%), al calcular la vinculación de las variables se reflejó una interconexión directa, significativa y baja ($Rho=0,279$; $p<0,05$). Se dio a conocer como conclusión que el bienestar psicológico es un aspecto que se relaciona a la resiliencia de los estudiantes, lo cual es fundamental para que se preserve la armonía y equilibrio interno de cada adolescente.

Rebaza (2021) se ha propuesto determinar el relacionamiento de la resiliencia y el bienestar psicológico en alumnos de secundaria en la libertad. En este estudio participaron 265 adolescentes, donde se estableció un estudio correlacional, cuantitativo, no experimental, trasversal, cuyos instrumentos utilizados fueron: la Escala de Resiliencia (ER) y la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J). Se obtuvo como resultados que la resiliencia era alta (29,8%) y se valoró al bienestar psicológico como medio alto (37%), referente al nexo entre las variables se refirió que era directo, bajo y significativo ($r=0,391$; $p<0,05$), asimismo al cruzar los componentes del bienestar psicológico fue hallada una interacción significativa (proyectos $r=0,353$; $p<0,05$, vínculos psicosociales $r=0,193$; $p<0,05$, aceptación de sí mismo $r=0,257$; $p<0,05$, control de situaciones $r=0,353$; $p<0,05$). Se concluyó que la resiliencia demostrada por los estudiantes permite que estos de manera positiva incrementen su bienestar psicológico y sea capaces de actuar de manera más satisfactoria en su vida.

Castro (2020) ha desarrollado una indagación con la finalidad de determinar los nexos del bienestar psicológico con la resiliencia en alumnos de secundaria en Chiclayo. La muestra fue de 20 adolescentes y se obedeció metodológicamente a un nivel correlacional, trasversal, no experimental, cuantitativo, siendo empleada la Escala de Resiliencia y la Escala de Bienestar Psicológica de Ryff para obtener las informaciones. Se resaltó que el bienestar psicológico (62,5%) fue calificado en un nivel alto, al igual como la resiliencia (78,1%), asimismo se halló un relacionamiento moderado, directo y significativo entre las mismas ($Rho=0,583$; $p<0,05$), al cruzar la variable bienestar psicológico con los componentes ecuanimidad ($Rho=0,553$; $p<0,05$) y confianza en sí mismo ($Rho=0,408$; $p<0,05$) se conoció un nexo significativo, sin embargo, no se registró significancia al combinarla con perseverancia ($Rho=0,229$; $p>0,05$), satisfacción personal ($Rho=0,291$; $p>0,05$), sentirse bien solo ($Rho=0,391$ $p>0,05$). Fue concluyente el planteamiento de que el bienestar psicológico y la resiliencia son aspectos que deben fortalecer en la adolescencia para que esta población pueda lograr alcanzar niveles altos de estas capacidades.

Pacheco (2021) se formuló el propósito de valorar como la resiliencia se relacionaba con el bienestar psicológico en los alumnos de un colegio Limeño. Desde el punto de vista metodológico, se tomó como muestra a 408 adolescentes y se asumió un nivel correlacional, no experimental, trasversal, cuantitativo, asimismo se utilizó la Escala de Resiliencia y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff para recabar datos. Los resultados dejaron evidencia de que en estos alumnos encuestados la resiliencia se halló en un nivel medio (69,4%) al igual que el bienestar psicológico (56,1%), al cruzar las variables se registró un nexo directo, alto y significativo entre las variables y respecto a la combinación del bienestar psicológico y los componentes de la resiliencia se reflejó una interacción significativa (confianza en sí mismo $Rho=0,561$; $p<0,05$, ecuanimidad $Rho=0,398$; $p<0,05$, satisfacción personal $Rho=0,694$; $p>0,05$, perseverancia $Rho=0,441$; $p>0,05$, sentirse bien solo $Rho=0,528$; $p>0,05$). Se ha

concluido que la resiliencia es capaz de relacionarse de forma notable y significativa con el bienestar psicológico de los alumnos convocados, siendo esta una relación de interés y la cual debe ser fortalecida en su desarrollo.

1.2.2. Antecedentes internacionales

Pérez-Correa et al. (2022) se plantearon como propósito precisar la interrelación de la resiliencia con el bienestar psicológico en los adolescentes de Colombia. En el estudio se trabajó con una muestra de 300 adolescentes, con un diseño no experimental, trasversal, correlacional, cuantitativo, también se usó la Escala de Resiliencia y la Escala de Bienestar Psicológico para registrar datos de interés. Se conoció que la resiliencia de los estudiantes se valoró en un nivel medio (38.3%) y el bienestar psicológico era nivel alto (41,3%), al vincular las variables se halló una conexión directa, moderada y significativa entre las mismas ($r=0,505$; $p<0,05$). Se hace concluyente que la resiliencia es un elemento que permite se mantenga en equilibrio el bienestar psicológico de los alumnos.

Sivakumar y Divya (2022) en su investigación se propusieron establecer como la resiliencia se interrelacionaba con el bienestar psicológico en adolescentes de la india. La muestra tomada en consideración fue de 116 adolescentes, los cuales participaron un diseño no experimental, trasversal, cuantitativo, correlacional, donde fueron aplicados la Escala de Bienestar Psicológico y la Escala de Resiliencia para la obtención de informaciones. Al relacionarse las variables se registró un vínculo entre ellas valorada como directa, baja y con significancia estadística ($r=0,200$; $p<0,05$). Por medio del desarrollo de la investigación se concluyó que la resiliencia contribuye de forma activa para que los estudiantes puedan incrementar sus niveles de bienestar psicológico que tanto les son necesarios para lograr tener éxito en sus actividades.

Desrianty et al. (2021) se han propuesto establecer las relaciones existentes entre el funcionamiento familiar, resiliencia y bienestar psicológico de los alumnos de secundaria en

Indonesia. Se trató de una muestra de 341 adolescentes, los cuales fueron involucrados en una indagación correlacional, cuantitativa, diseño no experimental, transversal, en el cual se aplicó la Escala de Resiliencia, la Escala de Funcionamiento Familiar y Escala de Bienestar Psicológico para hacer posible la recepción de las informaciones para el estudio. Una vez procesados los datos se conoció que la resiliencia se hallaba en un nivel promedio (30%) y el bienestar psicológico en nivel promedio (41%), asimismo se gestaba un relacionamiento positivo, bajo y significativo entre las variables ($r=0,298$; $p<0,05$). Se ha concluido que fortalecer la capacidad resiliente en los estudiantes es una acción de relevancia, debido a que esto le posibilita preservar estados óptimos de bienestar psicológico.

Izazol et al. (2019) se plantearon el propósito de identificar la influencia que tenía la resiliencia en el bienestar psicológico de alumnos de secundaria en Malasia. Se incluyó en el estudio a 200 adolescentes, bajo un diseño transversal, no experimental, cuantitativo, a los cuales se les aplicó la Escala de Resiliencia y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Se reflejó entre los resultados que la resiliencia de los estudiantes es capaz de influir en un 48,2% en su bienestar psicológico de manera significativa. Se concluyó que un estudiante resiliente es capaz de mantener estados óptimos de bienestar psicológico, por lo que es recomendable que este atributo personal sea desarrollado en los estudiantes.

Priyanka y Beena (2019) se enfocaron en el propósito de valorar los nexos del bienestar psicológico con la resiliencia en adolescentes de India. Esta constó de una muestra de 30 adolescentes, cuyo diseño fue no experimental transversal, cuantitativo, correlacional, empleándose como instrumentos de investigación la Escala de Resiliencia y la Escala de Bienestar Psicológico. Se demostró que al cruzar estas variables se registraba un relacionamiento sin significancia estadística ($r=0,075$; $p>0,05$), lo cual niega un vínculo notorio entre ellas. Se ha hecho conclusivo reconocer que el bienestar psicológico y la resiliencia son aspectos que se deben trabajar y reforzar dentro de la población abordada, para

que se incrementen sus niveles y su relación sea positiva en función de aportar a un mejor desarrollo integral de los adolescentes.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la resiliencia con bienestar psicológico de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.

1.3.2. Objetivos específicos

- Medir el nivel de resiliencia en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.
- Medir el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.
- Comparar la resiliencia en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo.
- Comparar el bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo.
- Establecer la relación entre confianza en si mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo con el bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.
- Establecer la relación entre la resiliencia con el control de situaciones, aceptación de sí mismo, vinculos psicosociales y proyectos en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.

1.4. Justificación

A nivel teórico, la investigación ejecutada se justificó debido a que se enfocó en abordar el estudio de la resiliencia y el bienestar psicológico en adolescentes escolares pertenecientes al nivel de secundaria, lo cual permitió ampliar conocimientos con respecto a la dinámica que se suscitaba entre ambas, dentro del contexto mencionado. Asimismo, este estudio se constituyó en un material bibliográfico que capaz de aportar sustento teórico referente a la temática para profundizar su indagación, comprensión y actualización, siendo de gran valía para la comunidad científica, siendo idóneo para fortalecer estudios futuros, llenar vacíos teórico existentes en cuanto a las variables y hasta propiciar la formulación de nuevas interrogantes para la comprobación o rechazo.

En cuanto a su justificación práctica, se destaca que este estudio ha sido de relevancia, por cuánto buscó gestar beneficios en la población objeto de abordaje, puesto que sus hallazgos se facilitaron a las autoridades del colegio para que pudieran conocer la realidad con respecto a estos elementos y que en el futuro se estructuren y desarrollen planificaciones enfocadas en fortalecer la resiliencia y el bienestar psicológico de estos estudiantes, siendo ello fundamental para el desenvolvimiento efectivo, positivo y satisfactorio de estos jóvenes, los cuales enfrentarán los retos de la vida con mejor actitud.

Partiendo de la justificación metodológica, este estudio ha sido de importancia porque se desarrolló bajo los criterios del método científico, el cual le otorgó solidez, validez y reconocimiento, a la vez que abasteció de confiabilidad a los resultados obtenidos, al demostrar que estos eran cónsonos con la realidad abordada. Aspectos que hicieron posible se sugiriera la aplicación de técnicas, procedimientos y estrategias, en función de mejorar las situaciones detectadas.

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis general

H_G: Existe relación significativa entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024

H₀: No existe relación significativa entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024

1.5.2. Hipótesis específicas

- H₁: Existe diferencia significativa de la resiliencia en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo.
- H₀: No existe diferencia significativa de la resiliencia en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo.
- H₂: Existe diferencia significativa del bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, según sexo.
- H₀: No existe diferencia significativa del bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, según sexo.
- H₃: Existe relación significativa entre la confianza en si mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo con el bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.
- H₀: No existe relación significativa entre la confianza en si mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo con el bienestar psicológico en

estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.

- H₄: Existe relación significativa entre la resiliencia con el control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.
- H₀: No existe relación significativa entre la resiliencia con el control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Bases teóricas sobre el tema de investigación

2.1.1. Resiliencia

2.1.1.1. Conceptualización de la resiliencia. Es una particularidad que se manifiesta individualmente en cada persona y que le permite asumir un suceso retador que le genere mucha tensión, logrando adecuarse a elementos de naturaleza estresante que se involucran íntimamente con las circunstancias vividas (Carbajal y Flores, 2023; Wagnild y Young, 1993). Asimismo, Zhuang-Shuang y Hasson (2020), señala que la resiliencia es la habilidad que tiene un individuo o un sistema para vivir bien, de una forma socialmente admisible para desenvolverse positivamente pese a las difíciles condiciones de vida. Por su parte Romano et al. (2021), sostiene que la resiliencia es el conjunto de cualidades y capacidades innatas que se poseen para enfrentar de forma correcta distintas situaciones desfavorables, como circunstancias estresantes y situaciones peligrosas.

Durante el periodo de la adolescencia se considera que la resiliencia se constituye como una gran fortaleza para los individuos, que le permite enfrentarse eficientemente a la sociedad que lo rodea y manifestar autonomía, haciendo que estos se propongan nuevos objetivos, lo cual es de relevancia al tener en cuenta que durante esta etapa el sujeto experimenta varios cambios psicológicos, biológicos y sociales, los cuales ameritan que el púber se adapte de manera positiva a los nuevas variaciones que se van dando en su contexto sociocultural (Vera y Gutiérrez, 2023).

Por consiguiente, Hoyos-Rivas (2021), sostiene que el proceso de resiliencia en los adolescentes se puede ver perjudicado por la intervención de dos factores importantes, siendo uno de estos el afectivo (donde el joven por sí solo reconoce la carencia de lazos familiares) y en segundo lugar el social (donde se ven quebrantados sus estereotipos y surgen sus

inseguridades). Por lo que se determina que la resiliencia es una transformación diaria que se da por medio del ámbito social y la evolución interna de cada ser, llegando a demostrarse a través de distintas conductas presentes en el núcleo familiar y dentro del ambiente más cercano, lo cual llega a causar un desprendimiento de los lazos familiares para ir en busca de su propia identidad (Espino et al., 2023).

La resiliencia será fundamental para que los adolescentes puedan reconocer y superar satisfactoriamente cada obstáculos o reto que se le presente, permitiéndole poder adaptarse al ambiente en el cual se sienta más cómodo y a gusto, por lo que estos deben saber afrontar desventuras en distintos contextos (Mendieta et al., 2023).

2.1.1.2. Modelos que explican la resiliencia

Modelo del Desafío de Wolin y Wolin (1993). Por medio de este modelo se sostiene que la resiliencia es la fuerza que permite que los individuos puedan enfrentarse a situaciones adversas que se presentan a lo largo de la vida, donde las desventuras y contratiempos generados por daños o pérdidas son capaces de transformarse en desafíos o razones a ser enfrentadas con resistencia psicológica, además, representa un obstáculo que impide que el infortunio perjudique a la persona. En este sentido, la resiliencia provoca que los impedimentos sean superados satisfactoriamente mediante un largo camino de lucha, superación y confrontamiento de las desgracias, sustentado bajo el fortalecimiento de los bienes psicológicos que el individuo posee (Ruiz et al., 2020).

Al respecto Meza (2020), ha referido que el modelo está enfocado en las habilidades que poseen las personas resilientes, por tal motivo, Wolin y Wolin (1993) se encargaron en desarrollar elementos que resulten importantes para las personas, llegando a fomentar considerablemente los siete pilares fundamentales de la resiliencia, los cuales se mencionan a continuación:

- Introspección; refiere a un proceso de autoevaluación interna que realiza la persona sobre sus distintos estados de ánimo experimentados para afrontar dificultades que se presenten.
- Independencia; hace referencia a conocerse así mismo, estableciendo límites emocionales y físicos, entre las circunstancias complejas y nosotros.
- Capacidad de relacionarse; se refiere al vínculo efectivo que se construye con los demás individuos del entorno, implementando vínculos amistosos convenientes.
- Iniciativa; alusiva a la disposición de asumir desafíos y dar respuestas ante los inconvenientes presentados.
- Creatividad; es la habilidad que posee el individuo para transformar situaciones caóticas en placenteras y satisfactorias.
- Moralidad; conciencia moral del ser humano, por la cual se tiene la capacidad de diferenciar entre lo bueno y lo malo.
- Humor; pilar principal que busca el lado favorable y satisfactorio de los problemas.

En este sentido, se explica que el ser resiliente en los adolescentes es un elemento esencial para que estos puedan asumir de forma más satisfactoria las situaciones de vida a la cual se enfrenten. Destacando este modelo que cada uno de estos pilares funcionan en conjunto para que las personas construyan un pensamiento crítico, favoreciendo el desarrollo adecuado de su identidad y haciéndolos capaz de asumir de manera eficiente los hechos que se le presenten (Ruiz et al., 2020).

Modelo de las Verbalizaciones Resilientes de Grotberg (1995). El presente modelo se ha constituido como uno de los enfoques conceptuales más empleados para profundizar en la explicación teórica de la variable resiliencia. Dentro de esta perspectiva, ser resiliente es referido como una capacidad que poseen las personas de lograr enfrentarse a las situaciones que se les presenten como difíciles, las cuales le generan estrés, angustias, frustraciones,

temores, inseguridades, entre otras, razonando de forma coherente y activando su fortaleza interna y externa para dar lo mejor de sí mismo, con actitud positiva y poder superar los obstáculos (Costa et al., 2021)

Se resalta que la resiliencia es una condición dinámica, que no es estándar, puesto que se puede desarrollar y fortalecer de acuerdo a las vivencias y experiencias que las personas tengan en el tiempo y está relacionada con sus procesos de aprendizaje y su socialización, puesto que las interacciones son el complemento que pueden potenciarla o debilitarla. Razones por las cuales se asume que la resiliencia es una característica humana compleja y determinante para la vida de los individuos y desde la niñez debe ser gestionada de manera empática, armónica, autónoma, entre otras (Mangualaya, 2022)

Al respecto, Pomeroy (2020) ha destacado que, a través del Modelo de las verbalizaciones resilientes, se tienen presente 3 elementos resaltantes:

- Yo tengo, refiere a la confianza que las personas desarrollan al tener presente la red de apoyo exterior que tiene a su disponibilidad y las oportunidades que están le brindan para potenciar su vida y bienestar en general.
- Yo soy, indica el proceso de auto reconocimiento y autovaloración que la persona hace de sí mismo, haciéndose conscientes de sus fortalezas y debilidades y cómo manejarlas para poder desenvolverse de forma adecuada y exitosa.
- Yo puedo, respecta al dominio o control que las personas saben que ejercen ante situaciones y contextos específicos, estas expresan lo relevante de contar con habilidades sociales que le permita desarrollar relaciones interpersonales sanas, comunicación efectiva y autocontrol.

Se evidencia que ser resiliente es una capacidad de relevancia que permite las personas puedan adaptarse de manera competente a diversas situaciones incómodas y arriesgadas, teniendo mentalidad positiva, enfocado en el auto superarse, siendo consciente de su persona,

posibilidades y debilidades, celebrando sus triunfos y aprendiendo de sus fallas, sin autosabotearse.

2.1.1.3. Dimensiones de la resiliencia. Entre las dimensiones que refieren a la resiliencia se destacan las siguientes:

a) **Confianza en sí mismo.** Es la capacidad que tiene el individuo para creer y fiarse en sus propias habilidades, aceptando sus fortalezas y debilidades (Calsín, 2023). Esto surge de acuerdo a la forma en la que los padres han inculcado la responsabilidad de transmitir respeto y aceptación, de la misma manera que les ha inculcado a razonar y dar solución a sus problemas, creando satisfacción que se caracterizará por la autoconfianza y una correcta autoestima (Carbajal y Flores, 2023). Este atributo se origina cuando el individuo se siente en calma y tranquilidad consigo mismo, puesto que reconoce y admite sus límites, orientados normalmente en las capacidades positivas (Castro, 2020).

b) **Ecuanimidad.** Refiere al balance equilibrado que la persona busca lograr al manejar en su vida, siendo capaz de afrontar experiencias retadoras, circunstancias desfavorables; por lo que crearán respuestas extremas frente las desgracias (Castro, 2020). Se trata de encarar situaciones desafiantes con seguridad, para conservar calma ante emocionalidades fuertes, logrando una armonía entre el razonamiento y las emociones, permitiendo la equidad en los individuos y sus determinaciones, implementando vínculos intrapersonales duraderos (Calsín, 2023).

c) **Perseverancia.** Es la tenacidad que poseen las personas para salir adelante frente a los infortunios pese al desánimo y desdichas que estas pudieran generar (Castro, 2020). Es poseer deseos por alcanzar una meta, es la voluntad de continuar adelante para renovar el existir de la persona, experimentando la autodeterminación y continuidad (Calsín, 2023). Ser perseverante describe a un individuo que busca ejecutar acciones focalizadas en función de lograr metas

proyectadas y hacer lo posible por cumplirlas, aunque se presenten obstáculos (Carbajal y Flores, 2023). En este sentido, la perseverancia refiere a la persistencia y constancia que se exprese para hacer realidad un fin (Castro, 2020).

d) **Satisfacción personal.** Hace referencia a la apreciación positiva y propia que tiene una persona con respecto a su vida (Castro, 2020). Es la comprensión del propósito de vida, tomando en consideración la personalidad y cada uno de los elementos que influyen en el individuo y que lo hace valorar su ser como único y especial (Carbajal y Flores, 2023). De igual manera, sentirse satisfecho personalmente, es símbolo de tranquilidad y armonía consigo mismo, lo cual permite experimentar calma y comodidad como lo que se es como persona, así como también con las acciones y objetivos logrados. Generalmente se centra en comprender e identificar el valor de la existencia y como cada individuo beneficia a esta (Calsín, 2023).

e) **Sentirse bien solo.** Indica la sensación de agrado que desarrollan los individuos al poder disfrutar de sí mismo y de su propia compañía (Castro, 2020). Estar bien en soledad, es una acción que refleja la estabilidad personal de cada individuo, aquella que le permite apreciar con plenitud su vida y las experiencias vivenciadas desde su libertad y paz interna, lo cual posibilita que se tenga una apreciación favorable de lo que significa estar solo y lo que representa al servir de espacio para el goce particular y el reforzamiento del yo (Castro, 2020). El individuo que se encuentre a gusto estando solo, tiene la capacidad de comprender más su humanidad, favorecer la reflexión y encontrar estímulos para avanzar y plantearse objetivos (Carbajal y Flores, 2023).

2.1.2. Bienestar psicológico

2.1.2.1. Conceptualización bienestar psicológico. Indica un estado de armonía que experimentan las personas y que les posibilita poseer óptimas relaciones sociales y un adecuado control en el ambiente, fundamentándose en sus propias experiencias y desenvolviéndose con

actitud positiva ante la vida (Casullo, 2022; Aguirre, 2020). Asimismo, Ahmad (2021), señala que el bienestar psicológico es la obtención de valores que orientan la autorrealización del ser humano, la indagación de significados, seguimiento de propósitos esenciales y la autenticidad humana. Por su parte Malik (2021), sostiene que refiere a un nivel de equilibrio interno que desarrolla el individuo al sentirse bien física, social y emocionalmente, a la vez que comprende la vida con sus contrariedades y alegrías lo que le permite conseguir vivencias positivas y gratificantes.

En este sentido, Cordovez et al. (2023) refiere que la visión que se estime de un positivo bienestar psicológico se apoya en diversos elementos que normalmente funcionan de generadores de un crecimiento sustancial ante situaciones precisas como lo son las reuniones familiares, verificación de logros, seguridad, autonomía, autoestima, otros. Todo ese grupo de componentes positivos fomentan una mejor calidad de vida.

El bienestar psicológico es un procedimiento de transformación, por lo que el niño al llegar a la etapa de la adolescencia reestructura conceptos que ha obtenido sobre sí mismo, sus padres, amigos y sus intereses (Aguirre, 2020). Así que el joven busca crear su identidad, sustentándose en sus vínculos sociales y vivencias, las cuales en buena parte se desenvuelven en el campo educativo, lugar donde avanza en gran manera este periodo de la vida, y donde se originan sus primeras amistades (Johnson, 2022). Por lo antes mencionado, se puede demostrar que los adolescentes experimentan cambios relacionados en sí mismo y en su contexto, lo cual da inicio al desarrollo de la autoapreciación, siendo fundamental manejar un buen bienestar psicológico (Ahmad, 2021).

En la adolescencia el bienestar psicológico está relacionado a elementos primordiales como lo es la autoestima, el cual se presenta como dinamizador de gran impacto y estabilidad, puesto que se ha comprobado que los adolescentes que sienten mayor satisfacción de su vida, presentan una apropiada autoestima, manifestando que tienen todo bajo control, lo cual resulta

ser favorable para trascurrir armónicamente las diversas etapas de la vida (Pardo, 2022). Las personas que se encuentran atravesando la adolescencia y que gozan de buen bienestar psicológico suelen expresar autoconfianza, establecen relaciones interpersonales afectivas con fidelidad, crean vínculos convenientes con sus semejantes y también demuestran habilidades adecuadas para abrir y cerrar ciclos de forma efectiva con sus progenitores, amistades, parejas, otros (Morales y Díaz, 2020). De tal forma que el púber obtendrá y fortalecerá una valoración personal que le proporcione confianza para ampliar comportamientos colaborativos y seguros, dentro del grupo familiar y social, proporcionando el desarrollo de su propio bienestar psicológico (Garcés y Mejías, 2023).

2.1.2.2. Modelos que explican el bienestar psicológico

Modelo de Bienestar Psicológico de Ryff (1989). Se trata de un enfoque teórico muy empleado como sustento para dar explicaciones en cuanto a la comprensión y análisis del bienestar psicológico. Al respecto, se ha estimado que el bienestar psicológico es considerado como una capacidad relacionada con el desarrollo del pensamiento positivo en la vida de las personas, lo cual permite que estos experimenten plenitud en el desarrollo de sus funciones, posibilitándoles vivir en armonía consigo mismo y en su entorno, estableciendo relaciones interpersonales sanas y fructíferas, a la vez que construye su camino hacia el éxito (Mori-Durán y Delgado-Velásquez, 2022).

Según Malik (2021), se plantean 6 componentes determinantes del bienestar psicológico:

- Autoaceptación; estar en conformidad consigo mismo
- Relaciones positivas con otras; establecer vínculos interpersonales, sanos y armónicos.
- Propósito de vida; determinar el proyecto personal de cada individuo y plantearse metas referentes a ello.

- Crecimiento personal; indica el proceso de desarrollo individual que tienen cada persona y que le brinda la posibilidad de consolidar habilidades y destrezas de provecho para las personas.
- Control ambiental; mantenerse en equilibrio con el ambiente que lo rodea, comprender los procesos desarrollados y participar efectivamente en ellos.
- Autonomía; se demarca la individualidad de cada persona.

Estos elementos se vuelven indicadores del bienestar psicológico que experimentan los individuos y que deja al descubierto aspectos claves y determinantes de su salud mental y física, así como también de su desenvolvimiento social y afectivo (Malik, 2021).

En este sentido, este modelo es de relevancia para explicar al bienestar psicológico en adolescentes, porque brinda herramientas para identificarlo y a la vez resalta su relevancia en la vida de los individuos, denotándose que en la etapa de la adolescencia esta es una condición requerida puesto que favorece se maneje con más equilibrio los diversos cambios y transformaciones que se pudieran vivenciar y generar de incertidumbre e inseguridades (Pérez-Correa et al., 2022).

Teoría de la Psicología Positiva de Seligman (2003). Se trata de una perspectiva teórica que aborda la explicación de la variable bienestar psicológico indicándola como una condición positiva, conveniente y fructífera para las personas, que posibilita pueden estar a gusto y satisfecho con su propia persona y su entorno, logrando desenvolverse de manera armónica y equilibrada. Asimismo, se plantea que el bienestar psicológico permite que las personas se hagan consciente del aquí y el ahora, reconociéndose como una unidad biopsicosocial y espiritual y pueda actuar coherentemente con sus principios y pensamientos (Seligman, 2003; Sáez, 2024).

Desde este punto de vista, se le atribuye al bienestar psicológico un rol principal en la determinación de la calidad de vida de las personas, puesto que las personas que las personas

que lo experimentan van estar en un constante proceso de autosuperación, se comprometen con su mejora, y muestran madurez emocional al aceptarse tal como son, pero activando sus mecanismos internos y externos para lograr su florecimiento personal (Canchari, 2019). En concordancia, Montagud (2025) destaca que desde esta teoría se construye el modelo PERMA, que refiere los siguientes aspectos:

- Emociones positivas, refiere la sensación que vivencian las personas al gozar de sentimientos agradables (alegrías, amor gratitud, otras).
- Compromiso, indica el grado de responsabilidad e involucramiento que asume cada persona con su propio ser, siendo capaz de disfrutar cada una de sus etapas.
- Relaciones positivas, respecta al establecimiento de vínculos interpersonales sanos y fructíferos que permitan un buen compartir en el entorno.
- Sentido, es la comprensión del propósito de vida y por ende actuar de forma activa para cumplirlo.
- Logro, está en la capacidad de cultivar aspiraciones y plantearse logros, activando lo recursos necesario para alcanzarlos.

Es de hacer notar, que desde esta teoría el bienestar psicológico es considerado como una característica muy personal que refleja aspectos muy marcados de la individualidad de cada ser humano y de sus experiencias vividas, así como también demarca su manera de afrontar la vida y como interactúa con su medio circundante.

2.1.2.3. Dimensiones del bienestar psicológico. Para comprender con mayor claridad como se genera un adecuado bienestar psicológico en el individuo, se contempla la existencia de cuatro dimensiones esenciales:

a) **Control de situaciones.** Implica al proceso de dominio que ejecutan los individuos con respecto a eventos determinados en su contexto (Pacheco, 2021). Es la capacidad que

tienen las personas para ser partícipe de su contexto, poniendo en práctica sus inteligencias e intereses por medio de la auto competencia y sentimiento de control, elaborando y transformando medios para adaptarlos a sus exigencias e intereses (Medrano y Yupanqui, 2022). Por consiguiente, quienes evidencian un nivel bajo de capacidad de control podrían tener complicaciones en la dirección de los temas de la vida cotidiana y se pueden tornar incompetentes para transformar el contexto en pro de alcanzar sus metas (Alarcón y Apaza, 2022).

b) *Aceptación de sí mismo*. Este refiere a la autoaceptación que manejan los individuos y que le permite estar en armonía con su yo interno (Aguirre, 2020). Es identificar y considerar los precedentes personales, abarcando los momentos positivos y negativos vividos (Alarcón y Apaza, 2022). Esto concierne con la satisfacción que siente el individuo de acuerdo a sus particularidades propias, por ser fundamental en la estabilidad psicológica, dado que el sujeto al reconocerse manifiesta una autoestima elevada (Medrano y Yupanqui, 2022). En concordancia, cuando no existe un reconocimiento y aceptación propia esto puede ser una señal de decepción, respecto a la vida y se produce sentimientos de rechazo e inconformidad, por lo que es una característica primordial para una equilibrada salud mental, reforzando y beneficiando el bienestar psicológico del individuo de manera general, lo cual, simultáneamente coopera con los conceptos sociales fructíferos y saludables (Pacheco, 2021).

c) *Vínculos psicosociales*. Alude al desarrollo de relaciones interpersonales sanas que puedan vivenciar las personas (Alarcón y Apaza, 2022). También es la fundamentación de nexos positivos y convenientes, demostrando habilidades para la comprensión, afectuosidad y seguridad, las cuales son primordiales para aumentar el bienestar psicológico (Aguirre, 2020). Estos describen al proceso de integración de los individuos con sus semejantes, lo cual pudiera ayudar a la disminución del estrés y al incremento del equilibrio emocional (Pacheco, 2021). El hecho de no desarrollar relaciones apropiadas significa que la conexión con las demás

personas no es favorable, creando desilusión y separación, puesto que es el impedimento de establecer vínculos comprometidos con los demás (Medrano y Yupanqui, 2022).

d) **Proyectos.** Refieren a todas las planificaciones que establecen las personas en base al futuro que desean consolidar (Pacheco, 2021). Los proyectos se muestran como las distintas propuestas de metas que las personas se trazan, para que el individuo se encamine, ubique y dirija su vida mediante un propósito determinado, con el fin de satisfacer sus necesidades, para lo cual debe tener un desempeño positivo, óptimo y saludable, en función de satisfacer objetivos que les favorezcan para darle sentido a su vida y desarrollar adecuadamente su bienestar psicológico (Alarcón y Apaza, 2022).

III. MÉTODO

3.1. Tipo de investigación

El enfoque asumido fue cuantitativo, permitió el empleo de técnicas y procedimientos cuantificables para hacer posible el desarrollo del estudio (Ruiz y Valenzuela, 2022). Se fundamentó en un tipo de investigación básica, enfocada en la amplificación de los conocimientos sobre un tema de estudio en específico (Mohamed et al., 2023). El nivel ha sido el correlacional, porque se realizó en función de identificar los posibles nexos estadísticos entre dos o más variables (Arias, 2020).

Se estableció un diseño no experimental, siendo aquel que no admitió, ni consintió manipulaciones intencionales de la variable objeto de estudio (Ruiz y Valenzuela, 2022). El corte de la investigación fue transversal, porque se tomó en cuenta un único periodo de tiempo para hacer posible el desarrollo de la investigación y su proceso de obtención de los datos (Mohamed et al., 2023).

3.2. Ámbito temporal y espacial

Esta indagación se desarrolló en un periodo de 7 meses (abril- octubre) durante el año 2024, cuyo instrumento de recolección de datos se llegó a aplicar en el mes de octubre.

En cuanto a la delimitación espacial de la investigación, está se estableció en una institución educativa pública, ubicada en Jirón las Rimarinas, departamento de Lima, Provincia de Lima, Distrito San Juan de Lurigancho.

3.3. Variables

3.3.1. Variable: Resiliencia

- **Definición conceptual**

Resiliencia. Es una particularidad que se manifiesta individualmente en cada persona y que le permite asumir un suceso retador que le genere mucha tensión, logrando adecuarse a elementos de naturaleza estresante que se involucran íntimamente con las circunstancias vividas (Carbajal y Flores, 2023; Wagnild y Young, 1993).

- **Definición operacional**

Resiliencia. Esta variable ha sido valorada por medio de las calificaciones que se obtuvieron a través de la utilización de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993).

Tabla 1

Operacionalización de la variable resiliencia

| Variables | Dimensiones | Indicadores | Items | Instrumento/escala |
|--------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------------|
| Resiliencia | Confianza en sí mismo | Habilidad para creer en sí mismo, en sus capacidades. | 6,9,10,13, 17,18,24 | Escala de resiliencia |
| | Ecuanimidad | Balance equilibrado que la persona busca lograr al manejar en su vida, siendo capaz de afrontar experiencias retadoras, circunstancias desfavorables. | 7,8,11,12 | Escala ordinal |
| | Perseverancia | Voluntad de continuar adelante con disciplina en función de lograr metas propuestas. | 1,2,4,14,15 ,20,23 | |
| | Satisfacción personal | Estar consciente de la vida transcurrida y sentirse a gusto con la misma. | 16,21,22,25 | |
| | Sentirse bien solo | Capacidad de disfrutar consigo mismo, reconociéndose libre y único. | 5,3,19 | |

3.3.2. Variable: Bienestar psicológico

- **Definición conceptual**

Bienestar psicológico. El bienestar psicológico indica un estado de armonía que experimentan las personas y que les posibilita poseer óptimas relaciones sociales y un adecuado control en el ambiente, fundamentándose en sus propias experiencias y desenvolviéndose con actitud positiva ante la vida (Casullo, 2022; Aguirre, 2020).

- **Definición operacional**

Bienestar psicológico. Esta variable se valoró por medio de la calificación que se obtuvo al ser aplicada la Escala de Bienestar (BIEPS-J).

Tabla 2

Operacionalización de la variable bienestar psicológico

| Variables | Dimensiones | Indicadores | Items | Instrumento/ escala |
|------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------|
| Bienestar psicológico | Control de situaciones | de Autorregulación dominio | y 1,10,5,13 | Escala de Bienestar |
| | Aceptación de sí mismo | de sí Independencia, satisfacción personal, autonomía y valores | 7, 4,9 | Psicológico (BIEPS-J) Escala ordinal |
| | Vinculos psicosociales | Paciencia, confianza, tolerancia y seguridad | 2,8,11 | |
| | Proyectos | Metas, planificaciones personales | 3,6,12 | |

3.4. Población y muestra

Población

Indicó al conglomerado total de la unidad de estudio, quienes se consideraron sujetos de investigación y poseían características similares (Arias, 2020). Para efecto de esta investigación, la población involucrada en el estudio estuvo constituida por 360 adolescentes que cursan estudios de 4to y 5to grado del nivel de secundaria dentro de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024.

Tabla 3

Distribución de la población

| Grado | Secciones | Alumnos por secciones | Alumnos por grado |
|--------------|------------------|------------------------------|--------------------------|
| 4to | 5 | 36 | 180 |
| 5to | 5 | 36 | 180 |
| Totales | 25 | 171 | 360 |

Tamaño de muestra

Esta refirió al conjunto de elementos que se presenta como base directa para hacer posible la obtención de los datos requeridos en el estudio (Arias, 2020). La muestra de este estudio fue por 360 adolescentes que cursan estudios de 4to y 5to grado del nivel de secundaria dentro de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, la cual ha sido la población total de la investigación.

El muestreo indicó al procedimiento que hizo posible la selección de los elementos que se tomaron como fuente para la recolección de datos (Hernández y Carpio, 2019). El muestreo que se tomó en consideración fue el no probabilístico, bajo la modalidad censal, a través del cual el investigador basándose en criterios propios hizo elección de la población total de sujetos que involucró en su estudio para la obtención de informaciones (Ruiz y Valenzuela, 2022).

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

Alumnos 4to y 5to de secundaria de la institución objeto de estudio

Completar todas las encuestas

Criterios de exclusión

No presentar su consentimiento informado

Tabla 4

Distribución de la muestra, según sexo y año de estudios

| Sexo | <i>Fr</i> | % |
|-----------|-----------|------|
| Masculino | 170 | 47,2 |
| Femenino | 190 | 52,8 |
| Total | 360 | 100% |
| Grado | <i>Fr</i> | % |
| 4to | 180 | 50% |
| 5to | 180 | 50% |
| Total | 360 | 100% |

Nota. Fr: frecuencia; %: porcentaje

3.5. Instrumentos

Para esta ocasión la técnica que se empleó fue la encuesta y se llegó a asumir como instrumento el cuestionario, porque brindó la oportunidad de que se efectuará una obtención de los datos de forma organizada, puntual y estandarizada, en función de los objetivos propuestos (Arias, 2020). En base a lo expresado, se emplearon dos cuestionarios en torno a las variables señaladas en la investigación, los cuales se detallan a continuación:

3.5.1. Escala de Resiliencia

Referente a variable independiente; resiliencia, se utilizó la Escala de Resiliencia, cuya autoría original le corresponde a Wagnild y Young (1993), la cual ha sido ajustada a la realidad peruana por los autores Carbajal y Flores (2023), con la finalidad principal de conocer los niveles de resiliencia presentados por los alumnos que cursaban secundaria en Lima. Este instrumento estuvo estructurado con un total 25 ítems, los cuales abordaron cinco (5) dimensiones; satisfacción personal (4 ítems), ecuanimidad (3 ítems), confianza en sí mismo (4 ítems), perseverancia (7 ítems) y sentirse bien solo (3 ítems). El instrumento se estableció por a través de una escala de likert, que tuvo 7 posibles elecciones de respuestas (desde 1=totalmente en desacuerdo, hasta 7= totalmente de acuerdo), su forma de aplicación ha sido individualizada y colectiva, con un tiempo aproximado de 25 a 30 minutos.

Propiedades psicométricas originales

Se destaca que la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), fue un instrumento que se desarrolló en Estados Unidos, donde se tomó como muestra a 1500 personas entre hombres y mujeres. La validez del instrumento se desarrolló a través de la validez de contenido en la que participaron cuatro profesionales (dos especialistas en psicometría y dos profesionales en enfermeras), los cuales avalaron que los ítems estaban redactados de forma convenientes y positiva. Asimismo, se desarrolló una validez concurrente, pues se relacionó la escala de resiliencia con instrumentos relacionados y validados, obteniéndose los siguientes valores al ser vinculado con; percepción de estrés $r=-0,67$, autoestima $r=0,57$, salud $r=0.50$, moral $r=0,59$, satisfacción de vida $r=0,59$ y depresión $r=-0,36$. También se empleó el análisis factorial basada en los componentes principales y la rotación oblimin, a través de la cual se determinaron 5 factores y una varianza del 44%. La confiabilidad de la escala total se desarrolló por medio del cálculo de la prueba alfa cronbach obteniéndose un valor de $\alpha=0,91$. Además se aplicaron las correlaciones ítems-ítems las cuales presentaron en su mayoría resultados que oscilaron

entre 0,50 y 0,70, presentando la totalidad del constructo una significancia estadística de 0,01 ($p < 0,01$).

Propiedades psicométricas peruanas

En cuanto a la Escala de Resiliencia original fue traducida y adaptada inicialmente en el territorio peruano por Novella (2002), utilizando una cantidad muestral de 324 estudiantes con un rango etario de 14 - 17 años, perteneciente a un colegio público de Lima, empleándose para la validez la técnica de factorización y de rotación, hallándose dos factores (el primero con 20 ítems y el segundo con 5 ítems), con una varianza explicada entre 50-60%. Cuya confiabilidad se otorgó por medio del coeficiente alfa cronbach que arrojó una valoración total de la escala de $\alpha = 0,875$ y una correlación ítems-ítems de 0,18 a 0,63, los cuales presentaban significancia estadística de 0,01.

El instrumento que se ha usado en el estudio ha sido el validado por Carbajal y Flores (2023). Cuyo proceso de validez se llevó a cabo a través del juicio de expertos, por lo que se involucraron a tres especialistas con conocimientos en el tema, quienes evaluaron su contenido, tomando como base su pertinencia, claridad y objetividad y lo determinaron como aplicable. Asimismo, se realizó un análisis factorial exploratorio, por medio del cual se obtuvo una ponderación de Kaiser-Meyer-Oklín (KMO) de 0,91 para el primer factor y 0,74 para el segundo factor y un Bartlett $< 0,001$. La confiabilidad se ha desarrollado por medio del cálculo del alfa cronbach obteniéndose un índice general de $\alpha = 0,926$ y por medio del alfa de Omega de McDonald con un valor de $\omega = 0,928$.

Validez y confiabilidad

A través de la presente investigación se ajustó la validez del instrumento por medio de un análisis factorial exploratorio, que expuso un Kaiser-Meyer-Oklín (KMO) de 0,784 y prueba de esfericidad de Bartlett $p < 0,001$. La confiabilidad se desarrolló por medio del cálculo del coeficiente de Alfa Cronbach (α) y el Omega de McDonald (ω), en la cual se presentó para su

escala general un α : 0.912 ω : 0.915, por lo que se confirmó su consistencia interna y aplicabilidad.

Tabla 5

Análisis de confiabilidad de la Escala de Resiliencia

| Factor | N° de Ítems | Ítems | α | Ω |
|-----------------------|-------------|--------------------|----------|----------|
| Confianza en sí mismo | 7 ítems | 6,9,10,13,17,18,24 | 0,908 | 0,911 |
| Ecuanimidad | 4 ítems | 7,8,11,12 | 0,909 | 0,912 |
| Perseverancia | 7 ítems | 1,2,4,14,15,20,23 | 0,909 | 0,911 |
| Satisfacción personal | 4 ítems | 16,21,22,25 | 0,909 | 0,912 |
| Sentirse bien solo | 3 ítems | 5,3,19 | 0,907 | 0,910 |

Nota. ω : Omega de McDonald; α : coeficiente de alfa cronbach. Escala general de ω : 0,915 α : 0,912

3.5.2. Instrumento 2

Variable 2: Bienestar psicológico

Respecto al bienestar psicológico se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J), cuya autoría original le corresponde a Casullo (2002), la cual ha sido ajustada a la realidad peruana por el autor Aguirre (2020), cuyo objetivo previsto fue identificar el nivel de bienestar psicológico de los estudiantes de secundaria de Lima. Este instrumento estuvo estructurado en un total 13 ítems, los cuales abordaron cuatro (4) dimensiones; control de situaciones (4 ítems), aceptación de sí mismo (3 ítems), vínculos psicosociales (3 ítems) y proyecto (3 ítems). El instrumento se estableció a través de una escala de likert, que tuvo 3 elecciones de posibles respuestas (de 1= desacuerdo hasta 3= acuerdo), su forma de aplicación ha sido individualizada y colectiva, con un tiempo aproximado de 15 minutos.

Propiedades psicométricas originales

El instrumento original que se aplicó en el estudio ha sido la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J), cuyo autor original fue Casullo (2002), en Argentina, siendo aplicada a una población de 1270 estudiantes en la etapa de la adolescencia, del género masculino y femenino, entre 13 a 18 años. La presente ha sido validada a través del análisis factorial exploratorio que refirió un Kaiser-Meyer-Oklin (KMO) de 0,72 con una prueba de esfericidad de Bartlett= 1343, $p < 0,0001$, cuya varianza explicaba el 50% de las puntuaciones. Referente a la confiabilidad esta se ha desarrollado aplicando el alfa Cronbach, el cual generó un índice global de $\alpha = 0,74$ demostrando su aplicabilidad y consistencia interna.

Propiedades psicométricas peruanas

El instrumento aplicado en el estudio ha sido el validado por Aguirre (2020), en Lima, donde se involucró a un total de 450 estudiantes de secundaria. La validez se llevó a cabo a través del juicio de expertos, en la que se involucraron a 10 expertos con conocimientos en el tema y evaluaron su contenido tomando como base su pertinencia, claridad y objetividad y lo determinaron como aplicable. Asimismo, se realizó el cálculo de la V de Aiken que resultó $> 0,80$ y de la Kaiser-Meyer-Oklin (KMO) que refirió un valor de varianza de 0,748% con Bartlett de $p < 0,01$. La confiabilidad fue desarrollada al ejecutarse el cálculo del alfa cronbach, a través del cual obtuvo un coeficiente de $\alpha = 0,72$. Además, se hizo el cálculo de la confiabilidad por medio de la prueba de Omega de McDonald en el que se obtuvo un índice de $\omega = 0,731$

Validez y confiabilidad

A través de la presente investigación se ajustó la validez del instrumento por medio de un análisis factorial exploratorio, que expuso un Kaiser-Meyer-Oklin (KMO) de 0,858 y prueba de esfericidad de Bartlett $p < 0,001$. La confiabilidad se desarrolló efectuando el cálculo del coeficiente de Alfa Cronbach (α) y el Omega de McDonald (ω), en la cual se presentó para su

escala general un α : 0.894 y ω :0,895, por lo que se confirmó su consistencia interna y aplicabilidad.

Tabla 6

Análisis de confiabilidad de la Escala Bienestar psicológico

| Factor | Nº de Ítems | Ítems | α | Ω |
|------------------------|-------------|-----------|----------|----------|
| Control de situaciones | 4 ítems | 1,5,10,13 | 0,883 | 0,884 |
| Aceptación de sí mismo | 3 ítems | 4,7,9 | 0,891 | 0,893 |
| Vínculos psicosociales | 3 ítems | 2,8,11 | 0,888 | 0,889 |
| Proyectos | 3 ítems | 3,6,12 | 0,884 | 0,886 |

Nota. α : coeficiente de alfa cronbach; ω : Omega de McDonald. Escala general de α : 0,894 y ω :0,895

3.6. Procedimientos

Para hacer posible la ejecución de la indagación se hizo una solicitud formal para autorización a la dirección de la institución educativa pública del Este de Lima, focalizada como población, donde se expresó la intención de la tesista de hacer el estudio, a la vez que se comentó sobre su naturaleza, objetivos, justificaciones, beneficios, así como también de la necesidad que hubo de solicitar a los padres el consentimiento informado para aplicar dos cuestionarios para la obtención de informaciones, los cuales se desarrollaron de forma presencial. Asimismo, se resaltó que esta fue una investigación en la que se manejó la información aportada con respeto y confidencialidad.

Al obtenerse la autorización, se tuvo contacto con los estudiantes para entregar el formato del consentimiento informado, el cual fue recepcionados previo al llenado de sus instrumentos. Una vez recibidos estos recaudos, se aplicaron los instrumentos contando con la

presencia de un profesor del colegio y la investigadora estuvo atenta en responder cualquier interrogante por parte de los estudiantes.

3.7. Análisis de datos

Culminado el proceso de llenado de los instrumentos, se procedió a tabular los datos en una hoja de excel, en los que se codificaron las respuestas de acuerdo a las opciones elegidas por los estudiantes. Al ser conformada esta base de datos, los mismos han sido transportados al programa SPSS versión 27 para su análisis estadístico.

El tratamiento de los datos se llevó a cabo al ejecutarse un análisis descriptivo e inferencial. Desde el punto de vista descriptivo se presentaron los niveles de las variables (bajo, medio y alto) a través de gráficos de naturaleza estadísticos, en los cuales se llegaron a expresar sus valores absolutos y porcentajes. Para el análisis inferencial, se inició realizando la prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov para poder conocer la distribución de los datos, debido a que la unidad de estudio estaba conformada por 360 sujetos. A través de este análisis, se demostró que la variable resiliencia y bienestar psicológico presentaron una $p < 0,05$, por lo cual se declaró que no existía normalidad en sus datos, razones que posibilitaron establecer el uso de pruebas no paramétricas para el cálculo de las correlaciones (empleándose el *Rho de Spearman*) y para las comparaciones (el uso de la *U de Mann-Whitney*).

Una vez desarrollados los cálculos estadísticos mencionados, se pudo conocer un relacionamiento positivo y con significancia estadístico entre la resiliencia y el bienestar psicológico de la población de estudiantes mencionados, lo que permitió el desarrollo del análisis inferencial que se basó en la comprobación de hipótesis, aceptándose la hipótesis alterna y rechazándose la nula, declarando una relación significativamente estadística entre las variables.

3.8. Consideraciones éticas

Estas han sido las siguientes:

Respeto: este se ha puesto en práctica durante el desarrollo del estudio, debido a que se les ha brindó consideración a los actores participantes, al ser conscientes de que son sujetos de derechos y deberes, siendo por ello que se estableció la figura del consentimiento informado como requisito a través del cual se dejó constancia de su involucramiento voluntario en la investigación, teniendo la opción de colaborar hasta que lo consideran necesario, asimismo los datos recolectados se han manejado con anonimato y confidencialidad.

Beneficencia: Por medio de este principio se buscó generar bienestar a la población de estudio, siendo por ello que los hallazgos han sido socializados con la dirección del colegio en cuestión, en pro de que sirvan para gestar planificaciones de atención y fortalecimiento de la resiliencia y bienestar psicológico de los alumnos.

No maleficencia: dentro de este contexto, se resalta que el investigador en todo momento fue muy cuidadoso al desarrollo de su estudio y recolectar datos, en función de no gestar ningún daño o incomodar a los involucrados.

Reconocimiento a la autoría: para cumplir este principio se tuvo presente aplicar las normas APA 7ma edición, en función de brindar reportes de las contribuciones y sustentos teóricos que se tomaron de otros autores para el fortalecimiento de la presente investigación.

IV. RESULTADOS

Una vez recolectados los datos y procesados a nivel estadístico, se presentan los resultados arrojados por medio de los cálculos realizados para darle respuesta a los objetivos de señalados en el estudio. En base a ello, se fundamenta este apartado y se muestran los siguientes hallazgos:

4.1 Resultados descriptivos

4.1.1. Resultados de los niveles de la variable resiliencia

Por medio de la tabla 7, se refleja que los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, han presentado en un nivel de resiliencia calificada en un 54,2% como alto, 44,2% medio y un 1,7% bajo.

Tabla 7

Niveles de la resiliencia

| | <i>Fr</i> | % | %válido | %acumulado |
|-------|-----------|-------|---------|------------|
| Bajo | 6 | 1,7 | 1,7 | 1,7 |
| Medio | 159 | 44,2 | 44,2 | 45,8 |
| Alto | 195 | 54,2 | 54,2 | 100,0 |
| Total | 360 | 100,0 | 100,0 | |

Nota. %: porcentaje; *Fr*: frecuencia; *%valido*: porcentaje valido; *%acumulado*: porcentaje acumulado

4.1.2. Resultados de los niveles de la variable bienestar psicológico

Respecto a la tabla 8, se deja evidencia de que los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, han mostrado tener un nivel de bienestar psicológico valorado en un 57,2% alto, 39,4% medio y un 3,3% bajo.

Tabla 8

Niveles de bienestar psicológico

| | <i>Fr</i> | % | %válido | %acumulado |
|-------|-----------|-------|---------|------------|
| Bajo | 12 | 3,3 | 3,3 | 3,3 |
| Medio | 142 | 39,4 | 39,4 | 42,8 |
| Alto | 206 | 57,2 | 57,2 | 100,0 |
| Total | 360 | 100,0 | 100,0 | |

Nota. *Fr*: frecuencia; %: porcentaje; %*valido*: porcentaje valido; %*acumulado*: porcentaje acumulado

4.2 Resultados inferenciales

4.2.1. Prueba de normalidad

La tabla 9, refiere los resultados de la valoración de la normalidad de los datos, la cual se calculó por medio del estadístico *Kolmogorov-Smirnov* (por tenerse una muestra superior a 50 unidades), a través de la cual se pudo conocer que no presentaban una distribución con normal, al reflejarse que para resiliencia se valoró un $p < 0,05$ y para bienestar psicológico una $p < 0,05$. Indicándose lo apropiado del uso de pruebas no paramétricas para medir correlaciones (*Rho de Spearman*) y para hacer comparaciones (*U de Mann-Whitney*).

Tabla 9*Prueba de normalidad*

| | Kolmogorov-Smirnov | | |
|-----------------------|--------------------|-----------|-------------|
| | Estadístico | <i>Gl</i> | <i>Sig.</i> |
| Resiliencia | 0,064 | 360 | 0,001 |
| Bienestar psicológico | 0,105 | 360 | 0,001 |

Nota. *Sig.*: Significancia; *Gl*: grados de libertad.

4.2.2. Resultados de la relación entre la resiliencia con bienestar psicológico

Por medio de la tabla 10, se observa que con respecto a los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, se halló el desarrollo de una interrelación positiva, media y estadísticamente significativa ($Rho= 0,374$; $p<0,05$) entre la resiliencia y el bienestar psicológico. Es importante destacar que por medio de estos resultados se demuestra que a mayor resiliencia aumenta el bienestar psicológico de los escolares de secundaria mencionados. Razones por las cuales se ha rechazado la hipótesis nula que niega la relación de las variables.

Tabla 10*Relación entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes 4to y 5to de secundaria.*

| | Bienestar psicológico | | |
|-------------|-----------------------|----------|----------|
| | <i>Rho</i> | <i>P</i> | <i>N</i> |
| Resiliencia | 0,374** | 0,001 | 360 |

Nota. *P*: valor p; *Rho*: coeficiente de correlación de Spearman; *N*: tamaño de la población

4.2.3. Resultados de la comparación de la resiliencia según el sexo

A través de la tabla 11, se señala que no se evidenció una diferencia estadísticamente significativa de la resiliencia de los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, según el sexo ($U=15424,00$; $p>0,05$), al tomarse como referencia una media y desviación estándar del sexo femenino de 127,08(20,571) y masculino de 126,09(18,521). En correspondencia, se especifica que la resiliencia de los adolescentes escolares no se ve condicionada por el sexo que tengan. Estos hallazgos han permitido determinar la veracidad de la hipótesis nula que niega dicha diferencia estadística y que da sustento para revocar la hipótesis alterna.

Tabla 11

Comparación de la resiliencia en estudiantes 4to y 5to de secundaria, según sexo.

| Variable de estudio | Sexo | $M(SD)$ | U | P |
|---------------------|-----------|----------------|-----------|-------|
| Resiliencia | Femenino | 127,08(20,571) | 15424,000 | 0,461 |
| | Masculino | 126,09(18,521) | | |

Nota. $M(SD)$: media (desviación estándar); U : *U de Mann-Whitney*; p : valor p .

4.2.4. Resultados de la comparación del bienestar psicológico según el sexo

Referente a la tabla 12, se visualiza que no se refleja una diferencia estadísticamente significativa del bienestar psicológico de los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, según el sexo ($U=15424,00$; $p>0,05$), al tomarse como referencia una media y desviación estándar del sexo femenino de 31,68(4,611) y masculino de 31,97(4,475). Se dejó evidencia cuantitativa de que el bienestar psicológico se desarrolla en el estudiante de secundaria como una condición que no se encuentra sujeta a su sexo. Al respecto, se aceptó como verdadero el planteamiento que se expresó por medio de la hipótesis nula que niega esta diferencia aceptándose.

Tabla 12

Comparación del bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to de secundaria, según sexo.

| Variable de estudio | Sexo | <i>M(SD)</i> | <i>U</i> | <i>P</i> |
|-----------------------|-----------|--------------|-----------|----------|
| Bienestar psicológico | Femenino | 31,68(4,611) | 15547,500 | 0,540 |
| | Masculino | 31,97(4,475) | | |

Nota. M(SD): media (desviación estándar); U: U de Mann-Whitney; p: valor p.

4.2.5. Resultados de la relación de las dimensiones de resiliencia con el bienestar psicológico

A través de la tabla 13, se indican los hallazgos obtenidos al establecerse el cruce de las dimensiones de la resiliencia (perseverancia, ecuanimidad, confianza en sí mismo, sentirse bien solo y satisfacción personal) con la variable bienestar psicológico de los alumnos cursantes del 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024. En concordancia, se reseñó un relacionamiento positivo, medio y estadísticamente significativo del bienestar psicológico y la confianza en sí mismo ($Rho=0,395$; $p<0,05$), ecuanimidad ($Rho=0,175$; $p<0,05$), perseverancia ($Rho=0,291$; $p<0,05$), satisfacción personal ($Rho=0,287$; $p<0,05$) y sentirse bien solo ($Rho=0,254$; $p<0,05$). Al respecto, se hace notorio precisar que las dimensiones de la resiliencia actúan como aspectos que se relacionan de manera favorable con el desarrollo del bienestar psicológico, es decir que a mayor intensidad de estas dimensiones se eleva el bienestar psicológico de los escolares. Razones por las se rechaza la hipótesis nula que la niega esta relación.

Tabla 13

Relación entre las dimensiones de la resiliencia con el bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to de secundaria.

| | Bienestar psicológico | | |
|-----------------------|-----------------------|----------|-----|
| | <i>Rho</i> | <i>P</i> | N |
| Confianza en sí mismo | 0,395** | 0,001 | 360 |
| Ecuanimidad | 0,175** | 0,001 | 360 |
| Perseverancia | 0,291** | 0,001 | 360 |
| Satisfacción personal | 0,287** | 0,001 | 360 |
| Sentirse bien solo | 0,254** | 0,001 | 360 |

Nota. *P*: valor p; *Rho*: coeficiente de correlación de Spearman; *N*: tamaño de la población

4.2.5. Resultados de la relación de la resiliencia con las dimensiones del bienestar psicológico

En la tabla 14, se reseñan los hallazgos obtenidos con respecto a la combinación realizada en base a la variable resiliencia y las dimensiones del bienestar psicológico (aceptación de sí mismo, control de situaciones, proyectos y vínculo psicosociales) de los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024. En concordancia, se halló un relacionamiento positivo, medio y estadísticamente significativo de la resiliencia con el componente control de situaciones ($Rho=0,252$; $p<0,05$), aceptación de sí mismo ($Rho=0,296$; $p<0,05$), vínculos psicosociales ($Rho=0,211$; $p<0,05$) y proyectos ($Rho=0,343$; $p<0,05$). Los resultados refieren que la variable resiliencia es un elemento dinamizador que funciona a favor del desarrollo positivo de los componentes del bienestar psicológico, debido que si aumentan los niveles de

resiliencia aumentan estas dimensiones. En correspondencia, los datos obtenidos han permitido que se refute la hipótesis nula propuesta.

Tabla 14

Relación entre la resiliencia con las dimensiones de bienestar psicológico en estudiante de 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024

| | Resiliencia | | |
|------------------------|-------------|----------|-----|
| | <i>Rho</i> | <i>P</i> | N |
| Control de situaciones | 0,252** | 0,001 | 360 |
| Aceptación de sí mismo | 0,296** | 0,001 | 360 |
| Vínculo psicosociales | 0,211** | 0,001 | 360 |
| Proyectos | 0,343** | 0,001 | 360 |

Nota. *P*: valor p; *Rho*: coeficiente de correlación de Spearman; *N*: tamaño de la población

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La indagación presentó como objetivo principal; determinar la relación entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, obteniéndose como resultados que se halló el desarrollo de una interrelación positiva, media y estadísticamente significativa ($Rho=0,374; p<0,05$) entre la resiliencia y el bienestar psicológico. Razones por las cuales se asumió como verdadera la hipótesis alterna que indicó un relacionamiento positivo y estadístico entre las variables, rechazando la hipótesis nula. Estos hallazgos han mostrado coincidencia con lo expresado por Johnson (2022), quien reflejó una interconexión positiva y estadísticamente significativa ($Rho=0,279; p<0,05$) entre estas variables. En concordancia, Pérez-Correa et al. (2022) al cruzar las variables hallaron una conexión directa y estadísticamente significativa entre las mismas ($r=0,505; p<0,05$). Igualmente, los planteamientos anteriores fueron ratificado por Sivakumar y Divya (2022), quienes al desarrollar un estudio con características similares en una población de adolescente escolares valoraron que entre las variables se registraba un vínculo positivo y estadísticamente significativo ($r=0,200; p<0,05$).

Las similitudes presentadas pueden estar ocurriendo porque dentro de la población de estudiantes de secundaria, la resiliencia experimentada se constituye en un hecho que fortalece la personalidad de los adolescentes y le mantiene enfocado en ser optimistas y enfrentarse a las situaciones demandantes con buena actitud, lo cual favorece su bienestar psicológico, permitiéndole desarrollarse en armonía y equilibrio consigo mismo y con sus semejantes (Priyanka y Beena, 2019). Asimismo, Carbajal y Flores, (2023) indica que la resiliencia es una capacidad que permite que el individuo pueda relacionarse con su medio de forma positiva, pudiendo desarrollar su bienestar psicológico de manera efectiva, lo cual es un hecho de

relevancia para conducirlo hacia el éxito de las metas propuestas a nivel, personal, social y escolar.

Respecto a los objetivos específicos, inicialmente se planteó medir el nivel de resiliencia de los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria en una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, donde se destacó un nivel calificado en un 54,2% como alto. Los hallazgos mostrados encontraron semejanza con los resultados señalados por Rebaza (2021), al abordar una población de adolescentes de secundaria, donde la resiliencia en un 29,8% fue calificada en un nivel alto. Siendo esto concurrente en lo expuesto por Castro (2020) al culminar su investigación, en la cual reseñó que la resiliencia en un 78,1% era nivel alto. En contraposición, se distingue el estudio desarrollado por Calsín (2023), en el cual se obtuvieron datos que reflejaron en un 48,8% la resiliencia en un nivel medio.

Las similitudes relatadas en cuanto al nivel de resiliencia alto, están siendo determinadas al ser manifestada esta variable como la capacidad adaptativa y de autosuperación personal que poseen los estudiantes de poder autorregularse ante las situaciones que le representen adversidades, pudiéndolas enfrentar de forma positiva y sacando lo mejor de cada experiencia, demostrando fortaleza interna y autodeterminación (Díaz-Esterri et al., 2022). Las diferencias establecidas con la investigación mencionada, podrían estarse presentando porque dentro de la comunidad abordada existe poco apoyo para que el estudiante pueda desarrollar confianza en sí mismo y haga uso adecuado de su toma de decisiones y autonomía, lo cual pudiera generarle mucho estrés afectando su capacidad de alta de resiliencia (Sáenz, 2024). Asimismo, con respecto a la diferencia mencionada, señala Portilla (2025) que la resiliencia de los estudiantes de comunidades nativas es una capacidad que se debe fortalecer por medio de ayuda mutua de todos los sectores involucrados en el proceso educativo, sin embargo, se constituye en un desafío multidisciplinario porque son muchas las dificultades y

carencias que los alumnos pueden experimentar, cumpliendo un papel determinante los vínculos socioemocionales.

En cuanto al segundo objetivo específico que buscó medir el nivel de bienestar psicológico de los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, se demostró tener en un 57,2% nivel alto. Siendo esta valoración coincidente con lo revelado por Castro (2020) que resaltó en un 62,5% había identificado un nivel alto de bienestar psicológico en estudiantes adolescentes. En sincronía con estos hallazgos Pérez-Correa et al. (2022) al indagar sobre el nivel del bienestar psicológico, recolectó datos que le posibilitaron estimar en un 41,3% un nivel alto. En oposición a las anteriores aseveraciones Calsín (2023), reflejó en sus resultados que el bienestar psicológico se hallaba en un 48,8% en nivel medio.

La similitud que se genera en la investigación se podría explicar porque los estudiantes cuentan con una red de apoyo escolar y familiar que brinda herramientas socioemocionales, atenciones psicológicas y/o tutorías para su refuerzo personal, los cuales son una serie de elementos que le permiten obtener crecimiento personal, social y académico y que les brindan seguridad, equilibrio interno, autonomía y elevación de su autoestima, posibilitándoles sentirse bien internamente y socialmente dentro del entorno en que se desarrolla (Cordovez et al. (2023). Las diferencias mencionadas podrían estar siendo demarcadas porque Calsín (2023) ha desarrollado su estudio, en una comunidad nativa, en un contexto completamente rural de la amazonia del Perú, con una cantidad inferior de tamaño muestral, donde se trabajó con todos los estudiantes de secundaria de primer a quinto año. Dentro de este contexto, la OPS (2016), ha señalado que atender aspectos referidos al bienestar psicológico de las comunidades indígenas es una tarea compleja, puesto que los posibles factores limitantes; cambios de humor, estrés, depresión, ansiedad, angustias, baja autoestima, pudieran tener explicaciones diferentes basados en las creencias culturales de las etnias, llegándose a asumir en algunos casos que

pueden ser producto de cambios en la naturaleza o eventos especiales simbólicos, tal es el caso en las comunidades indígenas de mapuches en Chile, donde los problemas de salud mental son adjudicados a cambios por fases de la luna y se aplican técnicas rudimentarias para atenderlas, lo cual limita que pueden tener un alto nivel de bienestar psicológico.

El tercer objetivo específico se basó en comparar la resiliencia en alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, según sexo, hallándose que no se evidenció una diferencia estadísticamente significativa ($U=15424,00$; $p>0,05$). Los resultados son concordantes con lo expresado por Quispe (2021), quien ha encontrado que no existe diferencias estadísticamente significativas ($U=2326,5$ $p=0,261$; $p>0,05$) de la resiliencia de acuerdo al sexo de los estudiantes. En relación Finez-Silva et al. (2019) a través de su estudio indicó que no existe una diferencia estadísticamente significativa de la resiliencia con el sexo ($p= 0,400$).

Las similitudes presentadas en el estudio refieren a que la resiliencia puede ser vista como una capacidad que se va desarrollando desde etapas de vida muy tempranas en las personas sin estar condicionadas al sexo, por lo que se explica que los estudiantes (masculinos o femeninos) que viven y se desenvuelven en un ambiente que refuerce su comportamiento resiliente podrán asumir retos y dificultades con actitud positiva, enfocados en tomar de cada experiencia aprendizajes, en este sentido, se asume que el desarrollo de la conducta resiliente obedece más a los aprendizajes diarios que va experimentado el adolescente en su vida de acuerdo a la dinámica de vida desarrollada (Espino et al., 2023).

Para el cuarto objetivo específico se propuso comparar el bienestar psicológico en alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, según su sexo y se obtuvo como resultante que no se reflejó una diferencia estadísticamente significativa ($15547,500$; $p>0,05$). Al respecto, se detectan semejanzas con lo expresado por Tomateo (2019), el cual ha hallado en su investigación que

el bienestar psicológico no presenta diferencia estadísticamente significativa según el sexo ($U=3239,500$; $p=0,282$). En coincidencia, se mencionan los resultados expuestos por Alva y Pisco (2023), quienes también desarrollaron un estudio con una población de adolescentes de secundaria, indicando que el bienestar psicológico no presentó diferencia estadísticamente significativa de acuerdo con el sexo de los estudiantes ($U=5770,000$; $p=0,538$).

Las similitudes desarrolladas pueden referir a que los estudiantes de secundaria suelen estar sujetos a la protección, guía y respaldo de sus padres o representantes quienes se preocupan por cuidar de su estabilidad emocional, psicológica y social y brindarles herramientas para que puedan desarrollarse de forma armónica en su contexto, sin hacer distinciones por la naturaleza de su sexo, debido a que su única preocupación es el bienestar de los adolescentes, en concordancia, se tiene presente que masculinos y femeninos tienen las mismas oportunidades de desarrollar su bienestar psicológico, por lo que en la actualidad ese tipo de discriminaciones a nivel social son muy limitadas (Larisa y Liudmila, 2019).

El quinto objetivo específico se fundamentó en establecer la relación entre ecuanimidad, confianza en sí mismo, satisfacción personal, perseverancia y sentirse bien solo con el bienestar psicológico en alumnos que cursan 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, se halló un relacionamiento positivo, medio y estadísticamente significativa del bienestar psicológico con confianza en sí mismo ($Rho=0,395$; $p<0,05$), ecuanimidad ($Rho=,175$; $p<0,05$), perseverancia ($Rho=0,291$; $p<0,05$), satisfacción personal ($Rho=0,287$; $p<0,05$) y sentirse bien solo ($Rho=0,254$; $p<0,05$). En correspondencia, se destacan los resultados mostrados por Calsín (2023), donde se reflejó que al cruzar el bienestar psicológico con los componentes de resiliencia se obtuvo un relacionamiento estadísticamente significativo y directo (confianza $Rho=0,684$; $p<0,05$, perseverancia $Rho= 0,455$; $p<0,05$, ecuanimidad $Rho= 0,464$; $p<0,05$ y aceptación $Rho= 0,520$; $p<0,05$).

Las similitudes presentadas dejan al descubierto que la resiliencia y sus componentes en los estudiantes son aspectos que se encuentran estrechamente relacionados con su bienestar psicológico, lo cual se muestra como una característica favorable para que el estudiante pueda asumir con actitud positiva las diversas situaciones negativas que le ocurren en su vida, haciéndose consciente de sus limitaciones y fortalezas, aceptándolas, valorándolas y aprendiendo a manejarlas para tener un buen desempeño social y personal, experimentando plenitud en su desarrollo (Ropret et al., 2023).

Referente al sexto objetivo específico se logró establecer la relación entre la resiliencia con el control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos en alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, donde se comprobó un relacionamiento positivo, medio y estadísticamente significativo del bienestar psicológico con control de situaciones ($Rho=0,252$; $p<0,05$), Aceptación de sí mismo ($Rho=0,296$; $p<0,05$), Vínculo psicosociales ($Rho=0,211$; $p<0,05$) y Proyectos ($Rho=0,343$; $p<0,05$). Se halló coincidencia con los datos publicados por Rebaza (2021), a través de su investigación, donde al cruzar los componentes del bienestar psicológico con la resiliencia declaró una interacción positiva y estadísticamente significativa (proyectos $r=0,353$; $p<0,05$, Vínculos psicosociales $r=0,193$; $p<0,05$, aceptación de sí mismo $r=0,257$; $p<0,05$, control de situaciones $r=0,353$; $p<0,05$).

Las similitudes ponen en manifiesto que las dimensiones del bienestar psicológico de los escolares adolescentes se puede potenciar a través del comportamiento resiliente, siendo esta un rasgo distintivo de quienes muestran inteligencia emocional, empatía, relaciones interpersonales sanas, equilibrio interno y procuran paz y tranquilidad dentro de su entorno, para que puedan manejar con armonía los diversos cambios acontecidos durante esta etapa y asumir su realidad con optimismo (Castellanos-Simons et al., 2020).

Dentro de este contexto, se menciona que la investigación ha tenido como limitaciones, las siguientes: a) los instrumentos de recolección de datos empleados han sido autoaplicados, lo que pudo abrir posibilidades de que algunos estudiantes respondieran de acuerdo a su conveniencia, evadiendo su realidad y desarrollándose un sesgo de respuesta o deseabilidad social. b) El estudio se ha desarrollado tomando como población a los alumnos cursantes de 4to y 5to grado del nivel secundaria de una sola institución educativa pública ubicada en Lima, por lo que sus resultados no se podrían generalizar de forma precisa a otras realidades educativas.

Entre los aportes ofrecidos por esta investigación, se evidencian los siguientes: a) La investigación brinda informaciones y datos empíricos que posibilitan aportar elementos actualizados para exponer y explicar el nexo directo y con significancia estadística que se registra entre la resiliencia y el bienestar psicológico dentro de la población de alumnos adolescentes. b) El estudio se convierte en un material bibliográfico actualizado y de referencia para sustentar próximas investigaciones que aborden las variables en cuestión. c) Se demuestra lo importante que es el binomio; resiliencia y bienestar psicológico, evidenciándose que son características que se deben fortalecer en los estudiantes mencionados para que puedan desarrollarse de forma más óptima, armónica y sana dentro de su contexto.

VI. CONCLUSIONES

- 6.1. Se halló la existencia de una interrelación positiva, media y estadísticamente significativa ($Rho= 0,374$; $p<0,05$) entre la resiliencia y el bienestar psicológico de los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024.
- 6.2. La variable resiliencia fue calificada en la investigación con un 54,2% en nivel alto dentro de la población de los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024.
- 6.3. El bienestar psicológico fue calificado como una variable que alcanzó en un 57,2% un nivel alto dentro de la población de los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024.
- 6.4. Se conoció que no existe diferencia estadísticamente significativa ($U=15424,00$; $p>0,05$) de la resiliencia de los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, según el sexo.
- 6.5. Se evidenció que no existe diferencia estadísticamente significativa ($U=15547,500$; $p>0,05$) del bienestar psicológico de los alumnos cursantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública ubicada en el Este de Lima, 2024, según el sexo.
- 6.6. Existe una interacción positiva, media y estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico con las dimensiones de la resiliencia; confianza en sí mismo ($Rho=,395$; $p<,05$), ecuanimidad ($Rho=,175$; $p<,05$), perseverancia ($Rho=,291$; $p<,05$), satisfacción personal ($Rho=,287$; $p<,05$) y sentirse bien solo ($Rho=,254$; $p<,05$) de los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria.

6.7. Existe una interacción positiva, media y estadísticamente significativa entre la resiliencia y las dimensiones del bienestar psicológico; control de situaciones ($Rho=,252$; $p<,05$), Aceptación de sí mismo ($Rho=,296$; $p<,05$), Vinculo psicosociales ($Rho=,211$; $p<,05$) y Proyectos ($Rho=,343$; $p<,05$) de los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria.

VII. RECOMENDACIONES

- 7.1. Se recomienda realizar una indagación con enfoque cuantitativo y nivel explicativo respecto a la resiliencia con el bienestar psicológico en alumnos cursantes del nivel de secundaria de una institución educativa pública, con la intención de poder determinar su relación causa efecto.
- 7.2. Se sugieren desarrollar un plan estratégico de acción dentro del colegio en el que se realicen talleres y conversatorios con los estudiantes de secundaria para continuar fortaleciendo su resiliencia en nivel alto, en pro de que mantengan una actitud positiva ante los desafíos y situaciones estresantes, lo cual les posibilitará que continúen desenvolviéndose de forma óptima en su contexto.
- 7.3. Se sugiere que desde de la institución educativa el área de psicología desarrolle actividades continuas dirigidas a gestionar la inteligencia emocional y habilidades sociales de los estudiantes de secundaria en función de fortalecer su bienestar psicológico y con ello lograr que se hagan más conscientes de sus realidades y se orienten hacia el éxito de sus planificaciones.
- 7.4. Se sugiere se hagan comparaciones de la resiliencia de estudiantes de secundaria según tipo de familia, edad, nivel socioeconómico, grados de estudio en pro de comprender de forma más amplia las posibles diferencias entre ellas y la dinámica que se genera ante dichas características.
- 7.5. Se sugiere comparar el bienestar psicológico de los estudiantes de la institución educativa objeto de estudio, con los de estudiantes provenientes de otras instituciones para conocer las posibles diferencias que se pudieran generar al respecto y seguir ampliando el marco teórico referencial de la variable.

- 7.6. Se sugiere aumentar el número muestral de la población estudiantil para establecer la relación entre ecuanimidad, confianza en sí mismo, perseverancia, sentirse bien solo y satisfacción personal con el bienestar psicológico en pro de tener un panorama más amplio y completo de la realidad de esta institución educativa.
- 7.7. Se sugiere aplicar otros instrumentos para la obtención de datos diferentes a los que se han empleado en la actual indagación para poder establecer el relacionamiento entre la resiliencia con la aceptación de sí mismo, control de situaciones, proyectos y vínculos psicosociales en alumnos de secundaria, en función de precisar si los resultados son capaces de variar dependiendo de los mismos.

VIII. REFERENCIAS

- Abbas, A., Zahra, S., Shahid, S., Kashif, M. y Raza, S. (2024). Academic Resilience, Psychological Well-Being and Suicidal Ideation among Medical and Non-Medical Students. *Journal of Health and Rehabilitation Research*, 4(1), 76–82. <https://doi.org/10.61919/jhrr.v4i1.321>
- Ahmad, B. (2021). Psychological Well-being of Senior Secondary School Students in Relation to Gender and Academic Achievement: An Empirical Study. *Shanlax*, 9(2), 96-101. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1287658.pdf>
- Aguirre, L. (2020). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas del distrito del Rímac, 2020*. [Tesis de Pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47607/Aguirre_SLA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Alarcón, Ch. y Apaza, A. (2022). *Relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad de Huancayo*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de los Andes]. Repositorio Institucional UPLA. https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/7006/T037_71490346-75608019_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Alva, O. y Pisco, F. (2023). *Bienestar psicológico según género en adolescentes de una institución educativa pública de Víctor Larco, Trujillo*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio Institucional UPAO. https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/10757/REP_OLENKA

.ALVA_FABRIZIA.PISCO_BIENESTAR.PSICOLOGICO.SEGUN.GENERO.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Arias, G. (2020). *Proyecto de tesis*. Biblioteca Nacional del Perú N° 2020-05577.

www.agogocursos.com

Bozdag, B. (2020). Examination of psychological resilience levels of high school students.

World Journal of Education, 10(3), 65-78.

<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1257470.pdf>

Bucheli, J. y Martínez, N. (2022). Resiliencia en estudiantes varones y mujeres de bachillerato

del colegio Manuela Sáenz de Quito- Ecuador, en tiempos de COVID-19. *Socialium*,

6(1), 36-47. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2022.6.1.1371>

Calsín, C. (2023). *Bienestar Psicológico y Resiliencia en adolescentes de una Comunidad*

Nativa Peruana. [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio

Institucional

URP.

https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/6372/T030_70442192_T

[%20CRISTHINA%20G%3%89NESIS%20DEL%20ROSARIO%20CAL%3%8d](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/6372/T030_70442192_T)

[N%20ALVARADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/6372/T030_70442192_T)

Carbajal, J. y Flores, K. (2023). *Autoestima y resiliencia en estudiantes de secundaria de una*

institución educativa pública de Lima, 2021. [Tesis de Pregrado, Universidad Peruana

los Andes]. Repositorio Institucional UPLA.

https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/6773/T037_46650056-

[70225506_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/6773/T037_46650056-)

Carrasco, J. (2021). *Resiliencia en estudiantes de 4° y 5° de secundaria, de una institución*

educativa de Lima durante la pandemia por Covid-19. [Tesis de Maestría, Universidad

Nacional de Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio Institucional UNPRG.

<https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/10284>

- Castro, M. (2020). *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa de la Ciudad De Chiclayo, 2020*. [Tesis de Pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9021/Castro%20Espinoza%20Maritza%20Giovanna.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castellanos-Simons, D., Pérez-Pacheco, K. y Hernández-Padilla, E. (2020). Psychological Well-Being and Its Relations to School Trajectory and Family Educational Capital in High Intellectual Ability Adolescents. *Sustainability*, 12(21), 91-90. <https://doi.org/10.3390/su12219190>
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica*. Paidós.
- Canchari, Y. (2019). *Bienestar psicológico, una revisión teórica del concepto*. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6641/Canchari%20Flores%2c%20Yanet.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cordovez, M., Ramírez, F. y Villafaña, C. (2023). Relación entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de educación superior chilenos. *Wimbu Lu*, 18(1), 83–100. <https://doi.org/10.15517/wl.v18i1.54653>
- Costa, V., Teyes, R., Quiva, C. y Zambrano, M. (2021). Aportes teóricos de resiliencia, una mirada psicológica, sociológica y familiar. *Código Científico Revista de Investigación*, 2(2), 16–30. <https://revistacodigocientifico.itslosandes.net/index.php/1/article/view/23>
- Díaz-Esterri, J., De-Juanas, Á. y Goig-Martínez, R. (2022). Psychological well-being and resilience in youth at risk: a systematic review. *Visual review. International Visual Culture Review Revista Internacional de Cultura Visual*, 12(5), 1–13. <https://doi.org/10.37467/revvisual.v9.3777>

- Desrianty, M., Norlizah, C., Zakaria, N. y Zaremohzzabieh, Z. (2021). Resilience, family functioning, and psychological well-being: Findings from a cross-sectional survey of high school students. *Asian Social Science*, 17(11), 68-77. <https://doi.org/10.5539/ass.v17n11p77>
- Espino, L., Camayo, M., García, R., Barrios, S. y Cruz, Y. (2023). Enseñanza de la resiliencia en escuelas rurales: análisis sistemático. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 2826-2858. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4628
- Finez-Silva, M., Moran-Astorga, C. y Urchaga-Litago, J. (2019). Resiliencia psicológica a través de la edad y el sexo. *Revista de Psicología*, 3(4), 85-94. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1513>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (04 de octubre de 2021). *Los efectos nocivos de la COVID-19 sobre la salud mental de los niños, niñas y jóvenes son sólo la punta del iceberg, según UNICEF*. <https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/efectos-nocivos-covid19-sobre-salud-mental-ninos-ninas-adolescentes-punta-iceberg-unicef-informe>
- Garcés, M. y Mejía, A. (2023). Comunicación familiar y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato: Family Communication and Its Relationship to Psychological Well-Being in High School Students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 564-575. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.273>
- Hernández, C. y Carpio, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta*, 1(2), 75-79. <https://www.redalyc.org/pdf/7622/762279683009.pdf>
- Hoyos-Rivas, S. (2021). Factores de resiliencia y autoestima asociados a la felicidad en estudiantes de educación secundaria. *Revista ConCiencia*, 6(2), 1-12. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.6-2.1>

- Pierrini, A. (2021). *La resiliencia en adolescentes de diferentes Niveles Socioeconómicos*. [Tesis de Pregrado, Universidad Pontifica de Argentina]. Repositorio Institucional UCA. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/12458/1/resiliencia-adolescentes-diferentes.pdf>
- Izazol, I., Ahmad, K. y Hasni, S. (2019). The Influence of Resilience on Psychological Well-Being of Malaysian University Undergraduates. *International Journal of Higher Education*, 8(4), 153-163. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1223218>
- Johnson, J. (2022). *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Chiclayo*. [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/95261/Johnson_VJS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Larisa, M. y Luidmila, K. (2019). Psycho-Emotional Well-Being of Adolescents: Gender Aspect. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, 1(1), 1-8. <https://www.europeanproceedings.com/article/10.15405/epsbs.2019.07.25>
- Malik, A. (2021). Psychological Well-being as a Predictor of Resilience Among University Students. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 36(4), 571-586. https://www.researchgate.net/publication/357539322_Psychological_Well-being_as_a_Predictor_of_Resilience_Among_University_Students
- Mangalaya, G. (2022). *Proceso de construcción de la resiliencia en la infancia y adolescencia, perspectivas en las décadas 2010-2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional UPCH. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/12516/Proceso_MangalayaZavala_Gina.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- McKeering, P., Hwang, Y. y Clarence, N. (2021). A study into wellbeing, student engagement and resilience in early-adolescent international school students. *Journal of Research in International Education*, 20(1), 69-92. <https://doi.org/10.1177/14752409211006650>
- Medrano, M. y Yupanqui, J. (2022). *Violencia intrafamiliar y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2022*. [Tesis de Pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/103572/Medrano_VMM-Yupanqui_TJI-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mendieta, M. Guerra, E. Centeno, A. Huamani, J. y La Rosa, S. (2023). Resiliencia y agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Ica – 2022. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(2), 10051- 10088. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i2.6101
- Meza, J. (2020). *El fortalecimiento de la resiliencia en los estudiantes del nivel de Educación Secundaria de las Instituciones Educativas de la ciudad de Abancay*. [Tesis de pre grado, Universidad de Teología Pontificia y Civil de Lima]. Repositorio Institucional FTPCL. <https://repositorio.ftpcl.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12850/698/MEZA%20CHAVEZ%20JAKELINE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ministerio de Salud. (18 de abril de 2020). *La salud mental de niñas, niños y adolescentes en el contexto de la COVID-19*. <https://www.unicef.org/peru/media/10616/file/Salud%20menta%20en%20contexto%20COVID19.pdf>
- Ministerio de Salud. (2 de septiembre de 2021). *Plan de salud mental Perú, 2020 – 2021*. <https://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5092.pdf>

- Mohamed, M., Marte, C., Huayta, F., Rojas, C. y Arias, J. (2023). *Metodología de la investigación: Guía para el proyecto de tesis*. INUDI Perú.
- Montagud, N. (5 de junio de 2025). *Modelo PERMA: qué es y qué dice sobre el bienestar psicológico*. *Psicología y Mente*. <https://psicologiaymente.com/psicologia/modelo-perma>
- Morales, M. y Díaz, D. (2020). Bienestar psicológico en adolescentes en situación de vulnerabilidad: impacto de redes de apoyo social. *Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 7(14), 253–278. <https://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/225>
- Mori-Durán, M. y Delgado-Vásquez, A. (2022). Ansiedad manifiesta y bienestar psicológico en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria del distrito de Santa Anita. *Revista Educación y Sociedad*, 3(6), 21–31. <https://doi.org/10.53940/reys.v3i6.122>
- Organización Panamericana de la Salud. (9 de noviembre de 2022). *Representantes de OPS participaron en Seminario Internacional sobre salud mental adolescente*. <https://www.paho.org/es/noticias/9-11-2022-representantes-ops-participaron-seminario-internacional-sobre-salud-mental>
- Pacheco, B. (2021). *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Básica Regular Dos de Mayo, Madre de Dios 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada Telesup]. Repositorio Institucional UTELESUP. <https://repositorio.utesup.edu.pe/bitstream/UTELESUP/2695/1/PACHECO%20DANLES%20BASILIA%20ELISA.pdf>
- Pardo, G. (2022). *Violencia familiar y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Lima Sur, 2022*. [Tesis de Pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/111569/Pardo_SGM-SD.pdf?sequence=1

Pérez-Correa, K., Aroca-Paez, K., Pacheco-Orozco, R. y Jiménez-Gómez, S. (2022). Relación entre resiliencia y bienestar psicológico en adolescentes que viven en un contexto violento de una ciudad del Caribe colombiano. *Journal of Applied Cognitive Neuroscience*, *1*(1), 1-12.

<https://revistascientificas.cuc.edu.co/JACN/article/view/4648/4570>.

Pomeroy, S. (19 de octubre de 2020). *Potenciación de la resiliencia en niños según el modelo de Grotberg*. Kindforkids. <https://kindforkids.es/resiliencia-ninos-grotberg/#:~:text=El%20modelo%20de%20Grotberg%20proponela%20respuesta%20a%20la%20situaci%C3%B3n>.

Portilla, H. (2025). Vínculos socioemocionales y resiliencia en los estudiantes del sexto grado de una escuela indígena en Perú. *Revista Iberoamericana de Educación Rural*, *3*(5), 173–187 pp. <https://doi.org/10.48102/riber.v3i5.96>

Priyanka, D. y Beena, R. (2019). The Effect of Resilience on the Psychological Well Being of Orphan and Non-Orphan Adolescents. *Indian Journal of Mental Health*, *6*(3), 253-260. https://bettercarenetwork.org/sites/default/files/2020-01/Original_Research_Article1_6.pdf

Quispe, O. (2021). *Resiliencia en adolescentes de educación secundaria de un colegio privado del distrito de San Martín de Porres*. [Tesis de Pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Institucional URP. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/3517/PSIC-QUISPE%20PONCE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Rebaza, R. (2021). *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del Distrito de Victor Larco, 2019*. [Tesis de pregrado,

- Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional UPCH.
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9667/Resiliencia_Reba zaReyes_Rocio.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Romano, L., Angelini, G., Consiglio, P. y Fiorilli, C. (2021). Academic Resilience and Engagement in High School Students: The Mediating Role of Perceived Teacher Emotional Support. *European journal of investigation in health, psychology and education*, 11(2), 334–344. <https://doi.org/10.3390/ejihpe11020025>
- Ropret, N., Kosir, U., Roskar, S., Klopčič, V. y Vrđelja, M. (2023). Psychological Well-Being and Resilience of Slovenian Students During the COVID-19 Pandemic. *Zdr Varst*, 62(2), 101-108. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10231885/>
- Ruiz, C. y Valenzuela, M. (2022). *Metodología de la investigación social*. Fondo editorial UNAT.
- Ruiz, C., Pérez, J. y Molina, L. (2020). Evolución y nuevas perspectivas del concepto de resiliencia: de lo individual a los contextos y a las relaciones socioeducativas. *Education Siglo XXI*, 38(2), 213-232. <http://dx.doi.org/10.6018/educatio.432981>
- Sáez, A. (1 de marzo de 2024). *Conociendo la psicología positiva*. Unobravo. <https://www.unobravo.com/es/blog/psicologia-positiva>
- Seligman, M. (2003). Positive psychology: Fundamental assumptions. *American Psychologist*, 1(1), 126- 127.
- Sivakumar, S. y Divya, M. (2022). Relationship between psychological well-being on resilience in adolescence and adults. *Dr.M.G.R Educational & Research Institute*, 21(6), 276-283. <https://ymerdigital.com/uploads/YMER210644.pdf>
- Tomateo, R. (2019). *Bienestar psicológico y autoeficacia en adolescentes de una institución educativa nacional de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional UNFV.

[https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/3006/UNFV_TOMATEO_CONTRERAS_REN%
c3%89_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1
&isAllowed=y](https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/3006/UNFV_TOMATEO_CONTRERAS_REN%c3%89_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Vera, J. y Gutiérrez, J. (2023). Resiliencia académica de adolescentes, factores asociados y metodología empleada: una revisión sistemática. *Rastros Rostros*, 25(1), 1-29. <https://revistas.ucc.edu.co/index.php/ra/article/view/4213>

Velásquez-Correa, J., Bedoya-Mejía, S., Alvarán-López, S., González-Gómez, D. y Grisales-Romero, H. (2022). Prevalencia de no resiliencia y factores asociados en escolares de un municipio colombiano, 2019. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 40(3), 1-12. <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.e346304>

Wagnild, G. y Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *J Nurs Meas*, 1(2), 165-78. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7850498/>

Zhuang-Shuang, L. y Hasson, F. (2020). Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review. *Nurse Education Today*, 90(20), 789-796. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0260691719317186>

IX. ANEXOS

Anexo A: Matriz de consistencia

| Problemas | Objetivos | Hipotesis | Variables | Metodologia |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>General</p> <p>¿Existe relación entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024?</p> | <p>General</p> <p>Determinar la relación entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.</p> | <p>General</p> <p>H_G: Existe relación significativa entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024</p> <p>H₀: No existe relación significativa entre la resiliencia con bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024</p> | <p>Resiliencia</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Confianza en sí mismo</p> <p>Ecuanimidad</p> <p>Perseverancia</p> <p>Satisfacción personal</p> <p>Sentirse bien solo</p> | <p>Metodologia</p> <p>Enfoque: cuantitativo</p> <p>Tipo: básico</p> <p>Nivel: correlacional</p> <p>Diseño: no experimental</p> <p>Corte: trasversal</p> <p>Población: 360 estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria</p> <p>Muestra: 360 estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria</p> <p>Muestreo: No probabilístico censal</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos: Escala de Resiliencia Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)</p> |
| <p>Específicos</p> <p>¿Cuál es el nivel de resiliencia en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024?</p> <p>¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024?</p> <p>¿Existe diferencia significativa de la resiliencia en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo?</p> <p>¿Existe diferencia significativa del bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo?</p> <p>¿Existe relación significativa entre la confianza en si mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y</p> | <p>Específicos</p> <p>Medir el nivel de resiliencia en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.</p> <p>Medir el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.</p> <p>Comparar la resiliencia en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo.</p> <p>Comparar el bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria, según sexo, de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo.</p> <p>Establecer la relación entre confianza en si mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo</p> | <p>Específicos</p> <p>H₁: Existe diferencia significativa de la resiliencia en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo.</p> <p>H₀: No existe diferencia significativa de la resiliencia en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024, según sexo.</p> <p>H₂: Existe diferencia significativa del bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, según sexo.</p> <p>H₀: No existe diferencia significativa del bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, según sexo.</p> <p>H₃: Existe relación significativa entre la confianza en si mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo con el bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.</p> | <p>Bienestar psicológico</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Control de situaciones</p> <p>Aceptación de si mismo</p> <p>Vinculos psicosociales</p> <p>Proyectos</p> | |

| | | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p>sentirse bien solo con el bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024?</p> <p>¿Existe relación significativa entre la resiliencia con el control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024?</p> | <p>con el bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.</p> <p>Establecer la relación entre la resiliencia con el control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.</p> | <p>H0: No existe relación significativa entre la confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo con el bienestar psicológico en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.</p> <p>H4: Existe relación significativa entre la resiliencia con el control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.</p> <p>H0: No existe relación significativa entre la resiliencia con el control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa pública del Este de Lima, 2024.</p> | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

Anexo B: Instrumento 1

Instrumento de recolección de la variable resiliencia

ESCALA DE RESILIENCIA

Wagnild y Young (1989), adaptación Carbajal y Flores (2023)

Instrucciones: Marque en cada ítem el grado de acuerdo según su criterio

Escala valorativa:

| Categoría | Totalmente en desacuerdo | en desacuerdo | Parcialmente en desacuerdo | Indiferente | Parcialmente de acuerdo | de acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|------------|--------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------------------|------------|-----------------------|
| Valoración | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

| Nº | ITEMS | Estar en desacuerdo | | | Estar de acuerdo | | | |
|----|----------------------------------------------------------------------|---------------------|---|---|------------------|---|---|---|
| 1 | Cuando planeo algo lo llevo a cabo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2 | Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3 | Me siento capaz de mí mismo (a) más que nadie | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4 | Para mí, es importante mantenerme interesado (a) en las cosas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5 | En caso que sea necesario, puedo estar solo (a) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6 | Me siento orgulloso (a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7 | Tomo las cosas sin mucha importancia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | Soy amigo (a) de mí mismo (a) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9 | Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

| | | | | | | | | |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 10 | Soy decidido (a) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11 | Rara vez me pregunto de que se trata algo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12 | Tomo las cosas día por día | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 13 | Puedo sobrellevar tiempos difíciles, porque ya he experimentado lo que es la dificultad | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 14 | Tengo auto disciplina | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 15 | Me mantengo interesado (a) en las cosas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 16 | Por lo general encuentro de qué reírme | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 17 | Puedo sobrellevar el mal tiempo por mí autoestima | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 18 | Las personas pueden confiar en mí en una emergencia | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 19 | Puedo ver una situación desde diferentes puntos de vista | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 20 | Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no lo deseo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 21 | Mi vida tiene un sentido | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 22 | No me lamento de cosas por las que no puedo hacer nada | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 23 | Puedo salir airoso (a) de situaciones difíciles | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 24 | Tengo la energía suficiente para llevar a cabo lo que tengo que hacer | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 25 | Acepto el que existan personas a las que no agrado | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Anexo C: Instrumento 2

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (BIEPS-J)

Casullo (2022), adaptación Aguirre (2020)

Protocolo

Edad: Sexo: Varón..... Mujer.....

Año que curso:

Te pedimos que leas con atención las frases siguientes. Marca tu respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste 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 dejes frases sin responder. Marca tu respuesta con una *equis (o aspa)*

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

Anexo D: Formulario Google del Instrumento de Recolección de datos

<https://forms.gle/7kgabrNwC4D7nJd6>

Anexo E: Solicitud de Autorización

SOLICITO: Permiso para realizar Trabajo de Investigación

SEÑOR DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N°0130 “HEROES DEL
CENEPA”

Yo, **LUCERO CAROLINA BENDEZU NIÑO**,
identificado con DNI N° 76125987, Bachiller de
la Universidad Nacional Federico Villareal COD.
Estudiante N° 2017034427 con domicilio en
Conjunto habitacional Mariscal Cáceres Mz E-8 Lt
27 en del distrito de San Juan de Lurigancho del
departamento de Lima. Ante Ud.
respetuosamente me presento y expongo:

Que, siendo bachiller de la carrera profesional de *Psicología* en la *Universidad Nacional Federico Villareal*, solicito a Ud. permiso para realizar trabajo de Investigación en su Institución titulado **“RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL ESTE DE LIMA”** para optar el título profesional de Licenciado en Psicología.

POR LO EXPUESTO:

Ruego a usted acceder a mi solicitud.

Lima, 10 de octubre del 2024



**LUCERO CAROLINA BENDEZU
NIÑO**

DNI N° 76125987