

# UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Psicología



## TESIS

Título : NIVEL DE FELICIDAD Y NIVEL DE RESILIENCIA EN ALUMNOS DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA LIMEÑA

Para optar : El Título Profesional de Licenciada en Psicología

Autor : Bach. Huincho Huayra, María Salomé

Asesor : Lic. Espinoza Cuadros, José Antonio

Línea de Investigación

Institucional : Salud y gestión de la salud

Fecha de inicio y Culminación : Marzo de 2018 a Marzo del 2020

Lima – Perú  
2020

**DEDICATORIA**

A mi madre que desde otro espacio y tiempo está presente en todos mis pasos.

### **AGRADECIMIENTO**

A mi asesor de tesis, el Ps. José Espinoza, por sus enseñanzas para la ejecución del presente proyecto.

María Salomé Huincho Huayra

## INTRODUCCIÓN

En nuestro contexto actual es sustancial realizar investigaciones para las ciencias en general. En este caso nuestro estudio forma parte de las ciencias de la conducta humana, propiamente dicho la psicología que admite y apoya todo estudio que pueda influir en un algún atributo positivo para el ser humano. Como lo es esta contribución, a través de la investigación efectuada, la cual tendrá como variables de estudio dos componentes inherentes a todo individuo, importantes en su desarrollo y bienestar psicoemocional, de modo que favorezca un desenvolvimiento oportuno y beneficioso para nuestra sociedad, ya que las personas somos pieza clave para este equilibrio y desarrollo social.

Para comprender con claridad y en esencia la temática de nuestro estudio, mencionaremos tres apartados:

En primer lugar; en nuestra investigación tenemos la necesidad de comprobar la relación existente entre el nivel de felicidad y el nivel de resiliencia en estudiantes de una universidad privada limeña. Por ello, hemos tratado de conceptualizar nuestras variables de estudio. Para la felicidad, tomaremos la definición que “Se refiere al estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo, se define generalmente por la medida de la satisfacción en la vida” (Alarcón, 2016, p. 137). De igual modo, para la resiliencia nuestra definición es la de (Huitzil y Morelos, s.f.); “capacidad que posee todo ser de sobreponerse de cualquier dificultad u obstáculo que se les presente en la vida sin ser debilitado por ello, sino al contrario, ser fortalecido por ello”. Igualmente, los estudiantes de psicología son jóvenes que integran una sociedad que en este ciclo se muestra neoliberal donde existen ámbitos ya sean educativos, familiares, laborales, de pareja entre otros, podrían sentir frustración al no ajustarse a la normativa tradicional. Es comprensible que para muy pocos de ellos les sea posible experimentar felicidad, por tanto, entenderla y practicarla;

tal como acontece con respecto a la resiliencia, pues bien, los jóvenes universitarios enfrentan circunstancias tan adversas durante su preparación profesional que, prueba de ello, es alarmante el número de deserción que ha alcanzado solamente en las universidades privadas.

Una investigación, encontró que actualmente en el Perú el 27% de los ingresantes a una universidad privada abandonan su carrera en el primer año de estudios. Aunque advirtió que esa cifra aumentaría al contabilizar el total de alumnos que no terminan una carrera, pues llegan a tasas de deserción al 48%. Para el experto, las causas de la deserción universitaria se deberían a cuatro factores principales: bajo rendimiento académico, problemas financieros, dudas vocacionales y problemas emocionales entre los jóvenes estudiantes (El 27% de ingresantes a universidades privadas abandonan su carrera en primer año de estudios, 28 de marzo 2017).

En segundo lugar; para comprobar nuestro objetivo general sobre la relación entre el nivel de felicidad y el nivel de resiliencia en estudiantes de una universidad privada limeña. Se formularon, analizaron y contrastaron hipótesis a través de la estadística descriptiva e inferencial. El diseño de la investigación es no experimental, de nivel correlacional y de corte transversal.

En tercer lugar; el esquema del contenido de este proyecto consta de ocho capítulos de los cuales detallaremos a continuación;

En el capítulo uno se habla básicamente del planteamiento del problema, así como también las justificaciones que sustentan nuestra investigación y los objetivos que dirigen el propósito del estudio. En el capítulo dos abarcamos el marco teórico donde encontraremos los antecedentes, las bases teóricas de las variables tratadas y el marco contextual. El capítulo tres estudia la hipótesis general y las específicas, así como las variables con su definición operacional y conceptual.

Por otro lado, el capítulo cuatro se centra en la metodología de la investigación, se presenta al detalle el nivel, tipo, diseño y la muestra. Del mismo modo, en esta sección tenemos las técnicas e instrumentos de recolección de datos, el procesamiento y análisis de los datos obtenidos. Culminando este segmento hallaremos los aspectos éticos y las limitaciones que posee el estudio en cuestión.

El capítulo cinco incluye los resultados, donde mostramos la descripción y contrastación de hipótesis. En el capítulo seis encontramos el análisis y la discusión de los resultados.

El capítulo siete, comprende las conclusiones y va de la mano con el capítulo ocho de las recomendaciones, cuya importancia es vital en todo estudio. Para culminar, en el anexo encontramos información adicional que complementa y sustenta la investigación.

## CONTENIDO

|                                                      |      |
|------------------------------------------------------|------|
| Dedicatoria.....                                     | ii   |
| Agradecimiento.....                                  | iii  |
| INTRODUCCIÓN.....                                    | iv   |
| CONTENIDO.....                                       | vii  |
| ÍNDICE DE TABLAS.....                                | x    |
| ÍNDICE DE FIGURAS.....                               | xii  |
| RESUMEN.....                                         | xiii |
| ABSTRAC.....                                         | xiv  |
| <br>                                                 |      |
| CAPÍTULO 1: Planteamiento del problema.....          | 1    |
| 1.1. Descripción de la realidad problemática.....    | 1    |
| 1.2. Delimitación del problema.....                  | 5    |
| 1.3. Formulación del problema.....                   | 6    |
| 1.3.1. Problema general.....                         | 6    |
| 1.3.2. Problemas específicos.....                    | 6    |
| 1.4. Justificación.....                              | 6    |
| 1.4.1. Teórica.....                                  | 6    |
| 1.4.2. Práctica.....                                 | 7    |
| 1.4.3. Metodológica.....                             | 8    |
| 1.5. Objetivos.....                                  | 8    |
| 1.5.1. Objetivo general.....                         | 8    |
| 1.5.2. Objetivos específicos.....                    | 8    |
| <br>                                                 |      |
| CAPÍTULO 2: Marco teórico.....                       | 9    |
| 2.1. Antecedentes de la investigación.....           | 9    |
| 2.1.1. Nacional.....                                 | 9    |
| 2.1.2. Internacional.....                            | 12   |
| 2.2. Bases teóricas o científicas.....               | 14   |
| 2.2.1. Felicidad.....                                | 14   |
| 2.2.1.1. Introducción a la felicidad.....            | 14   |
| 2.2.1.2. Modelos teóricos de resiliencia.....        | 15   |
| 2.2.1.3. Dimensiones de felicidad.....               | 19   |
| 2.2.1.4. Impacto de la felicidad en los jóvenes..... | 20   |
| 2.2.2. Resiliencia.....                              | 22   |
| 2.2.2.1. Primeras investigaciones.....               | 22   |
| 2.2.2.2. Modelos de resiliencia.....                 | 24   |
| 2.2.2.3. Dimensiones de resiliencia.....             | 27   |
| 2.2.2.4. Resiliencia en los jóvenes.....             | 31   |
| 2.2.2.5. Felicidad y Resiliencia.....                | 33   |
| 2.3. Marco conceptual.....                           | 34   |
| 2.3.1. Felicidad.....                                | 34   |
| 2.3.2. Resiliencia.....                              | 35   |

|                                                                              |        |
|------------------------------------------------------------------------------|--------|
| CAPÍTULO 3: Hipótesis.....                                                   | 37     |
| 3.1. Hipótesis general.....                                                  | 37     |
| 3.2. Hipótesis específicas.....                                              | 37     |
| 3.3. Variables.....                                                          | 38     |
| 3.3.1. Operacionalización de variables.....                                  | 39     |
| 3.3.1. Definición conceptual de felicidad.....                               | 41     |
| 3.3.2. Definición conceptual de resiliencia.....                             | 41     |
| <br>CAPÍTULO 4: Metodología.....                                             | <br>42 |
| 4.1. Método de investigación .....                                           | 42     |
| 4.2. Tipo de investigación.....                                              | 43     |
| 4.3. Nivel de investigación.....                                             | 43     |
| 4.4. Diseño de la investigación.....                                         | 43     |
| 4.5. Población y muestra.....                                                | 44     |
| 4.5.1. Población.....                                                        | 44     |
| 4.5.2. Muestra.....                                                          | 44     |
| 4.5.3. Tipo de muestreo.....                                                 | 45     |
| 4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....                    | 46     |
| 4.6.1. Técnica.....                                                          | 46     |
| 4.6.2. Instrumento.....                                                      | 46     |
| 4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....                      | 53     |
| 4.7.1. Procesamiento de los datos.....                                       | 53     |
| 4.7.2. Análisis de datos.....                                                | 54     |
| 4.8. Aspectos éticos de la investigación.....                                | 54     |
| 4.9. Limitaciones.....                                                       | 55     |
| <br>CAPÍTULO 5: Resultados.....                                              | <br>56 |
| 5.1. Descripción de resultados.....                                          | 56     |
| 5.1.1. Distribución de la muestra según el nivel obtenido.....               | 58     |
| 5.1.2. Distribución de los niveles obtenidos en la variable Resiliencia..... | 59     |
| 5.1.3. Distribución de los niveles obtenidos en la variable Felicidad.....   | 60     |
| 5.2. Contrastación de Hipótesis.....                                         | 65     |
| 5.2.1. Hipótesis general.....                                                | 66     |
| 5.2.2. Hipótesis específica N°1.....                                         | 68     |
| 5.2.3. Hipótesis específica N°2.....                                         | 70     |
| 5.2.4. Hipótesis específica N°3.....                                         | 72     |
| 5.2.5. Hipótesis específica N°4.....                                         | 74     |
| <br>CAPÍTULO 6: Análisis y discusión de resultados.....                      | <br>77 |
| <br>CONCLUSIONES.....                                                        | <br>84 |
| <br>RECOMENDACIONES.....                                                     | <br>85 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....                                              | 86     |
| ANEXOS.....                                                                  | 92     |

|                                                                  |     |
|------------------------------------------------------------------|-----|
| Matriz de consistencia.....                                      | 93  |
| Instrumentos de investigación y constancia de su aplicación..... | 96  |
| Data de procesamiento de datos.....                              | 101 |
| Consentimiento informado.....                                    | 103 |
| Confiabilidad de las escalas de resiliencia y felicidad.....     | 104 |
| Validez de las escalas de resiliencia y felicidad.....           | 105 |
| Formato de validez de los instrumentos.....                      | 106 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|                 |                                                                                                                        |    |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tabla 1</b>  | Operacionalización de la variable 1 Felicidad.....                                                                     | 39 |
| <b>Tabla 2</b>  | Operacionalización de la variable 2 Resiliencia.....                                                                   | 40 |
| <b>Tabla 3</b>  | Muestra conformada por alumnos de la carrera de psicología del 1er y 2do ciclo de UPLA Filial – Lima, 2018.....        | 45 |
| <b>Tabla 4</b>  | Criterios de fiabilidad.....                                                                                           | 49 |
| <b>Tabla 5</b>  | Distribución de la muestra según su sexo en alumnos de una universidad privada limeña.....                             | 56 |
| <b>Tabla 6</b>  | Distribución de la muestra según su edad en alumnos de en alumnos una universidad privada limeña. Primera parte.....   | 57 |
| <b>Tabla 7</b>  | Distribución de la muestra según su edad en alumnos de en alumnos una universidad privada limeña. Segunda parte.....   | 57 |
| <b>Tabla 8</b>  | Equivalencia entre el rango percentil y su categoría correspondiente.....                                              | 58 |
| <b>Tabla 9</b>  | Baremo de felicidad en alumnos en alumnos una universidad privada limeña.....                                          | 59 |
| <b>Tabla 10</b> | Baremo de resiliencia en alumnos de en alumnos una universidad privada limeña.....                                     | 59 |
| <b>Tabla 11</b> | Distribución de los niveles de resiliencia en alumnos una universidad privada limeña.....                              | 59 |
| <b>Tabla 12</b> | Distribución de los niveles de felicidad en alumnos una universidad privada limeña.....                                | 60 |
| <b>Tabla 13</b> | Distribución de los niveles de la dimensión sentido positivo de la vida en alumnos una universidad privada limeña..... | 61 |

|                 |                                                                                                                          |    |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tabla 14</b> | Distribución de los niveles de la dimensión satisfacción con la vida en alumnos una universidad privada limeña.....      | 62 |
| <b>Tabla 15</b> | Distribución de los niveles de la dimensión realización personal en alumnos una universidad privada limeña.....          | 63 |
| <b>Tabla 16</b> | Distribución de los niveles de la dimensión Alegría de vivir en alumnos una universidad privada limeña.....              | 64 |
| <b>Tabla 17</b> | Rangos de correlación y su equivalente magnitud.....                                                                     | 66 |
| <b>Tabla 18</b> | Correlación entre felicidad y resiliencia en alumnos una universidad privada limeña.....                                 | 67 |
| <b>Tabla 19</b> | Correlación entre sentido positivo de la vida y resiliencia en alumnos de en alumnos una universidad privada limeña..... | 69 |
| <b>Tabla 20</b> | Correlación entre satisfacción con la vida y resiliencia en alumnos una universidad privada limeña.....                  | 71 |
| <b>Tabla 21</b> | Correlación entre realización personal y resiliencia en alumnos una universidad privada limeña.....                      | 73 |
| <b>Tabla 22</b> | Correlación entre alegría de vivir y resiliencia en alumnos una universidad privada limeña.....                          | 75 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|                  |                                                                                                                        |    |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Figura 1</b>  | Modelo de Procesos Interactivos de Rutter.....                                                                         | 26 |
| <b>Figura 2</b>  | Distribución de la muestra según su sexo en alumnos de psicología del 1er y 2do ciclo de UPLA Filial – Lima, 2018..... | 54 |
| <b>Figura 3</b>  | Distribución de los niveles de resiliencia en alumnos una universidad privada limeña.....                              | 58 |
| <b>Figura 4</b>  | Distribución de los niveles de felicidad en alumnos una universidad privada limeña.....                                | 59 |
| <b>Figura 5</b>  | Distribución de los niveles de la dimensión sentido positivo de la vida en alumnos una universidad privada limeña..... | 60 |
| <b>Figura 6</b>  | Distribución de los niveles de la dimensión Satisfacción con la vida en alumnos de una universidad privada limeña..... | 61 |
| <b>Figura 7</b>  | Distribución de los niveles de la dimensión realización personal en alumnos una universidad privada limeña.....        | 62 |
| <b>Figura 8</b>  | Distribución de los niveles de la dimensión alegría de vivir en alumnos una universidad privada limeña.....            | 63 |
| <b>Figura 9</b>  | Diagrama de dispersión entre felicidad y resiliencia en alumnos una universidad privada limeña.....                    | 65 |
| <b>Figura 10</b> | Diagrama de dispersión entre sentido positivo de la vida y resiliencia en alumnos una universidad privada limeña.....  | 67 |
| <b>Figura 11</b> | Diagrama de dispersión entre satisfacción con la vida y resiliencia en alumnos una universidad privada limeña.....     | 69 |
| <b>Figura 12</b> | Diagrama de dispersión entre realización personal y resiliencia en alumnos una universidad privada limeña.....         | 71 |

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como interrogante indagar si ¿existe relación entre nivel de felicidad y el nivel de resiliencia en estudiantes de una universidad privada limeña? En consecuencia, el objetivo general fue determinar la relación que existe entre estas dos variables. La muestra se conformó por 52 estudiantes universitarios. Asimismo, se formularon, analizaron y contrastaron hipótesis a través de la estadística descriptiva e inferencial. El diseño de la investigación es no experimental, de nivel correlacional y de corte transversal. Los instrumentos utilizados; la escala factorial para medir la felicidad de Reynaldo Alarcón y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young con la adaptación a nuestro medio por Novella. Para el análisis de los datos se usó MS Excel y el software estadístico SPSS v.24. Respecto a los resultados, se pudo observar una correlación positiva ( $r = 0.391$ ) y significativa ( $p\text{-valor} = 0.004$ ) entre felicidad y resiliencia. Esto indica que, a mayor felicidad, mayor resiliencia. Asimismo, la correlación entre ambas variables muestra una magnitud baja. Por lo tanto, se pudo comprobar la hipótesis principal que establece que existe correlación estadísticamente significativa entre felicidad y resiliencia. Empero, no se pudo comprobar la segunda hipótesis específica que establecía la relación significativa existente entre la dimensión satisfacción con la vida y resiliencia. Se sugiere replicar el estudio con una muestra más numerosa.

Palabras clave: felicidad, resiliencia, estudiantes universitarios.

## ABSTRACT

The present investigation had as a question to investigate if there is a relationship between level of happiness and level of resilience in students of a private university in Lima. Consequently, the general objective was to determine the relationship between these two variables. The sample was formed by 52 university students. Likewise, hypotheses were formulated, analyzed and contrasted through descriptive and inferential statistics. The research design is non-experimental, correlational level and cross-sectional. The instruments used; the factorial scale to measure the happiness of Reynaldo Alarcón and the Resilience Scale of Wagnild and Young with the adaptation to our environment by Novella. For the analysis of the data, MS Excel and the statistical software SPSS v.24 were used. Regarding the results, we observed a positive ( $r = 0.391$ ) and significant ( $p\text{-value} = 0.004$ ) correlation between happiness and resilience. This indicates that higher happiness, greater resilience. Also, the correlation between both variables shows a low magnitude. Therefore, it was possible to verify the main hypothesis that establishes that there is a significant correlation between happiness and resilience. However, the second specific hypothesis that established the significant relationship between satisfaction with life and resilience could not be verified. It is suggested to replicate the study with a larger sample.

**Keywords:** happiness, resilience, university students.

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. Descripción de la realidad problemática**

Extensa la cantidad de nociones con respecto a lo que entendemos habitualmente como felicidad. Aún los esfuerzos, académicos y no académicos, por promover una definición global no es posible el consenso hasta el momento. La concepción sobre lo que es felicidad no se puede, ni debe limitar, porque la multiplicidad de conceptos que se tienen de ella son producto y reflejo de nuestra diversidad.

Sabemos que es discutible cada idea individual y/o colectiva que se tiene por felicidad. Sin embargo, también conocemos que es indiscutible que, sea cual sea la cultura, la felicidad es la más relevante aspiración de los seres humanos. Además, es uno de los intereses más comunes que tenemos a pesar de las diferencias étnicas, socio-culturales y económicas; y esa particular facultad de ser común a toda la humanidad habita en la psique.

Un estudio midió la felicidad y el bienestar psicológico en 403 estudiantes de secundaria. Se evaluaron en los estudiantes el estado de salud general, la felicidad, la autoeficacia, la percepción de estrés, la esperanza y la satisfacción

con la vida que tenían a través de cuestionarios de forma escrita. Se concluyó que había una relación significativa entre la felicidad y el bienestar psicológico (Sánchez, s.f.).

Entonces, generalmente entendemos que la felicidad supone satisfacción, alegría, complacencia, gozo y demás sensaciones que son identificables por medio de relaciones personales. Sin embargo; también notamos que en la actualidad, de esta parte del mundo donde nos encontramos y específicamente en Perú, es cada vez más difícil para los individuos sentirse satisfechos, complacidos y en definitiva, incluso felices.

Según el informe publicado por ONU, se cataloga al Perú como uno de los países menos felices de Latinoamérica ya que nos encontramos en el puesto 14 de 18, el número 8 de 10 en Sudamérica y en el 63 de 155 en el mundo. El informe, mide indicadores como el sistema político, los recursos, la corrupción o el sistema sanitario. Según este estudio en el 2016 el nivel del Perú fue el puesto 12 entre los que más subieron, sin embargo, no alcanzó para dejar de estar entre los países más infelices de la región (Perú, entre los países menos felices de Latinoamérica, 25 de marzo 2017).

Asimismo, en Argentina se encontró que “entre las razones más mencionadas por las que los encuestados declaran ser infelices, destacan los problemas económicos (...), los problemas de salud (...), los problemas laborales y familiares y la pérdida de un ser querido (...)” Universidad de Palermo (2017, p. 8). Hallando similitud con Perú.

A propósito, detectamos que estos problemas se agravan en comarcas donde se prioriza lo comercial y reduce atenciones a la vida misma. De ahí que en lugares alejados de modelos perjudiciales sería más fácil ser feliz ya que, como explica el estudio sobre la felicidad, “vivir en una gran ciudad hace menos feliz a las personas” Universidad de Palermo (2017, p. 4).

Entonces, podemos especular que el mayor productor de infelicidad es el sistema económico y político instaurado en nuestras regiones.

Por cierto, es evidente la imposición de una estandarizada forma de vida como único modelo de felicidad por parte de quienes rigen y conducen nuestras normas sociales; y se impone, sobre todo a través de los medios de comunicación. En consecuencia, no es absurdo aducir que el sistema nos dificulta experimentar la felicidad y por tanto a no entenderla ni seguirla como modo coherente de vida.

(...) la economía liberal, con su culto del beneficio y del éxito, representada de forma caricaturesca pero persuasiva en el discurso publicitario, ha acabado por producir una infelicidad mediante la competencia, el fracaso y la culpabilización. El discurso público de nuestro tiempo —que traduce en el proceso de globalización el triunfo de la economía liberal— está empapado de la ideología de la felicidad (Berardi, 2003).

Sin embargo, aunque el contexto social nos parece conducir al caos, conocer si es posible ser feliz en medio de esta adversidad invita a tratar la resiliencia con esmero. Pues, así como reparamos en que la sensación de infelicidad aparece y acentúa frente a las situaciones adversas, también advertimos que mientras menos se perciba una situación como adversa más feliz se podría ser. En lo expresado encontramos una actitud propia del resiliente y un acercamiento entre felicidad y resiliencia.

Al respecto, Islandia estuvo siempre entre los tres primeros países del ranking mundial de felicidad. Este país no sólo enfrenta adversidades geográficas y problemas sociales, sino ha superado y/o transformado tales adversidades y problemas en recursos de su propia superación. Islandia ocupa el tercer lugar en la lista de los países más felices del mundo. Viajeros de todo el mundo acuden al país

para ver la aurora boreal, además, a pesar del clima frío los corazones de sus habitantes se mantienen muy cálidos. La nación se mostró sorprendentemente tranquila y positiva durante la crisis económica de 2007, a pesar de los bloqueos bancarios y otras pérdidas monetarias (Diez países más felices del mundo según la ONU, 27 de marzo 2017).

Entonces, podemos respaldarnos en lo citado, y demás expresado, para indicar que existe un problema si no se considerara una relación entre felicidad y resiliencia. Es más, tal problema se agravaría si persistiéramos en la desconsideración cuando es probable que la actitud resiliente no sólo facilite el camino a la felicidad, sino que se podría comprobar que se es feliz siendo resiliente.

Por otro lado, revisando la situación de los estudiantes universitarios, recordaremos que los jóvenes son individuos que integran una sociedad neoliberal que frustraría su felicidad siendo manipulada, en especial, por los medios de comunicación. Es comprensible que para muy pocos de ellos les sea posible experimentar felicidad, por tanto, entenderla y practicarla; tal como acontece con respecto a la resiliencia.

Pues bien, los jóvenes universitarios enfrentan circunstancias tan adversas durante su preparación profesional que, prueba de ello, es alarmante el número de deserción que ha alcanzado solamente en las universidades privadas.

Una investigación, encontró que actualmente en el Perú el 27% de los ingresantes a una universidad privada abandonan su carrera en el primer año de estudios. Aunque advirtió que esa cifra aumentaría al contabilizar el total de alumnos que no terminan una carrera, pues llegan a tasas de deserción al 48%. Para el experto, las causas de la deserción universitaria se deberían a cuatro factores principales: bajo rendimiento académico, problemas financieros,

dudas vocacionales y problemas emocionales entre los jóvenes estudiantes (El 27% de ingresantes a universidades privadas abandonan su carrera en primer año de estudios, 28 de marzo 2017).

No obstante, si hemos a referirnos sólo a aquellos jóvenes sin graves problemas financieros y que eligieron seguir una profesión cercanamente acorde a su personalidad y/o vocación, nos quedaría como único factor principal de deserción universitario el problema emocional. Esto quiere decir que están presentes muchos casos en los que las circunstancias no son realmente tan adversas como para renunciar a la carrera profesional.

En consecuencia, reparando en todo lo manifestado en este apartado, confiamos en que es oportuno abrir el planteamiento de este problema con la siguiente pregunta:

¿Cuál es la relación entre nivel de felicidad y nivel resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña?

## **1.2 . Delimitación del problema**

Para Árias (2006, p. 42) “La delimitación del problema significa indicar con precisión en la interrogante formulada: el espacio, el tiempo o período que será considerado en la investigación, y la población involucrada.”

- Espacio: La investigación se desarrolló en la Universidad Peruana Los Andes. La cual se encuentra ubicada en el distrito de Lince.
- Tiempo: Se ejecutó en el año 2018.
- Población: El estudio se centró en alumnos de psicología del 1er y 2do ciclo de UPLA Filial – Lima.

### **1.3 . Formulación del problema**

#### **1.3.1. Problema general**

- ¿Qué relación existe entre nivel de felicidad y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña?

#### **1.3.2. Problemas específicos**

- ¿Qué relación existe entre sentido positivo de la vida y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña?
- ¿Qué relación existe entre satisfacción con la vida y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña?
- ¿Qué relación existe entre realización personal y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña?
- ¿Qué relación existe entre alegría de vivir y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña?

### **1.4. Justificación**

#### **1.4.1. Teórica**

Esta investigación ofrece un tratado de conocimientos que enlazan las variables felicidad y resiliencia de manera integral y vinculada. De esta manera, se revela como propuesta sistémica de ambos constructos, pues sabemos que existe basta información sobre felicidad y resiliencia; pero, generalmente éstas son abordadas aisladamente. Entonces, este trabajo contribuirá en afirmar la importancia de considerar teorías holísticas que aborden las variables citadas conjuntamente.

Asimismo, el presente estudio permitirá identificar qué tanto se corresponden la felicidad y resiliencia; qué tan fundamental es considerar tal relación y lo desfavorable que podría ser no tomarla en cuenta. Por tanto, a través de esta investigación podremos sugerir oportunamente propuestas el seguimiento y mejorar el abordaje de dichos constructos en futuros estudios.

En consecuencia, al estudiar estas variables, se espera que el presente trabajo sirva como antecedente e invite a realizar futuras investigaciones de corte experimental que velen directamente por el bienestar general de las personas.

#### **1.4.2. Práctica**

La investigación, frente a la subjetividad distorsionada de lo que comúnmente se percibe como felicidad, sirve para reflexionar sobre el mismo y considerar que la felicidad no es el máximo logro de nuestras vidas, sino que puede ser parte de nuestras vidas a través de cada pequeño logro. Si las variables estudiadas se corresponden. Entonces, uno no tiene que esperar a ser resiliente para ser feliz, sino que en cualquier momento, uno puede decidir ser feliz y con ello ya poseerá las condiciones necesarias para ser resiliente y beneficiarse de los recursos que la resiliencia ofrece. De esta manera, la ansiedad de confusamente luchar por conseguir la felicidad se minimizará y tendremos mayor tranquilidad, misma que seguramente favorecerá nuestro quehacer diario y en especial entre los estudiantes universitarios que enfrentan continuamente adversidades y preocupaciones que incluso los llevan a la deserción.

### **1.4.3. Metodológica**

Uno de los frecuentes inconvenientes para los investigadores en psicología es la disponibilidad de instrumentos para la recolección de datos. Pues, éstos comúnmente vienen de otros contextos y/o carecen de propiedades psicométricas para nuestro medio. Por lo tanto, con las variables medidas, se podrá reafirmar la evidencia de confiabilidad y validez de los instrumentos usados. Asimismo, con los datos obtenidos de la muestra se elaborarán baremos para ambas variables. Esto permitirá estudiar más adecuadamente a la población, categorizando con pertinencia los niveles obtenidos en las pruebas administradas.

## **1.5. Objetivos**

### **1.5.1. Objetivo general**

- Determinar la relación entre nivel de felicidad y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

### **1.5.2. Objetivos específicos**

- Determinar la relación entre sentido positivo de la vida y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.
- Determinar la relación entre satisfacción con la vida y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.
- Determinar la relación entre realización personal y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.
- Determinar la relación entre alegría de vivir y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes de la investigación

##### 2.1.1. Nacional

Choque (2017) en la investigación; *Nivel de resiliencia en adolescentes del albergue “comunidad de niños y adolescentes sagrada familia” de ventanilla, callao – 2017.* Tuvo como objetivo principal determinar el nivel de resiliencia en adolescentes del albergue. Para lo cual, la muestra se conformó por 152 adolescentes del albergue. La prueba utilizada fue escala de resiliencia (CD-RISC). Al analizar los resultados la mayoría de la población de estudio presentó niveles bajos de resiliencia; los adolescentes presentaron nivel medio en su dimensión control y propósito.

Noguera (2017) en la investigación llamada: *Bienestar espiritual y resiliencia en estudiantes de dos universidades de San Juan de Lurigancho*, es un estudio comparativo entre dos universidades, para determinar el grado de influencia del bienestar espiritual sobre el nivel de resiliencia en estudiantes de dos universidades del distrito de Lurigancho. Para lo cual el estudio fue de diseño no experimental, de

alcance explicativo y de corte transversal. Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia para seleccionar a 307 estudiantes universitarios. Se halló que el nivel de bienestar espiritual, en su dimensión religiosa influencia significativamente en la resiliencia, pero la dimensión existencial no influencia significativamente en la resiliencia.

Caceres y Ccorpuna (2015) en la investigación; *Estrés académico y capacidad de resiliencia en alumnos de segundo, tercero y cuarto año. Facultad de Enfermería UNSA- Arequipa*. Tuvo una muestra de 134 universitarios, la edad de esta población osciló de 18 a 20 años. El estudio fue de tipo descriptivo, correlacional y de corte transversal. Para la recolección de datos se diseñó un cuestionario de 64 preguntas, además se utilizó el Inventario de Estrés académico SISCO validado por Barraza que evalúa los estresores académicos y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young que evalúa el nivel de resiliencia. Respecto a la relación entre los estresores académicos y la capacidad de resiliencia se afirmó que los estresores competencia académica, sobrecarga de tareas y trabajos, tipo de trabajos y el tiempo limitado para los trabajos tienen relación estadística significativa, por lo que se admite la hipótesis que si existe una relación entre los estresores académicos y la resiliencia.

Silva y Gárate (2015) en la investigación; *Resiliencia y felicidad en estudiantes de la escuela superior técnica de sub-oficiales de policías de Charcani – Arequipa*. Tuvo como propósito estudiar la relación entre las variables de resiliencia y felicidad. Asimismo, la muestra fue 169 estudiantes de ambos sexos, con edades entre los 17 y 25 años. Las pruebas utilizadas fueron el Inventario de Factores Personales de Resiliencia (I.F.P.R.) relacionándolos con los resultados generales y los factores de la Escala de Felicidad de Lima (E.F.L). Los resultados encontraron correlación positiva significativa entre las variables resiliencia y la felicidad, además relaciones

positivas de diferente magnitud entre el factor sentido positivo de la vida y la resiliencia; lo mismo que entre los factores autoestima, empatía y autonomía, con la felicidad.

Mikkelsen (2009) en la investigación titulada: *Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima*. Se tomó un grupo de 362 estudiantes universitarios de Lima entre 16 y 22 años. Asimismo, se aplicaron la escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) y la escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS). Se encontraron correlaciones importantes entre Satisfacción con la vida y los Estilos y Estrategias de afrontamiento. Los participantes reportaron un nivel promedio de satisfacción, el área familiar y amical fueron las de mayor satisfacción. En cuanto al afrontamiento, hubo un mayor empleo del estilo Resolver el problema y Referencia a los otros y se encontraron diferencias significativas según el género de los participantes.

Salgado (2009) en el estudio: *Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la ciudad de Lima*. Tuvo como objetivo principal comprobar la relación existente entre las variables felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes cuya edad oscilo de 15 a 18 años, la muestra estuvo conformada por 275 individuos. Igualmente, los instrumentos utilizados fueron la Escala de Satisfacción con la vida, la Escala de Resiliencia y la Escala de Orientación hacia la vida-Revisada. En los resultados se encontró que existe una relación altamente significativa, en donde se puede apreciar que a mayor resiliencia, mayor optimismo y mayor felicidad. Las implicancias de los resultados han sido discutidas.

### 2.1.2. Internacional

Galiana (2015) en el estudio; *Análisis de la felicidad, resiliencia y optimismo como factores emocionales en la inserción laboral de los universitarios – España*. Tiene por objetivo general descubrir las características y elementos implicados en el proceso de inserción laboral de los universitarios a la hora de afrontar su primera búsqueda de empleo. Mediante el análisis de tres variables, felicidad, resiliencia y optimismo. Para ello, la muestra se conformó por 1362 titulados, encuestados por 12 preguntas tipo likert mediante vía telefónica. Los resultados que se encontraron menciona que los tres factores estudiados, muestran puntuaciones bastante elevadas al tiempo que muchos elementos tienen puntuaciones similares, es decir, que los universitarios en general son bastante felices, resilientes y optimistas.

Rivas (2014) en la investigación titulada; *Fortalezas de carácter y resiliencia en estudiantes de medicina de la universidad de los andes. Venezuela*. Que es un estudio de campo, exploratoria, transversal y correlacional. Participaron 522 estudiantes de primero a sexto año de medicina. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Fortalezas de Carácter (VIA) y la Escala de Resiliencia (CD-RISC). Asimismo, se encontraron relaciones significativas positivas entre la mayoría de fortalezas y la resiliencia total y sus subescalas. La importancia del modelo abordado, es que cada persona reconozca y utilice en la cotidianidad sus fortalezas y capacidades más desarrolladas, aceptando la necesidad de cultivar aquellas menos manifiestas en su comportamiento.

Del Carre (2014) en el estudio; *Rasgos de personalidad y su relación con la felicidad*. Realizada en Argentina, tiene por objetivo indagar e identificar las relaciones existentes entre los rasgos de personalidad y la felicidad. El enfoque teórico utilizado para este estudio fue la psicología positiva. Igualmente, el tipo de muestra que se tomó es el no probabilístico accidental simple, con 172 sujetos. Se administró el test EPQ-A, adaptado en el 2011 y la escala de felicidad de Lima. Además, de una planilla de datos sociodemográficas. Se encontró el efecto principal del Neuroticismo en las cuatro escalas de felicidad, también se encontró efecto principal de la Extraversión en las distintas escalas de felicidad con la excepción de satisfacción con la vida donde la significación obtenida fue marginal. Además, se detectó el efecto principal del psicoticismo en las cuatro escalas de felicidad. En conclusión, se determinó que los rasgos de personalidad impactan sustancialmente en la felicidad.

Gonzales, López y Valdez (2013) en un estudio retrospectivo llamado; *Resiliencia y felicidad: el impacto de hechos vitales negativos y positivos en adolescentes – México*. Investigó las diferencias de resiliencia entre hombres y mujeres, y su relación con la felicidad después de vivenciar hechos tanto positivos como negativos del pasado reciente y que son referidos por los participantes. El número de la muestra fue de 100 adolescentes, hombres y mujeres, entre 15 y 19 años de edad, participaron del estudio aplicándose el cuestionario de resiliencia para adolescentes, la escala de felicidad y la escala de Corsini. Los resultados indican que no hay diferencias significativas entre hombres y mujeres. Asimismo, se reporta relación positiva entre las variables resiliencia y felicidad. Se concluye que se requiere continuar analizando estas variables con el fin de obtener respuestas consistentes.

Vera, Grubits, López y García (2010) en el estudio; *Satisfacción con la vida y afectos positivos en jóvenes universitarios*. Tuvo como objetivo principal describir y contrastar la distribución del Bienestar Subjetivo y sus correlatos en un grupo de estudiantes universitarios. En esta investigación participaron 362 estudiantes de la Universidad Católica Don Bosco, ubicada en el noreste de Brasil. Cuyas edades fluctúan entre 17 y 65 años de edad. Se aplicó la Encuesta Internacional para Alumnos Universitarios que mide el Bienestar Subjetivo. Se obtuvo como conclusión que de la población estudiada, 3 de cada 10 muestran insatisfacción con sus profesores y con las clases, así como con el atractivo físico. En tanto que 4 de cada 10 mencionan estar insatisfechos con sus habilidades de estudio; y 5 de cada 10 con sus hábitos de estudio.

## **2.2. Bases teóricas o científicas**

### **2.2.1. Felicidad**

#### **2.2.1.1. Introducción a la felicidad**

Respecto a la evolución teórica de la felicidad, encontramos una amplia gama de recursos que explican de manera esencial su trayecto, a continuación, citaremos algunas:

Para hablar de felicidad es importante mencionar que su origen es filosófico y amplio. Y ha estado presente en momentos históricos del medioevo, renacimiento y en la actualidad (el siglo XX). En la historia de la psicología encontramos que se ha brindado más atención al estudio de los aspectos negativos, como las carencias, ansiedad y depresión, entre otras. Desatendiendo aspectos positivos como las virtudes y fortalezas de las personas para una calidad de vida saludable. Tomando la importancia de cambiar esta perspectiva, nace la psicología positiva. Este punto de

vista buscaba obtener una comprensión más integrativa, tomando en cuenta aspectos positivos y negativos de las personas. Aunque, se priorizaba los factores positivos (Alarcón, 2016, p.57).

Vemos que el concepto de felicidad es amplio y tiene múltiples facetas. Si bien es cierto que los autores contemporáneos relacionan la felicidad con el bienestar, aún no hay un acuerdo para definir de forma concreta y específica este término. Además, muchos autores (Lyubomirsky et al., 2005; Achor, 2011; citado en Galiana, 2015), a la hora de analizar la felicidad de las personas utilizan indistintamente los términos afecto positivo, felicidad, bienestar y satisfacción con la vida.

#### **2.2.1.2. Modelos teóricos de la felicidad**

*La psicología positiva; (...)* Durante los últimos años, la psicología positiva surge como un nuevo movimiento dentro de la disciplina, tomando como objeto de estudio los componentes de la felicidad y sus determinantes, así como una preocupación rigurosa respecto a cómo medirla. Todo esto con el fin de determinar el rol de la voluntad y de las actividades conscientes en mejorar la calidad de vida y el bienestar subjetivo. De este modo, ser feliz vuelve a ser un objeto legítimo del estudio científico. Así, la finalidad de la psicología positiva es investigar con rigor científico los aspectos que permiten a las personas florecer, aquellas experiencias y eventos que dan valor y dotan de sentido a la existencia (Martínez Ivanovic-Zuvic y Unanue, 2013, p.93).

Martin Seligman se considera uno de los grandes catalizadores del movimiento en la actualidad. Se suele citar la fundación de ésta área de conocimiento en 1998, cuando Seligman fue nombrado presidente de la Asociación Americana de Psicología (APA) y desplazándose en contra de su historia académica anterior como experto en

“desesperanza” o “resignación aprendida”, plantea que la psicología está en deuda, pues ha descuidado el estudio y la aplicación de lo que vale la pena vivir en la vida. El tiempo ha llegado para que la psicología vuelva al equilibrio y también se enfoque en lo que está bien en las personas incluyendo la felicidad, el bienestar y las fortalezas (citado en Martínez Ivanovic-Zuvic y Unanue, 2013, p.93).

La felicidad es un tema central de la psicología positiva y, quizás, detenta el más alto número de publicaciones entre las áreas de trabajo que integran este nuevo enfoque psicológico; atrajo la atención de distinguidos psicólogos antes de que se constituyera formalmente la psicología positiva. Aunque, la investigación científica sobre la felicidad es reciente, la reflexión filosófica en torno a ella se remonta a la antigüedad clásica del mundo griego y ha continuado a través de los siglos. Se ha buscado descubrir lo que es, a que orden de bienes corresponde, si es connatural o no al ser humano y, también, que bienes hacen la felicidad de la gente (Alarcón, 2016, p.113).

Psicología positiva para la educación y la convivencia: Una potencial contribución de la PP a la realización plena de las capacidades humanas y al bienestar personal se encuentra en la propuesta de una *educación positiva*. Para Seligman, Ernst, Gillham, Reivich y Linkins (2009; citado en Corral, 2012, p.26), la educación tradicional se ha enfocado en la enseñanza-aprendizaje de habilidades de logro. Por otro lado, Gordon y Crabtree (2006; citado en Corral, 2012, p.26) critican el hecho de que los sistemas educativos normalmente se centran en la identificación y el remedio de las debilidades estudiantiles (deserción, retraso y reprobación, dificultades de aprendizaje) descuidando las posibilidades de maximizar el potencial de los jóvenes y niños. A pesar de que esto no es nada despreciable, los autores sugieren que la educación debiera incluir, además de la atención a las debilidades

estudiantiles y al desarrollo de las destrezas académicas requeridas, las habilidades para el bienestar, es decir, el aprendizaje de lo que todos debemos y podemos hacer para ser felices y realizarnos como personas.

*La teoría evolutivo-cibernética de la felicidad;* Segura y Ramos (2009; citado en Arequipeño y Gaspar, 2017) refirieron que esta teoría propone una relación entre la salud como propiedad objetiva y la experiencia subjetiva de sentirse bien. En términos biológicos, las emociones actúan como guías del organismo, alejándolo de situaciones peligrosas (advertidas mediante reacciones desagradables tales como el miedo, el hambre, o el dolor) y promoviendo la aproximación a situaciones positivas (advertidas mediante reacciones positivas tales como el placer, el amor o la satisfacción). Considerando como un todo a la reacción biológica con la psicoemocional, la felicidad es considerada mediante este enfoque como una señal de que el individuo está biológicamente sano (cerca de un estado óptimo) y, desde un aspecto cognitivo, capaz de ejercer control (capaz de contrarrestar desviaciones eventuales de este estado óptimo); es decir, que cada persona sea lo suficientemente capaz de satisfacer todas sus necesidades básicas a pesar de los cambios impredecibles del medio circundante. Este control sobre la situación, cuenta con tres elementos propuestos por Heylighe (1992; citado en Arequipeño y Gaspar, 2017), presentados a continuación: Capacidad material: Tener a disposición los recursos y oportunidades necesarias para satisfacer las necesidades. Capacidad cognitiva: Poseer la capacidad de poder aprovechar los recursos de manera efectiva mediante habilidades para solucionar problemas con conocimiento, inteligencia y creatividad. Capacidad subjetiva: No es suficiente poseer los recursos ni las habilidades para aprovecharlos, sino que además es imprescindible creer en las propias capacidades para resolver los problemas, de lo contrario no se estaría motivado para realizar el

esfuerzo necesario. Desde esta perspectiva, la felicidad cumple el rol de catalizador de la capacidad material (proporcionando recursos y oportunidades), la capacidad cognitiva (mediante la educación) y la capacidad subjetiva (haciendo sentir a las personas que son capaces) (Heylighe, 1992; citado en Arequipeño y Gaspar, 2017).

*La perspectiva logoterapéutica:* Frankl (1983; citado en Arequipeño y Gaspar, 2017) manifestó que la felicidad es alcanzable en cualquier circunstancia, cuando se asume que la vida tiene sentido. Prager (2004; citado en Arequipeño y Gaspar, 2017) refiere que desde el enfoque logoterapéutico la felicidad solo puede lograrse cuando emerge en consecuencia de otra cosa, por lo tanto, es necesario considerar que la felicidad en sí misma es el resultado de algo más importante. Si no se considera a la felicidad como un producto, entonces se afirma que se encuentra determinada por una sencilla ecuación: Disposición Innata = Felicidad o Desdicha; lo cual coloca al ser humano al nivel de simples ordenadores programados para reaccionar de forma automática. “La felicidad genuina fluctúa, determinada por los acontecimientos cotidianos y por emociones inmediatas que suscitan, en lugar de estar determinada por una sobria reflexión” (p. 127). La logoterapia establece una serie de seis valores que por lo general, se consideran más importantes que la felicidad y que en consecuencia, ofrecen mucha felicidad (Prager, 2004; citado en Arequipeño y Gaspar, 2017). Las actividades apasionadas y significativas, la profundidad, la bondad, la disposición innata, la búsqueda de lo trascendente, la necesidad de una filosofía de la vida cada uno de estos valores se constituye como la fuente generadora de la felicidad, cuyo verdadero sentido no se centra en el fin mismo, sino en lo aprendido y desarrollado durante el proceso, ya que esto es lo que en realidad sustentará la felicidad (Arequipeño y Gaspar, 2017).

### 2.2.2.3. Dimensiones de la felicidad

En esta parte de la investigación, mencionaremos algunas de las dimensiones que consta el constructo felicidad;

Por otro lado, para Gamero (2013, p.96) las dimensiones de felicidad son:

*Fe y valores personales:* Espiritualidad particular de cada individuo, así como los principios fundamentales que rigen sus vidas.

*Gobierno y sociedad:* Dos aspectos muy cercanos, también conocidos como Capital Social.

*Relaciones humanas:* Aspectos como el matrimonio, la familia, los amigos, etc.

*Salud:* Incluye tanto la salud percibida como la salud objetiva

*Situación económica:* Todas las distintas maneras en que el dinero puede afectar a la felicidad.

*Trabajo:* Todos los aspectos referentes a la vida laboral y que estudiaremos más adelante.

*Cultura y demografía:* Aspectos como la nacionalidad, la raza, el sexo, etc.

#### **2.2.2.4. Impacto de la felicidad en los jóvenes**

Las investigaciones de felicidad en los jóvenes universitarios son diversas y amplias, tomaremos algunos estudios que consideramos relevantes para explicar este apartado.

Incluso en la etapa previa a la entrada en el mercado laboral se ha encontrado que la felicidad puede ser una ventaja para las personas, pues los estudiantes felices tienen más probabilidades de finalizar sus estudios universitarios (Frisch et al., 2005; citado en Galiana, 2015)

(...) Desde el punto de vista de los empleadores, en relación a la gestión del cambio y la adaptación de los jóvenes al desarrollo de la carrera profesional y su empleabilidad, el optimismo fue nombrado entre las características preferidas de los candidatos. Por su parte Seligman (2004; citado en Galiana, 2015) valora al optimismo como un atributo que facilita el éxito de la carrera profesional (...).

Algunos investigadores (Staw et al., 1994; citado en Galiana, 2015) han encontrado que, según los observadores expertos que participaron en un estudio, las personas felices también poseen mejores trabajos (con mayor autonomía, sentido y variedad). Paralelamente, también se ha visto que los individuos más felices están también más satisfechos con sus trabajos (Connolly y Viswesvaran, 2000; citado en Galiana, 2015), poseen más iniciativa y curiosidad para explorar nuevas opciones (Kashdan et al., 2004; citado en Galiana, 2015) y experimentan menos tiempo desempleados (Diener et al., 2002; citado en Galiana, 2015). Asimismo (...) son muchas las investigaciones que han encontrado una relación positiva entre el optimismo y la satisfacción laboral (Diener y Seligman, 2002; Dyson-Washington, 2006; Carver et al., 2010; Seligman, 2011; citado en Galiana, 2015), así mismo el

optimismo actúa como un amortiguador contra las situaciones estresantes que pudieran producirse (Carver et al., 1993; Carver y Scheier, 2009; citado en Galiana, 2015). Sin embargo hay estudios que muestran resultados contradictorios con estos hallazgos, así en un estudio longitudinal (Mäkikangas y Kinnunen, 2003; citado en Galiana, 2015), las personas más optimistas experimentaban mayor tensión emocional ante la inseguridad laboral, mientras que en otro estudio también longitudinal (Cheng et al., 2014; citado en Galiana, 2015) donde se estudiaban los efectos del optimismo como amortiguador de las situaciones de inseguridad laboral, se encontró que este papel moderador del optimismo era inexistente, aunque sí existía una vinculación positiva entre el optimismo y la satisfacción laboral.

Además, los empleados felices obtienen mejores valoraciones por parte de sus supervisores y de otras personas (Staw et al., 1994; citado en Galiana, 2015), y reciben mejores puntuaciones en calidad en el trabajo, productividad y creatividad (Cropanzano y Wright, 1999; Wright y Staw, 1999; citado en Galiana, 2015).

El estudio, descriptivo comparativo, explora las diferencias de la felicidad en jóvenes y adultos peruanos, según el sexo y la edad, a partir de las puntuaciones de la Escala de Felicidad de Lima (Alarcón, 2006). Los resultados muestran que las mujeres son más propensas a experimentar cierto grado de felicidad; mientras que las personas del grupo de mayor edad tienen más altas puntuaciones en felicidad que las del grupo de menor edad. Los resultados contribuyen a una mejor comprensión de la felicidad y su relación con variables sociodemográficas vinculadas a la salud y el bienestar (Castilla, Caycho y Ventura, 2016).

## 2.2.2. Resiliencia

### 2.2.2.1. Primeras investigaciones

Respecto a la evolución teórica de Resiliencia, encontramos una amplia gama de recursos que explican de manera esencial su trayecto, a continuación, citaremos algunas;

El primer momento histórico fue antes de 1970, aquí la resiliencia surgió por investigaciones psicopatológicas, referidas a que los individuos podían desarrollar trastornos por estar inmersos en situaciones desfavorables. No obstante, no desarrollaban trastornos. Esta generación de investigadores estudió los factores de personalidad que se encargaban de proteger al individuo de sucesos adversos (Gil, 2010).

Más tarde, fue adoptado por la Psicología, con un significado muy cercano al original, referido a *rebotar* de una experiencia difícil, como si uno fuera una bola o un resorte (Becoña, 2006; Luthar et al., 2006; citado en Cortòn, 2015, p.33). De esta manera, se comenzó a considerar la resiliencia como un aspecto consistente en una buena adaptación a la adversidad, a un trauma, una tragedia, amenaza, o a fuentes de tensión significativas, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas de salud o situaciones estresantes del trabajo o la educación (Rutter, 1987; citado en Cortòn, 2015, p.33).

En un segundo momento Después de los 70's, el objeto de estudio de la resiliencia se centró en tres características; en la capacidad de las personas para afrontar las adversidades, la capacidad de continuar desarrollándose frente a las mismas y la capacidad de aumentar las competencias personales y sociales (Gil, 2010).

Las investigaciones de la segunda generación se preocupan pues, por encontrar cuales son las dinámicas presentes en el proceso resiliente, con el objetivo de ser reproducidas en entornos similares (...). Además, la resiliencia se entiende como una cualidad que puede ser desarrollada en edades adultas, y no como un proceso únicamente referido a la infancia. Todas las personas, a lo largo de su vida, pueden encontrarse con situaciones traumáticas, pudiéndolas superar e incluso, salir fortalecidas (Forés y Grané, 2008; citado en Cortòn, 2015).

A partir del 2000, se pone el énfasis en la elaboración de modelos de aplicación, en la explicación de cómo se construye la resiliencia y en la motivación para ser resiliente (Puig y Rubio, 2011; citado en Cortòn, 2015, p.33). En esta nueva etapa se cambia la focalización de conductas de riesgo, desventajas, carencias y déficits, por una óptica de recursos, fortalezas, potencialidades para enfrentar la adversidad y construir a partir de ella una postura positiva frente al dolor y al sufrimiento (Puig y Rubio, 2011; citado en Cortòn, 2015).

En las últimas décadas, la resiliencia está suscitando un gran interés en profesionales de distintos ámbitos de la salud y la educación. Posiblemente más que un nuevo concepto se trata de un dominio del conocimiento en el que confluyen observaciones, investigaciones y prácticas psicosociales, las cuales evidencian la capacidad del ser humano para resistir y superar las adversidades y para construirse con integridad, a pesar de haber sufrido experiencias traumáticas. La idea de la resiliencia ha reforzado una perspectiva más actual, contextual y sistémica del desarrollo humano. Afirma que una infancia infeliz, precaria y conflictiva no determina necesariamente ni conduce de forma inevitable hacia la desadaptación y

los trastornos psicológicos futuros. Frente a los determinismos biológicos y medioambientales, la perspectiva de la resiliencia destaca la complejidad de la interacción humana y el papel activo del individuo en su desarrollo. Del mismo modo, insiste en que los contextos desfavorables no afectan a todas las personas por igual y el cambio que caracteriza al ser humano también influye en la evolución de sus conflictos y trastornos (Uriarte, 2005).

Esencialmente, se podría decir que la primera generación de autores, la considera como una cualidad, un rasgo generalmente permanente en el individuo; la segunda generación entiende la resiliencia como un proceso y se centra en la interacción de los diferentes factores; y la tercera generación, asume el concepto como algo que, además de ser un proceso, es una cualidad a construir a lo largo de todo el ciclo vital (Cortòn, 2015).

Por lo ya expresado, la resiliencia es un constructo que va tomando más importancia, comprensión y evolucionando según el proceso histórico lo requiera.

#### **2.2.2.2. Modelos de resiliencia**

A lo largo de la historia se han planteado diversos enfoques teóricos de resiliencia. Trataremos de mostrar aquellas que consideramos pertinentes para la investigación;

*Modelo de la casita de Vanistendael:* desarrolla una poderosa metáfora: la casita de resiliencia. Con ella explica cómo se construye la capacidad de enfrentar la adversidad: Cimientos: las necesidades básicas y la aceptación fundamental de la persona; planta baja: la interacción cotidiana con la familia, amistades y redes de apoyo que permiten dar un sentido de la vida; primer piso, que cuenta con tres habitaciones: la autoestima y los valores, el desarrollo de aptitudes y competencias

para la vida, y el sentido del humor y creatividad; desván: otras experiencias a descubrir (Gil, 2010, p.36).

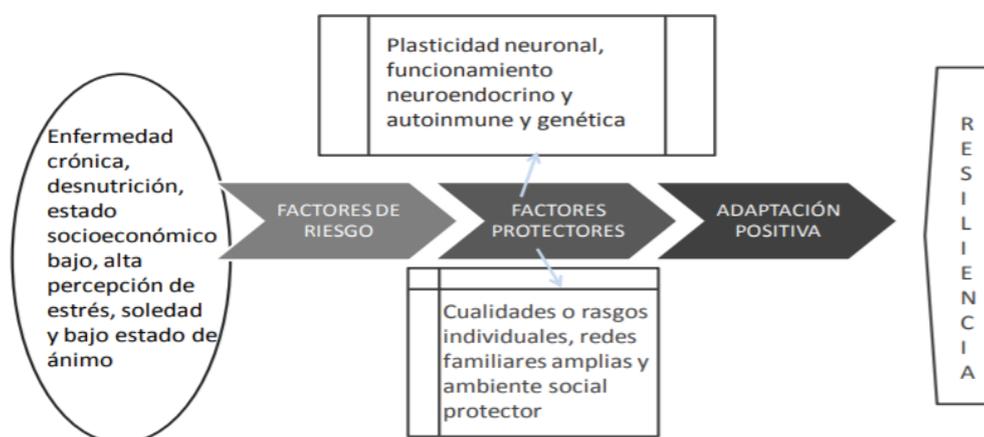
*Espiral logarítmica sobrepuesta al caparazón de un caracol Nautilus:* Este modelo propone tres tipos de energía para que funcione nuestra resiliencia; de aprendizaje, de relación y la creativa. La energía de aprendizaje, explica los diferentes procesos de cada individuo resiliente y no resiliente, como influiría en el proceso de resiliencia grupal. La energía de relación como los individuos aporta al fortalecimiento de la resiliencia comunitario. Y en la energía creativa de manera innovadora que utiliza la persona para afrontar la adversidad (Gil, 2010, p.39).

*Modelo base del mapa de resiliencia:* Esta perspectiva plantea un efecto positivo a nivel macro, ya que considera en su interacción al alumnado, profesorado, personal no docente, familias y el entorno sociocultural. Aplicarlo, influiría en los diferentes grupos desde padres y docentes resilientes y no resilientes, de modo que su implementación mejoraría a la incorporación de aprendizajes resilientes de la comunidad (Gil, 2010, p.40).

*Mándala de la resiliencia:* Wolin y Wolin (1993; citado en García-Alandete, 2016) hablan de resiliencias, en plural, más que de resiliencia, para describir los conjuntos de recursos o fortalezas personales. Este modelo habla de siete resiliencias, estas tienen procesos distintos, refiriéndose a las personas y su clasificación. Las siete resiliencias son; Introspección, independencia, capacidad de relacionarse, creatividad, iniciativa, humor y moralidad.

*Modelo de Procesos Interactivos de Rutter (1985):* El modelo explica que una persona es resiliente porque un factor estresante es contrarrestado por experiencias de compensación (...). Por ejemplo, la adversidad en la infancia (nivel

socioeconómico o conflictos personales y familiares) pueden ser compensados por la activación de los rasgos de personalidad, o de los factores contextuales y situacionales como la elección de las afiliaciones de los pares o familias resilientes. Las estrategias de intervención informadas por este modelo estarían dirigidas hacia el fomento de los recursos y fortalezas que posee el individuo o hacia creación de activos en la vida de la persona para que éstos puedan compensar la carga de la adversidad (Masten, 2001; citado en Serrano, 2012). En este sentido las características de personalidad básicas (control, desafío, compromiso, autoeficiencia o competencia personal) pueden ser activadas y/o adquiridas durante el proceso. Pasando así de la resiliencia rasgo y estática a la resiliencia estado, dinámica, flexible y activada (Serrano, 2012).



**Figura 1** Modelo de Procesos Interactivos de Rutter. (Serrano, 2012).

*Perspectiva funcionalista:* Derivado de una matriz funcionalista, y asociado a la teoría del estrés, aparece como el constructo necesario para dar cuenta de las situaciones saludables en medios insanos. Se plantean estructuras de determinación ecológicas multinivel, en donde la interacción con el ambiente –y los factores de

riesgo— por parte del “niño resiliente” estará mediada por vínculos y aspectos personales del mismo (Llobet y Wegsman, 2004, p. 145). Explica que la interacción del ambiente y los factores adversos del niño resiliente, dependerá de los vínculos y aspectos propios de su personalidad.

Como vemos en la actualidad aún no hay una sola vertiente teórica que explique el constructo. Sin embargo, el que pueda poseer diferentes líneas psicológicas es muy enriquecedor, por el solo hecho de hablar de las potencialidades del ser humano que son acciones que define a lo largo de su vida en beneficio de su mejoría a nivel social, familiar, laboral, etc.

### **2.2.2.3. Dimensiones de resiliencia**

Para nuestro estudio encontramos una gama de dimensiones de resiliencia. No obstante, mostraremos algunas que consideramos más oportunas para nuestra investigación.

En primer lugar, Polk (1997; citado en Galiana, 2015) realizó una revisión de la investigación sobre el concepto de resiliencia, y agrupó la información en torno a cuatro dimensiones o patrones; las mencionaremos a continuación:

*Patrón de disposición.* Trata de los atributos físicos y psicosociales relacionados con el ego, que facilitan la aparición de la resiliencia:

Atributos psicosociales: determinados por la reflexión psicosocial y por el sentido de sí mismo. La atención de los padres (Werner, 1986; citado en Galiana, 2015), la sensación de dominio, la autoestima (Brown y Rhodes, 1991; citado en Galiana, 2015), la confianza en uno mismo, la creencia de la auto-eficacia y la autonomía y la

autosuficiencia (Werner, 1986; citado en Galiana, 2015) están asociados positivamente con la resiliencia.

*Atributos físicos:* determinados por la genética y por la constitución física, tales como la inteligencia, la salud y el temperamento. La resiliencia está correlacionada positivamente con la inteligencia. (Werner, 1986; Brown y Rhodes, 1991; citado en Galiana, 2015), con la buena salud, apariencia física y complexión atlética (Brown y Rhodes, 1991; citado en Galiana, 2015).

*Patrón relacional:* Trata de los roles y las relaciones, e incluye tanto factores intrínsecos como extrínsecos de la red social de los individuos. Aspectos intrínsecos: Los individuos con alto grado de resiliencia poseen capacidad de persuasión para convencer a otra persona a desempeñar una acción y conseguir una experiencia o confort (Beardslee y Podorefsky, 1988; citado en Galiana, 2015), tienen facilidad para identificar y relacionarse con modelos positivos (Werner, 1986; citado en Galiana, 2015) y además tienen voluntad de buscar un confidente. Aspectos extrínsecos: Las personas que poseen altos niveles de resiliencia tienen múltiples intereses y aficiones (Beardslee, 1983; citado en Galiana, 2015), compromiso por la educación, el empleo y actividades sociales, buscan apoyo en la comunidad y tienen interacciones sociales positivas con su red de contactos.

*Patrón situacional.* Este factor trata de la capacidad de resolución de problemas, de acción para enfrentarse a las situaciones que se plantean, de evaluación realista de la capacidad de actuar y de las expectativas y consecuencias de esta acción (Beardslee y Podorefsky, 1988; citado en Galiana, 2015). Además, también contribuyen positivamente a la resiliencia la búsqueda de la novedad, la curiosidad, la exploración de la naturaleza, la flexibilidad, la perseverancia, el ingenio y el locus de control interno (Beardslee y Podorefsky, 1988; citado en Galiana, 2015).

*Patrón filosófico.* Este factor trata de las creencias personales que fomentan la resiliencia tales como que: el auto-conocimiento es bueno (la reflexión sobre uno mismo y sobre las cosas que han ocurrido fomentan este patrón) (Beardslee, 1983; Higgins, 1994; citado en Galiana, 2015), hay convencimiento que lo bueno está por llegar, la búsqueda del sentido positivo de las experiencias (Higgins, 1994; citado en Galiana, 2015), la vida es valiosa y significativa, la vida tiene un propósito, el camino de cada persona es único y es crucial mantener un equilibrio en la vida (Wagnild y Young, 1993).

En segundo lugar; “The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) (Connor y Davidson, 2003; citado en Serrano, 2012), desarrollada para la práctica clínica como medida de resiliencia. Su población objetiva está dirigida hacia Adultos” (...) Realizado por Connor y Davidson en 1999 que contiene 25 ítemes, con cinco opciones de respuesta de tipo Likert y que se agrupan en cinco dimensiones:

*Competencia personal, altos estándares y tenacidad:* Es la convicción de que se está lo suficientemente preparado para poder enfrentar cualquier situación que se presente, aunque sea imprevista. Es la convicción de que, aunque no se conozcan todas las respuestas, uno puede buscarlas y encontrarlas.

*Confianza en sí mismo, tolerancia a las situaciones negativas y el fortalecimiento de los efectos del estrés:* Se refiere al conjunto de expectativas positivas sobre uno mismo o más específicamente sobre las acciones de uno mismo, como así también a la capacidad para aceptar o sobrellevar los acontecimientos a pesar del estrés que estos traen consigo.

*Relaciones seguras y aceptación del cambio:* Se refiere a la posibilidad de establecer relaciones interpersonales con personas que brindan apoyo, confianza y permiten el

desarrollo personal. La aceptación al cambio se refiere a la posibilidad de las personas de ser flexibles para adaptarse a situaciones nuevas. *Control*: Es la capacidad de las personas para promover su bienestar, conduciéndose y actuando conforme a lo que quieren o han decidido hacer con su vida.

*Influencia espiritual*: Se refiere a la influencia positiva que la vida espiritual puede tener en las personas. (...).

Por último, (...) The Resilience Scale for Adults (RSA), elaborado por Friborg, Hjemdal, Rosenvinge y Martinussen en el año 2001. Este instrumento contiene 43 ítems, cinco opciones de respuesta de tipo Likert y cuenta con cinco dimensiones (Palomar y Gómez, 2010, p.12):

*Competencia personal*: Sentimiento de adecuación, eficiencia y competencia que tienen las personas en su afrontamiento de los retos y amenazas que, inevitablemente, se presentan en la vida de cualquier persona.

*Competencia social*: Capacidad o habilidad del sujeto para interactuar exitosamente con su ambiente y lograr la satisfacción legítima de sus necesidades, al ejercer determinada influencia sobre sus semejantes (en el sentido de ser tomado en cuenta), es una cualidad muy relacionada con la salud, el ajuste emocional y el bienestar de los individuos.

*Coherencia familiar*: Se refiere al tiempo que comparten los miembros de la familia, la lealtad que existe entre ellos y la fortaleza de los lazos familiares.

*Apoyo social*: Está referido a los vínculos existentes entre el sujeto y un conjunto definido de personas, con las cuales es factible el intercambio de comunicación, solidaridad y confianza.

*Estructura personal:* Se entiende como las reglas y las actividades que llevan a cabo las personas y que les facilitan tener organización y orden en su vida

#### **2.2.2.4. Resiliencia en Jóvenes**

Se sabe que no todos los adolescentes y jóvenes corren los mismos riesgos, unos están más expuestos que otros a las limitaciones y adversidades que pueden impedirles llegar a ser adultos responsables y productivos. La magnitud del riesgo en adolescentes y jóvenes depende de la intensidad del compromiso de la conducta, del número de otras conductas de riesgo asociadas, de la manera en que se constituyen en estilos de vida, de la edad de inicio de la conducta y del grado de combinación con conductas protectoras. Desde la perspectiva familiar e incluso de grupos adultos de la sociedad, la adolescencia rompe esquemas o interpreta realidades de modo diferente, por lo que este segundo nacimiento no despierta simpatía. El “adultocentrismo”, acompañado por un reconocimiento peyorativo del periodo adolescente es una adversidad insidiosa, que facilita la construcción de la identidad negativa, la desesperanza y una autoafirmación en el riesgo y la transgresión, que generalmente, se lo asocia y estigmatiza con lo negativo: violencia, drogas, embarazos, bandas juveniles, segmento poblacional problemático, deficitario y vulnerable. La estigmatización del periodo adolescente no favorece la resiliencia, haciendo que las capacidades resilientes se bloqueen, se obstaculicen y se impida su expresión. La evaluación sesgada de los jóvenes sin compararlos con parámetros adultos, como reporta un artículo del Intimes sobre muertes por consumo de drogas e ITS, los adultos tenían índices peores que los jóvenes (Males 1995; citado en Guillen, 2005, p.42), incluso problemas compartidos por toda la población se señalan como típicos de la adolescencia a la que se la trata como una especie de chivo

expiatorio de las debilidades sociales; la internalización juvenil de estas asunciones devaluantes puede ser un “boomerang”. La invisibilidad, la exclusión y la estigmatización no favorecen el desarrollo de la resiliencia contribuyen, más bien, a que la identidad se construya de modo confuso, incompleto, parcial, con sentimientos de desvalorización personal, haciendo su vulnerabilidad mayor y la propensión a adoptar conductas riesgosas para satisfacer la deprivación a cualquier costo. La necesidad juvenil de ser reconocido como alguien, lleva a preferir ser alguien temido o detestado que ser nadie, generándose riesgos severos. La influencia negativa de pares, factores de la personalidad, conducta antisocial y baja autoestima bloquean la resiliencia (Guillen, 2005, p.42).

Según Cortón (2005) *Factores predictores de procesos resilientes en jóvenes universitarios*, en los diferentes análisis realizados (correlaciones, comparación de medias, análisis de varianza y análisis de regresión), indican como factores relevantes en el proceso resiliente: el número de actividades realizadas, la situación sentimental, el área de conocimiento, el escuchar música, las horas dedicadas a escribir, el compatibilizar trabajo y estudios, el practicar deporte y la frecuencia de ver a la familia.

Por otro lado, “las mujeres resultaron más resilientes que los hombres, así como los solteros y quienes viven junto a sus familias” (Álvarez y Cáceres, 2010, p.37).

Por lo expuesto, podemos decir que la población juvenil cuenta con una suerte de vulnerabilidad, por los factores de áreas familiar, estudios, laboral y otros. Esto pudiera solidificar sus fortalezas personales a favor de la resiliencia que podrían poseer algunos.

### 2.2.2.5. Felicidad y Resiliencia

En este apartado encontraremos teoría que sustenta el vínculo cercano entre los constructos, resiliencia y felicidad.

“Se ha constatado que los afectos positivos aumentan la resiliencia y la capacidad para superar situaciones adversas” (Fredrickson y Joiner, 2002; citado en Galiana, 2015).

Omar (2006; citado en Silva y Gárate, 2015) encontró una relación significativa entre los constructos de resiliencia y bienestar subjetivo; asimismo, determinó una relación entre las perspectivas de futuro con el bienestar subjetivo y la resiliencia. Sus resultados indican correlaciones positivas entre los factores de resiliencia y factores de bienestar subjetivo, interpretando que el apoyo emocional dentro del hogar y los intercambios sociales positivos (es decir nuestras relaciones familiares y sociales) influyen sobre la autodeterminación y la capacidad de afrontar situaciones sociales.

Valdez-Medina (2013; citado en Silva y Gárate, 2015) realizó un estudio retrospectivo con adolescentes para identificar los niveles de resiliencia y su relación con la felicidad, reportando una relación positiva entre las variables resiliencia y felicidad. Concluyó que los hechos negativos activan la resiliencia, mientras que los positivos la favorecen y refuerzan. En esta investigación se utilizó la Escala de Felicidad de Lima.

El hecho de realizar una evaluación del optimismo a estas edades, resulta ser un indicador de resiliencia, puesto que en la medida de que los adolescentes posean mayor optimismo Ciencias Humanas y de la Conducta tienden a salir fortalecidos y

a encontrar beneficios en situaciones estresantes. (Seligman, 2006b, citado en González, López y Valdez, 2012).

Para el estudio de nuestra investigación es importante recalcar que la felicidad puede comprender algunas características tales como; los afectos positivos, bienestar subjetivo y optimismo, los mismos que han sido vinculados con resiliencia en este apartado.

## **2.3. Marco conceptual**

### **2.3.1. Felicidad:**

“Es un estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien deseado” (Alarcón, 2016, p. 137).

*Las Cuatro Dimensiones de la Felicidad* de la escala factorial han logrado identificar cuatro factores subyacentes tras el constructo felicidad, esto puede interpretarse en el sentido que la felicidad, según la definición operacional y la Escala construida para medirla, es un comportamiento complejo, los ítems que la miden no se articulan en torno a un único factor, más bien está integrada por cuatro dimensiones claramente distinguibles según Alarcón, (2009). Las dimensiones son:

*Sentido positivo de la vida:* Expresar satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que esta donde tiene que estar, o porque se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida.

*Realización personal:* El contenido de estos reactivos expresan lo que podríamos llamar felicidad plena, y no estados temporales del “estar feliz”.

*Satisfacción con la vida:* Esta sección hace referencia a la satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que se encuentra muy cerca del ideal de su vida.

*Alegría de vivir*: Refiere a lo maravilloso que es vivir y las experiencias positivas de la vida. En pocas palabras sentirse generalmente bien.

### **2.3.2. Resiliencia:**

La resiliencia desde la perspectiva de las ciencias (Huitzil y Morelos, s.f.); Ciencias Sociales (psicología, sociología, antropología): Capacidad que posee todo ser de sobreponerse de cualquier dificultad u obstáculo que se les presente en la vida sin ser debilitado por ello, sino al contrario, ser fortalecido por ello.

Mencionaremos las *dimensiones de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young* (Salgado, 2005, p.44):

*Ecuanimidad*: Considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia y "esperar tranquilo" y, tomar las cosas como vengan; por ende, se moderan las respuestas extremas ante la adversidad.

*Perseverancia*: Está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo, permanecer involucrado y de practicar la autodisciplina.

*Confianza en sí mismo*: Es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender de uno mismo y reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.

*Satisfacción personal*: Está referida al comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.

*Sentirse bien solo:* Referida a la comprensión de que la senda de vida de cada persona es única mientras que se comparten algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.

## **CAPÍTULO III**

### **HIPÓTESIS**

#### **3.1. Hipótesis General**

H.G El nivel de felicidad se relaciona significativamente con el nivel resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

#### **3.2. Hipótesis Específicas**

H.e 1 El sentido positivo de la vida se relaciona significativamente con el nivel resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

H.e 2 La satisfacción con la vida se relaciona significativamente con el nivel resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

H.e 3 La realización personal se relaciona significativamente con el nivel resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

H.e 4 La alegría de vivir se relaciona significativamente con el nivel resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

### **3.3. Variables**

V1. Felicidad

V2. Resiliencia

### 3.3.1. Operacionalización de variables

**Tabla 1**

*Operacionalización de la variable 1: Felicidad*

| N° de Variables | Variables                                                                                                                                                                                                             | Dimensiones                 | Indicadores                                                                                                                                                                                         |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Variable 1      | Felicidad<br><br>Se refiere al estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo, se define generalmente por la medida de la satisfacción en la vida (Alarcón, 2016, p. 137). | Sentido positivo de la vida | Encuentra sentido a su existencia.<br>Mantiene la tranquilidad a pesar de los problemas.<br>Se siente conforme con lo que es.<br>Encuentra el lado positivo de sus experiencias.<br>Se siente útil. |
|                 |                                                                                                                                                                                                                       | Satisfacción con la vida    | Siente satisfacción con su vida.<br>Siente que está dónde tiene que estar.<br>Se siente satisfecho con lo que es.<br>Siente que la vida le ha sido favorable.                                       |
|                 |                                                                                                                                                                                                                       | Realización personal        | Se considera una persona realizada.<br>Se siente satisfecho con lo que ha alcanzado.<br>Siente su vida plácida.<br>Siente que ha conseguido cosas importantes.                                      |
|                 |                                                                                                                                                                                                                       | Alegría de vivir            | Es una persona optimista.<br>Experimenta la alegría de vivir.<br>Se siente bien.                                                                                                                    |

**Tabla 2***Operacionalización de la variable 2: Resiliencia*

| N° de Variables | Variables                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Dimensiones           | Indicadores                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Variable 2      | Resiliencia                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Ecuanimidad           | Modera sus actitudes ante la adversidad.<br>Toma decisiones tranquilamente.                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                 | Resiliencia                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                       |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                 | Es la capacidad de prevalecer, crecer, ser fuerte y hasta triunfar a pesar de las adversidades. Caracteriza a aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos (Rutter 1993; citado por Salgado, 2005, p.41). | Sentirse bien solo    |                                                                                                                                                                          | Puede estar solo si es necesario.<br>Confía en sus propios recursos.<br>Puede ver una situación de varias maneras.                                                                                                                                                                      |
|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Confianza en sí mismo |                                                                                                                                                                          | Se siente satisfecho por sus propios logros.<br>Confía para manejar varias cosas al mismo tiempo.<br>Maneja dificultades experimentadas anteriormente.<br>Cree en sí mismo.<br>Es una persona en quien se puede confiar en una emergencia.<br>Es enérgico para hacer lo que se propone. |
|                 | Perseverancia                                                                                                                                                                                                                                                                                |                       | Realiza lo planeado.<br>Mantiene el interés en las cosas que realiza.<br>Presenta autodisciplina.<br>Encuentra la solución cuando se encuentra en una situación difícil. |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Satisfacción          | Busca motivos para reír.                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

---

Encuentra significado a su vida.  
Tiene tolerancia a la frustración.  
Acepta que no puede agradarle a todos.

---

### **3.3.2. Definición conceptual de felicidad**

“Se refiere al estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo, se define generalmente por la medida de la satisfacción en la vida” (Alarcón, 2016, p. 137).

### **3.3.3. Definición conceptual de resiliencia**

Para Rutter (1993; citado en Salgado, 2005, p.41), resiliencia es la capacidad de prevalecer, crecer, ser fuerte y hasta triunfar a pesar de las adversidades. Caracteriza a aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos.

## **CAPÍTULO IV**

### **METODOLOGÍA**

#### **4.1. Método de investigación**

El método usado es el hipotético-deductivo. Que deriva del paradigma positivista. En donde el investigador trata de falsar las hipótesis existentes por medio de la contrastación empírica (Hernández, 2008).

El método hipotético-deductivo es el camino lógico para buscar la solución a los problemas que nos planteamos. Consiste en emitir hipótesis acerca de las posibles soluciones al problema planteado y en comprobar con los datos disponibles si estos están de acuerdo con aquéllas (Cegarra, 2004, p. 82).

## **4.2. Tipo de investigación**

“El tipo de investigación es aplicada, la cual se caracteriza por su interés en la aplicación de los conocimientos teóricos a determinada situación y las consecuencias prácticas que de ellas se deriven” (Sánchez y Reyes, 2009, p.73).

## **4.3. Nivel de investigación**

De acuerdo al alcance del estudio, ésta se enmarca en el nivel de investigación correlacional.

Este tipo de estudio tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular.

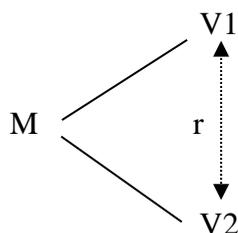
Los estudios correlacionales, al evaluar el grado de asociación entre dos o más variables, miden cada una de ellas (presuntamente relacionadas) y, después, cuantifican y analizan la vinculación. Tales correlaciones se sustentan en hipótesis sometidas a prueba.

“La utilidad principal de los estudios correlacionales es saber cómo se puede comportar un concepto o una variable al conocer el comportamiento de otras variables vinculadas” (Hernández, Fernández y Baptista, 2010, p. 82).

## **4.4. Diseño de la investigación**

El estudio responde a un diseño no experimental, correlacional, transversal, puesto que se realiza sin manipular en forma deliberada ninguna variable. “Se observan los hechos tal y como se presentan en su contexto real y en un tiempo determinado (...), para luego analizarlos. Por lo tanto, en este diseño no se construye una situación específica si no que se observan las que existen” (Palella y Martins, 2012, p. 87).

Responde al siguiente esquema:



Dónde:

M = Muestra representativa

V1, V2 = Variables de estudio

r = Nivel de relación entre las variables

## 4.5. Población y muestra

### 4.5.1. Población

Estuvo conformada por 57 alumnos de psicología del 1er y 2do ciclo de UPLA Filial – Lima.

### 4.5.2. Muestra

La muestra estuvo conformada por 52 alumnos de psicología del 1er y 2do ciclo de UPLA Filial – Lima, 2018. Se descartaron cinco casos por cumplir el criterio de exclusión.

Para la presente investigación se establecieron criterios de inclusión y exclusión. Al respecto Álvarez (1996, p. 122) refiere que son criterios que deben fijarse claramente en cualquier trabajo científico, aunque haya un solo investigador. Considerando que, aunque los participantes cumplan con los criterios de inclusión hay ocasiones en que no es aconsejable incluir algunos casos porque pueden alterar los resultados del estudio e inducir al error. Para estos casos excepcionales se fijan los criterios de exclusión.

Por lo tanto, se establecieron los siguientes criterios de inclusión:

- Ciclo académico: Se consideró a aquellos alumnos que se encontraban matriculados en el 1° y 2° ciclo durante el semestre 2018-2 (estudiantes activos).
- Participación: Se consideró a aquellos alumnos cuya participación en la investigación fue de manera voluntaria (consentimiento informado).

Asimismo, se estableció el siguiente criterio de exclusión:

- Registro de respuestas: No se consideraron a aquellos alumnos que dejaron ítems sin responder o que marcaron más de una alternativa en un solo ítem, en alguno de los instrumentos de medida. Se descartaron cinco casos por cumplir este criterio.

### **Tabla 3**

*Muestra conformada por alumnos de la carrera de psicología del 1er y 2do ciclo de UPLA Filial – Lima, 2018.*

| Carrera    | Estudiantes de 1er y 2do ciclo | %   |
|------------|--------------------------------|-----|
| Psicología | 52                             | 100 |
| Total      | 52                             | 100 |

#### **4.5.3. Tipo de muestreo**

La muestra se seleccionó a través de un muestreo censal, que según Hayes (1999 p. 83), consiste en la “selección de todos los casos de la población”. De acuerdo a la coordinación previa con la UPLA.

## **4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

### **4.6.1. Técnica**

Encuesta: Es una técnica destinada a obtener datos de varias personas cuyas opiniones interesan al investigador. (...) se utiliza un listado de preguntas escritas que se entregan a los sujetos quienes, en forma anónima, las responden por escrito.

Es una técnica aplicable a sectores amplios del universo, de manera mucho más económica que mediante entrevistas individuales (Palella y Martins, 2012, p. 123).

De acuerdo a Hurtado de Barrera (2010) “Los instrumentos propios de la técnica de encuesta son el cuestionario, la escala y los tests”.

### **4.6.2. Instrumento**

Test: Puede definirse un test como una medida precisa y tipificada de un evento relacionado con aspectos psicológicos o sociales. Esto implica que el test debe medir la cualidad o característica que pretende medir (validez). Debe ser confiable, pues dadas las mismas condiciones y al aplicar en varias oportunidades el test a las mismas personas, deben obtenerse los mismos resultados. Debe tener normas, es decir, un patrón de ejecución tipificado en una muestra, con el cual puedan ser comparados e interpretados los puntajes obtenidos por los examinados. Debe haber el máximo control posible por parte del examinador en la situación de aplicación del test (Hurtado de Barrera, 2010, p. 896).

## Escala de la felicidad

- **Nombre:** Escala Factorial Para Medir la Felicidad
- **Autor:** Reynaldo Alarcón
- **Origen:** Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú
- **Duración:** Aproximadamente de 25 a 30 minutos
- **Administración:** Individual o Colectiva.
- **Aplicación:** Adultos.
- **Fuente:** Interamerican Journal Of Psychology
- **N° de ítems:** 27 contruidos según una escala tipo Likert, de cinco alternativas: Totalmente de acuerdo; Acuerdo; Ni acuerdo Ni desacuerdo; Desacuerdo; y Totalmente en desacuerdo.
- **Factores identificados:** 1. Sentido positivo de la vida; 2. Satisfacción con la vida; 3. Realización personal, y 4. Alegría de vivir.
- **Baremos y Normas:** Provisionales, construido a partir de los criterios de puntajes máximo y mínimos.
- **Reynaldo Alarcón:** Profesor de Investigación de la Universidad Ricardo Palma.
- **Confiabilidad:** Coeficientes Alfa de Cronbach. Todos los valores Alfa son altamente significativos, su rango va de .909 a .915. La escala total presenta, asimismo, una elevada consistencia interna ( $\alpha=.916$ , basada en ítems estandarizados).
- **Validez:** la escala presenta validez concurrente. Además, de validez de constructo mediante el análisis factorial. El análisis de componentes principales identifico cuatro componentes. Los mismos que sumados explican el 49.79% de la varianza total.

### Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER)

- **Nombre:** Escala de Resiliencia
- **Autores:** Wagnild G. y Young, H. (1993)
- **Procedencia:** Estados Unidos.
- **Adaptación Peruana:** Novella (2002)
- **Administración:** Individual o Colectiva.
- **Duración:** Aproximadamente de 25 a 30 minutos
- **Aplicación:** Para adolescentes y adultos.
- **Significación:** La escala evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia y Satisfacción. Asimismo, considera una escala total.

**Confiabilidad:** El año 2004 se realiza una adaptación de la Escala de Resiliencia por un grupo de profesionales de la facultad de psicología Educativa de la UNMSM realizada en una muestra de 400 estudiantes varones y mujeres entre 13 a 18 años de edad de tercer año de secundaria de la UGEL 03, obteniéndose una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.83.

- **Validez:** Se realizó la validez de criterio mediante la validez concurrente donde se demuestra por los altos índices de correlación de la Escala de Resiliencia. Se encontraron correlaciones altas con mediciones de constructos vinculados con la resiliencia como: Depresión, con  $r = -0.36$ , satisfacción de vida,  $r = 0.59$ ; moral,  $r = 0.54$ ; salud,  $r = 0.50$ ; autoestima,  $r = 0.57$ ; y percepción al estrés,  $r = -0.67$ . Además, se realizó la validez de constructo, mediante el análisis factorial para valorar la estructura interna del cuestionario, con la técnica de componentes principales y

rotación *oblina*, que nos mostró 5 factores que no están correlacionados entre sí (Wagnild y Young, 1993).

#### a. Criterios de confiabilidad y validez de los instrumentos utilizados

Para el uso e interpretación de los resultados obtenidos por los instrumentos de medición es necesario verificar sus propiedades de confiabilidad y validez, además de su baremación. Algunos autores como; Meneses, Barrios, Bonillo, Cosculluela, Lozano, Turbany y Valero (2013), refieren que la fiabilidad es aquella propiedad que valora la consistencia y precisión de la medida. Así también, la validez de los instrumentos de medición tiene que ver con lo que miden y con qué tan bien lo hacen; nos indican qué se puede inferir a partir de sus resultados (...).

Por lo mencionado, la confiabilidad se halló mediante la consistencia interna con la prueba alfa de cronbach.

**Tabla 4**

*Criterios de fiabilidad*

| Rangos            | Toma de decisiones sobre individuos | Descripción de grupos feedback a un grupo | Investigación teórica; investigación en general |
|-------------------|-------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 0.85 o mayor      | Sí                                  | Sí                                        | Sí                                              |
| Entre 0.60 y 0.85 | Cuestionable                        | Sí                                        | Sí                                              |
| Inferior a 0.60   | No                                  | Cuestionable                              | Sí, cuestionable                                |

La tabla 4 muestra los criterios que se usaron de referencia para valorar la fiabilidad. Se puede observar que la valoración o exigencia de la fiabilidad varía de acuerdo a los objetivos del evaluador. En el presente estudio se usó el criterio de investigación en general, siendo la más pertinente en este caso.

Para la validez de los instrumentos se recurrió al método del criterio de jueces, siendo la modalidad más común para realizar la validez de contenido, consiste en solicitar la aprobación o desaprobación de la pertinencia de los ítems en el instrumento elaborado por parte de varios jueces, cuyo número puede variar de acuerdo al requerimiento del autor del instrumento (Escrura, 1988). En este caso participaron cinco profesionales de psicología entendidos en la temática de la investigación. Siendo los siguientes:

1. Dra. Boluarte Carbajal, Alicia
2. Mg. Freyre Lira, Delma
3. Mg. Salazar Intusca, Sixto
4. Lic. Reyna Pacheco, Sandra
5. Lic. Barrientos García, César

Se les facilitó la carta de presentación, los instrumentos, y el formato de validación (Ver anexo 7)

Para evaluar el consenso de los jueces, se cuantificó los resultados a través del análisis estadístico de la prueba del coeficiente V de Aiken.

Es un coeficiente que se computa como la razón de un dato obtenido sobre la suma máxima de la diferencia de los valores posibles. Puede ser calculado sobre las valoraciones de un conjunto de jueces con relación a un ítem o como las valoraciones de un juez respecto a un grupo de ítem. “(...) Este coeficiente puede obtener valores entre 0 y 1, a medida que sea más elevado el valor computado, el ítem tendrá una mayor validez de contenido” (Escrura, 1988).

Fórmula del coeficiente V de Aiken (Merino y Livia, 2009).

$$V = \frac{\bar{X} - l}{k}$$

Donde:

$\bar{X}$  = Media de las calificaciones de los jueces en la muestra

$l$  = Calificación más baja posible

$k$  = Rango de los valores posibles de la escala Likert utilizada

Fórmula para calcular los intervalos de confianza:

Ecuación para el límite inferior del intervalo

$$L = \frac{2nkV + z^2 - z\sqrt{4nkV(1-V) + z^2}}{2(nk + z^2)}$$

Ecuación para el límite superior del intervalo

$$U = \frac{2nkV + z^2 + z\sqrt{4nkV(1-V) + z^2}}{2(nk + z^2)}$$

L = límite inferior del intervalo

U = límite superior del intervalo

Z = valor en distribución normal estándar

V = V de Aiken

n = número de jueces

Por lo tanto, si un ítem con un V de Aiken cuyo límite inferior de su intervalo de confianza supera a 0.50 es admitido como válido aceptable.

## **b. Confiabilidad y validez de las escalas de Resiliencia y Felicidad**

### *Confiabilidad de la escala de Resiliencia*

El anexo 5 muestra los resultados de la confiabilidad de la escala de *Resiliencia*. Se puede apreciar también la confiabilidad obtenida por Novella en el 2002; tal como se observa, en la presente investigación se obtuvo el mismo valor (0.80). Este resultado indica que los datos hallados por el cuestionario cuentan con una adecuada precisión; es decir, es fiable.

### *Confiabilidad de la escala de Felicidad*

El anexo 5 muestra los resultados de la confiabilidad de la escala de *Felicidad*. Se puede apreciar también la confiabilidad obtenida por Alarcón en el 2009; tal como se observa, en la presente investigación se obtuvo resultados semejantes en las cuatro dimensiones, cuyos valores oscilan en un rango aceptable (0.62 – 0.88). Estos resultados indican que los datos hallados por el cuestionario cuentan con una adecuada precisión; es decir, es fiable.

### *Validez de los cuestionarios de Felicidad y Resiliencia*

El anexo 6 muestra los resultados de la validez de contenido del cuestionario de *Resiliencia y Felicidad*. Se observa que los instrumentos fueron valorados por cinco jueces expertos, obteniéndose valores del V de Aiken cercanos a uno (0.73 – 0.95), hallándose además intervalos de confianza cuyos límites inferiores superan el 0.50. Por lo tanto, estos resultados evidencian que los instrumentos miden adecuadamente lo que pretenden medir.

## **4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

### **4.7.1. Procesamiento de los datos**

Se procedió a realizar los trámites pertinentes para acceder a la población de estudio. Por lo tanto, se presentó el proyecto de investigación a las autoridades de la facultad de Psicología de UPLA - Filial Lima para que lo evalúen y así se obtuvo la aprobación para realizar el estudio propuesto.

La recolección de los datos se realizó de acuerdo a los días y horarios que dispuso la universidad. Antes de la administración de los instrumentos se explicó a los participantes sobre la investigación a realizar, informándoles que la participación es voluntaria, así como lo reporta el documento denominado “Consentimiento informado”. Una vez convenida la conformidad de los participantes. Se procedió con la administración de los instrumentos, esta se realizó de forma colectiva, y tuvo una duración de aproximadamente 1 hora.

Luego de la administración de los instrumentos se descartó cinco de las pruebas que no cumplieron con las condiciones requeridas (más de una marca en los ítems o ítems sin responder). Asimismo, se procedió a sistematizar las respuestas obtenidas en una hoja de MS Excel, una vez creada la base de datos se realizó su control de calidad para comprobar que los datos ingresados son correctos. Con los datos pertinentes se procesaron en el software estadístico SPSS v.24. Para el reporte de resultados con la obtención de las medias, frecuencias, desviaciones estándar y percentiles, se hará uso de la estadística descriptiva. Así también, para el reporte del contraste de hipótesis se recurrió a la estadística inferencial.

#### **4.7.2. Análisis de datos**

Las hipótesis planteadas se probaron a través de la estadística inferencial, considerándose un nivel de significación de 5%. Se usaron las puntuaciones directas de las escalas, es decir se trabajó con un nivel de medición ordinal. Por lo tanto, se usó la prueba estadística no paramétrica de Spearman para conocer la correlación de las variables estudiadas. Se realizaron además figuras de dispersión con las variables para conocer su tendencia de relación. Posteriormente se procedió a contrastar el p-valor obtenido con el nivel de significación para aceptar o rechazar las hipótesis planteadas.

#### **4.8. Aspectos éticos de la investigación**

- a) Se consideró a plenitud la dignidad humana a favor del bienestar de los estudiantes participantes en la investigación, no estarán expuestos a daños físicos y/o psicológicos.
- b) Se brindó un consentimiento informado a los estudiantes participantes con información completa, clara y sin engaños. Asimismo, tuvieron plena libertad para decidir su participación en la investigación. Se respetó la privacidad y confidencialidad de la información obtenida, del mismo modo la información se utilizó exclusivamente para el estudio.
- c) Al utilizar las ideas de otros autores se realizaron las citas correspondientes, evitando la manipulación inapropiada de la información.

#### **4.9. Limitaciones**

Al ser una evaluación colectiva y respetar el anonimato de los estudiantes participantes, se corre el riesgo que algunas pruebas puedan estar incompletas, lo cual afectaría el número inicial de la muestra.

Debido al tamaño de la muestra los resultados no podrán ser generalizados a otras poblaciones.

## CAPÍTULO V

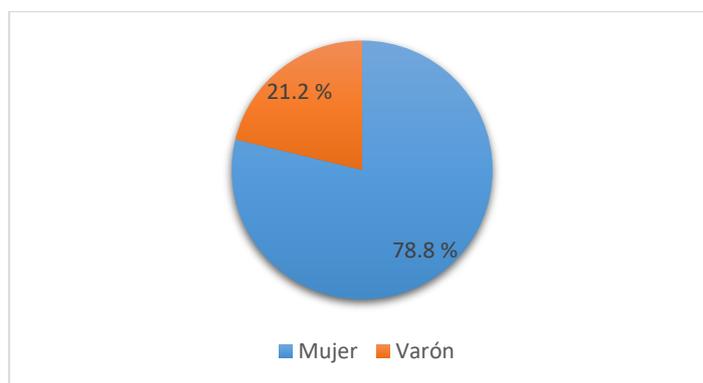
### RESULTADOS

#### 5.1. Descripción de resultados

**Tabla 5**

*Distribución de la muestra según su sexo en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Sexo  | F  | %    |
|-------|----|------|
| Mujer | 41 | 78.8 |
| Varón | 11 | 21.2 |
| Total | 52 | 100  |



**Figura 2** Distribución de la muestra según su sexo en alumnos de una universidad privada limeña

**Interpretación:** En la Tabla 5 y Figura 2 se observa que de los 52 alumnos que conformaron la muestra de estudio el 78.8 % fueron mujeres, mientras que el 21.2 % eran varones.

**Tabla 6**

*Distribución de la muestra según su edad en alumnos de una universidad privada limeña.*

*Primera parte.*

| Edad  | F  | %    |
|-------|----|------|
| 18    | 2  | 3.8  |
| 19    | 2  | 3.8  |
| 20    | 6  | 11.5 |
| 21    | 9  | 17.3 |
| 22    | 9  | 17.3 |
| 23    | 5  | 9.6  |
| 24    | 3  | 5.8  |
| 25    | 1  | 1.9  |
| 26    | 3  | 5.8  |
| 27    | 2  | 3.8  |
| 29    | 1  | 1.9  |
| 31    | 1  | 1.9  |
| 32    | 1  | 1.9  |
| 35    | 1  | 1.9  |
| 36    | 2  | 3.8  |
| 37    | 2  | 3.8  |
| 41    | 1  | 1.9  |
| 42    | 1  | 1.9  |
| Total | 52 | 100  |

**Tabla 7**

*Distribución de la muestra según su edad en alumnos de una universidad privada limeña.*

*Segunda parte.*

| Media | Moda    | Desviación estándar | Mínimo | Máximo | Total |
|-------|---------|---------------------|--------|--------|-------|
| 24.63 | 21 – 22 | 6.02                | 18     | 42     | 52    |

### 5.1.1. Distribución de la muestra según el nivel obtenido

Para obtención de los niveles obtenidos por los evaluados se transformó los puntajes directos a percentiles. Los percentiles son valores de la variable que dejan por debajo distintos porcentajes de casos (Bologna, 2012, p.87). De esta manera se hizo posible identificar los puntos de corte, como: nivel bajo, nivel promedio y nivel alto.

La puntuación directa de una persona en un test no es directamente interpretable si no la referimos (...) al rendimiento de las restantes personas que comparten el grupo normativo. De una u otra forma, los baremos consisten en asignar a cada posible puntuación directa un valor numérico (en una determinada escala) que informa sobre la posición que ocupa la puntuación directa (y por tanto la persona que la obtiene) en relación con los que obtienen las personas que integran el grupo normativo donde se bareman las pruebas (Abad, Garrido, Olea y Ponsoda, 2006, p.12).

**Tabla 8**

*Equivalencia entre el rango percentil y su categoría correspondiente.*

| Rango Percentil | Categoría |
|-----------------|-----------|
| 1 – 24          | Bajo      |
| 25 – 74         | Promedio  |
| 75 a más        | Alto      |

**Tabla 9**

*Baremo del nivel de felicidad en alumnos de psicología de una universidad privada limeña.*

| Rango percentil | Sentido positivo de la vida (PD) | Satisfacción con la vida(PD) | Realización personal(PD) | Alegría de vivir (PD) | Felicidad (PD) |
|-----------------|----------------------------------|------------------------------|--------------------------|-----------------------|----------------|
| < 25            | <43                              | <22                          | <20                      | <16                   | <101           |
| 26 – 74         | 43-52                            | 22-26                        | 20-25                    | 16-19                 | 101-119        |
| >75             | >52                              | >26                          | >25                      | >19                   | >119           |

**Tabla 10**

*Baremo de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Rango percentil | Puntuación directa |
|-----------------|--------------------|
| < 25            | < 130              |
| 26 – 74         | 130 – 148          |
| >75             | > 148              |

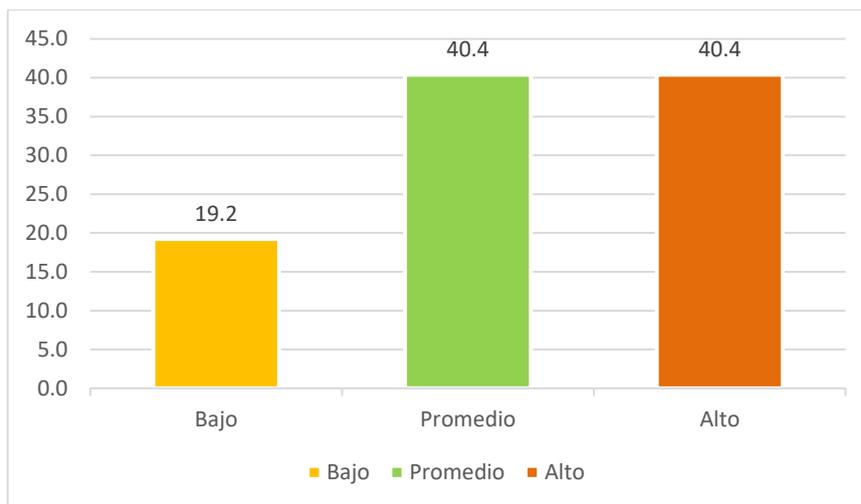
La tabla 9 y 10 muestra los baremos locales de las variables *felicidad* y *resiliencia*, se puede identificar los rangos de las puntuaciones directas y sus equivalentes rangos en percentil.

### 5.1.2. Distribución de los niveles obtenidos en la variable Resiliencia

**Tabla 11**

*Distribución de los niveles de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Nivel    | F  | %    | $\bar{x}$ |
|----------|----|------|-----------|
| Bajo     | 10 | 19.2 |           |
| Promedio | 21 | 40.4 | 138.4     |
| Alto     | 21 | 40.4 |           |
| Total    | 52 | 100  |           |



**Figura 3** Distribución de los niveles de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña

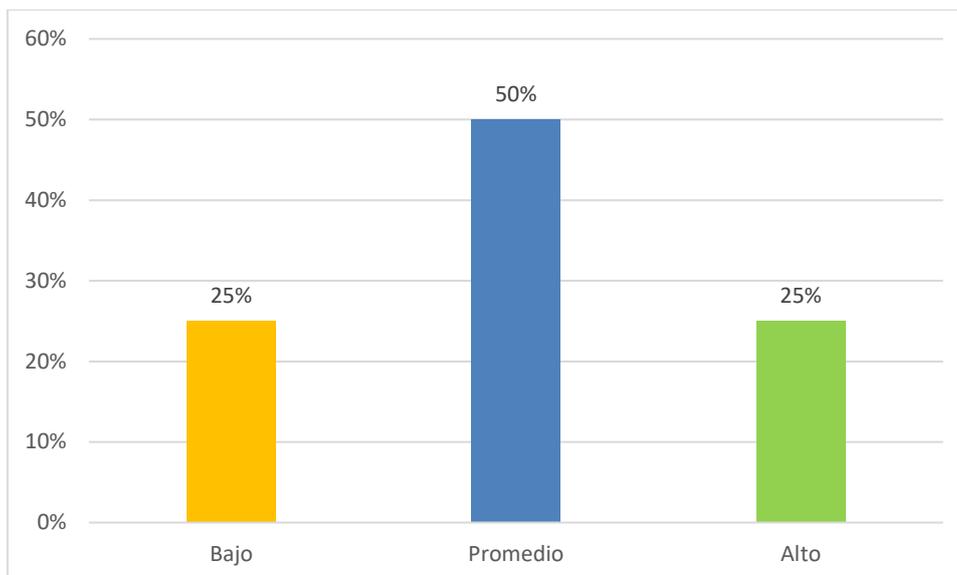
**Interpretación:** Se observa en los resultados de la variable resiliencia en una universidad privada limeña. Que la muestra de 52 estudiantes: 21(40.4%) representan el nivel promedio, otros 21(40.4%) se ubican en el nivel alto y 10 (19.2%) se encuentran en el nivel bajo. Vemos también que, de acuerdo a la media aritmética de las puntuaciones (138.4) obtenidas, la muestra se encuentra en un nivel promedio.

### 5.1.3. Distribución de los niveles obtenidos en la variable felicidad

**Tabla 12**

*Distribución de los niveles de felicidad en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Nivel    | F  | %   | $\bar{x}$ |
|----------|----|-----|-----------|
| Bajo     | 13 | 25  |           |
| Promedio | 26 | 50  | 110.02    |
| Alto     | 13 | 25  |           |
| Total    | 52 | 100 |           |



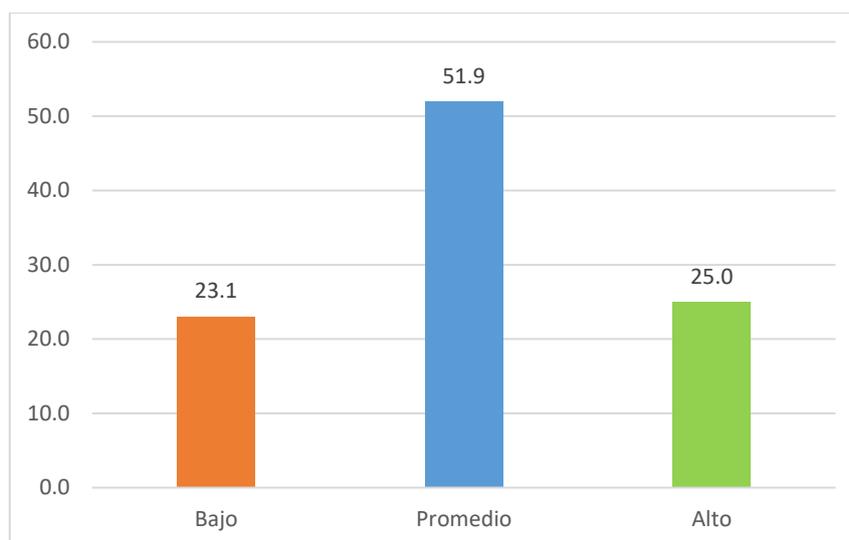
**Figura 4** Distribución de los niveles de felicidad en alumnos de una universidad privada limeña.

**Interpretación:** Se observa en los resultados de la variable felicidad en alumnos de una universidad privada limeña. Que la muestra de 52 estudiantes: 26(50%) representan el nivel promedio, otros 13 (25%) se ubican en el nivel alto y 13 (25%) se encuentran en el nivel bajo. Vemos también que, de acuerdo a la media aritmética de las puntuaciones (110.02) obtenidas, la muestra se encuentra en un nivel promedio.

**Tabla 13**

*Distribución de los niveles de la dimensión sentido positivo de la vida en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Nivel    | F  | %    | $\bar{x}$ |
|----------|----|------|-----------|
| Bajo     | 12 | 23.1 |           |
| Promedio | 27 | 51.9 | 46.77     |
| Alto     | 13 | 25.0 |           |
| Total    | 52 | 100  |           |



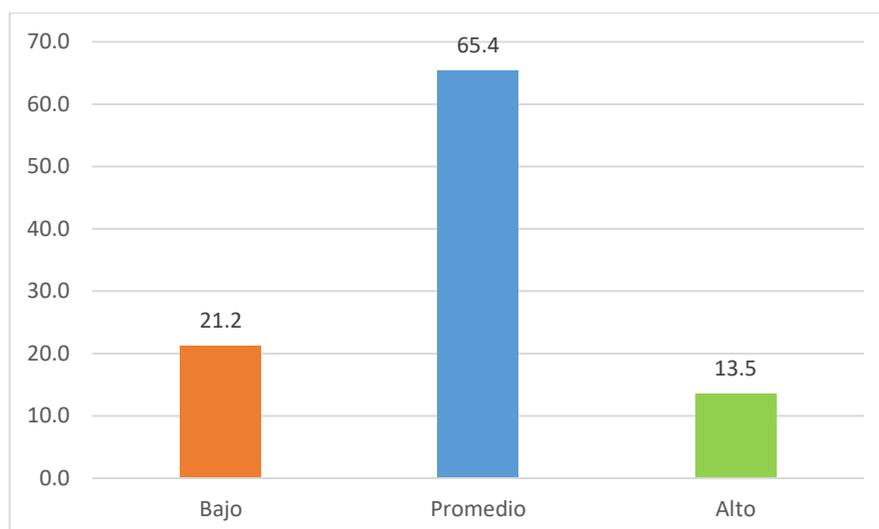
**Figura 5** Distribución de los niveles de la dimensión sentido positivo de la vida en alumnos de una universidad privada limeña.

**Interpretación:** Se observa en los resultados de la variable sentido positivo de la vida en alumnos de una universidad privada limeña. Que la muestra de 52 estudiantes: 27(51.9%) representan el nivel promedio, otros 13 (25%) se ubican en el nivel alto y 12 (23.1%) se encuentran en el nivel bajo. Vemos también que, de acuerdo a la media aritmética de las puntuaciones (46.77) obtenidas, la muestra se encuentra en un nivel promedio.

**Tabla 14**

*Distribución de los niveles de la dimensión satisfacción con la vida en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Nivel    | F  | %    | $\bar{x}$ |
|----------|----|------|-----------|
| Bajo     | 11 | 21.2 |           |
| Promedio | 34 | 65.4 | 23.79     |
| Alto     | 7  | 13.5 |           |
| Total    | 52 | 100  |           |



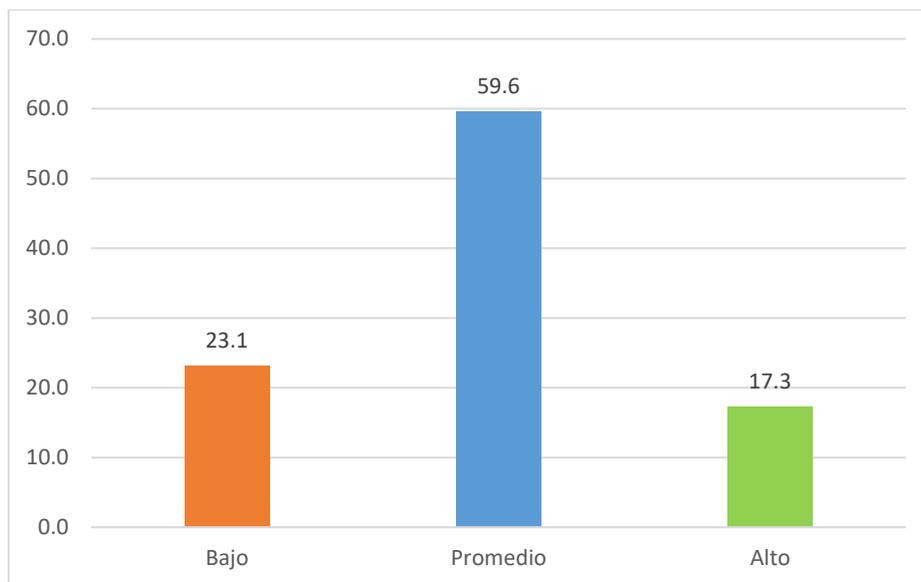
**Figura 6** Distribución de los niveles de la dimensión Satisfacción con la vida en alumnos de una universidad privada limeña.

**Interpretación:** Se observa en los resultados de la variable Satisfacción con la vida en alumnos de una universidad privada limeña. Que la muestra de 52 estudiantes: 34 (65.4%) representan el nivel promedio, otros 11 (21.2%) se ubican en el nivel bajo y 7 (13.5%) se encuentran en el nivel alto. Vemos también que, de acuerdo a la media aritmética de las puntuaciones (23.79) obtenidas, la muestra se encuentra en un nivel promedio.

**Tabla 15**

*Distribución de los niveles de la dimensión realización personal en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Nivel    | F  | %    | $\bar{x}$ |
|----------|----|------|-----------|
| Bajo     | 12 | 23.1 |           |
| Promedio | 31 | 59.6 | 22.40     |
| Alto     | 9  | 17.3 |           |
| Total    | 52 | 100  |           |



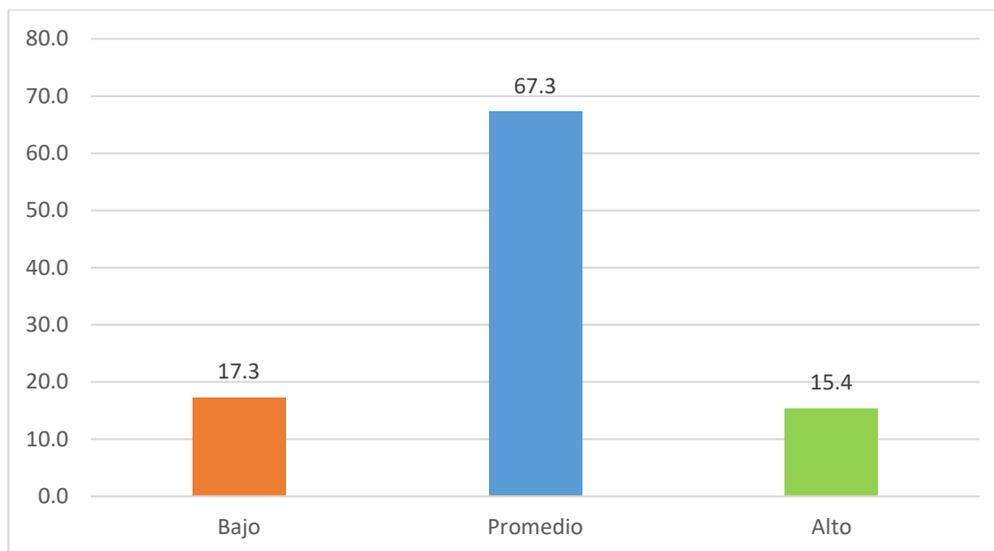
**Figura 7** Distribución de los niveles de la dimensión realización personal en alumnos de una universidad privada limeña.

**Interpretación:** Se observa en los resultados de la variable realización personal en alumnos de una universidad peruana limeña. Que la muestra de 52 estudiantes: 31 (59.6%) representan el nivel promedio, otros 12 (23.1%) se ubican en el nivel bajo y 9 (17.3%) se encuentran en el nivel alto. Vemos también que, de acuerdo a la media aritmética de las puntuaciones (22.40) obtenidas, la muestra se encuentra en un nivel promedio.

**Tabla 16**

*Distribución de los niveles de la dimensión alegría de vivir en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Nivel    | F  | %    | $\bar{x}$ |
|----------|----|------|-----------|
| Bajo     | 9  | 17.3 |           |
| Promedio | 35 | 67.3 | 17.06     |
| Alto     | 8  | 15.4 |           |
| Total    | 52 | 100  |           |



**Figura 8** Distribución de los niveles de la dimensión alegría de vivir en alumnos de una universidad privada limeña.

**Interpretación:** Se observa en los resultados de la variable alegría de vivir en alumnos de una universidad privada limeña. Que la muestra de 52 estudiantes: 35(67.3%) representan el nivel promedio, otros 9 (17.3%) se ubican en el nivel bajo y 8 (15.4%) se encuentran en el nivel alto. Vemos también que, de acuerdo a la media aritmética de las puntuaciones (17.06) obtenidas, la muestra se encuentra en un nivel promedio.

## 5.2. Contratación de Hipótesis

Para el contraste de hipótesis se utilizó la prueba no paramétrica Rho de Spearman, teniendo en consideración un nivel de significación de 0,05.

Para conocer el grado de relación entre las variables se consultó la siguiente tabla:

**Tabla 17***Rangos de correlación y su equivalente magnitud*

| Magnitud de correlación lineal |          |
|--------------------------------|----------|
| Rango                          | Magnitud |
| 0.80 a 1.00                    | Muy Alta |
| 0.60 a 0.79                    | Alta     |
| 0.40 a 0.59                    | Moderada |
| 0.20 a 0.39                    | Baja     |
| 0.00 a 0.19                    | Nula     |

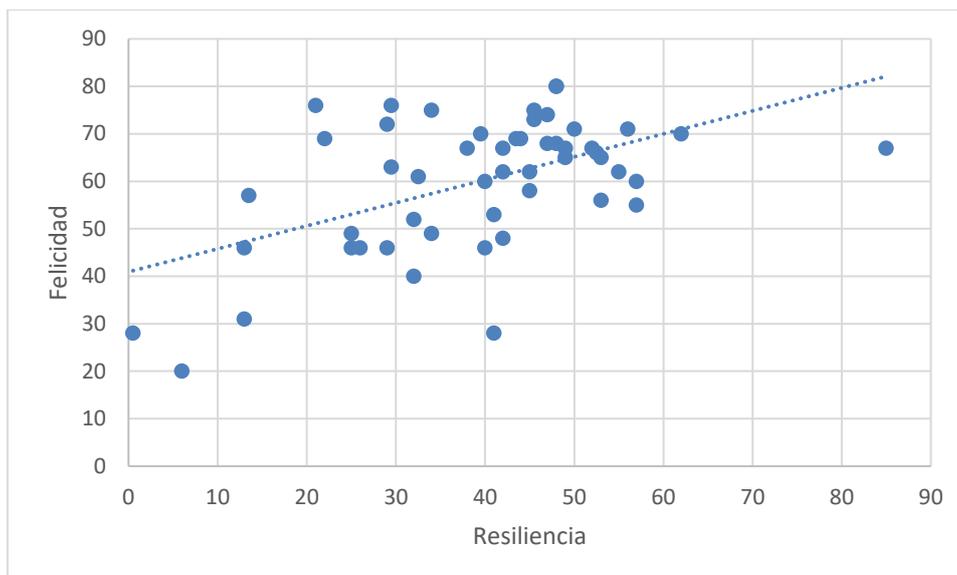
Fuente: (Delgado, Escurra y Torres, 2006).

La tabla 16 muestra los valores (de 0 a 1) de correlación agrupados en rangos y su equivalente magnitud o fuerza relación. Se usó estas categorías para determinar el grado de relación entre las variables estudiadas.

### **5.2. 1. Hipótesis general:**

**H<sub>0</sub>** El nivel de felicidad no se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

**H<sub>1</sub>** El nivel de felicidad se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.



**Figura 9** Diagrama de dispersión entre el nivel de felicidad y el nivel de resiliencia de una universidad privada limeña.

La figura 9 muestra la dispersión de puntos entre el *nivel de felicidad* y el *nivel de resiliencia*, en donde se evidencia una pendiente positiva entre ambas variables, lo cual sugiere que existe una relación.

**Tabla 18**

*Correlación entre nivel felicidad y nivel de resiliencia en alumnos una universidad privada limeña.*

| Variables   | Rho de Spearman | p-valor |
|-------------|-----------------|---------|
| Felicidad   | ,391**          | 0.004   |
| Resiliencia |                 |         |

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

*p-valor* < .05

En la tabla 18 el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre *nivel de felicidad* y *nivel resiliencia* mostró un valor (.391) que refleja una correlación de magnitud baja. Asimismo, se apreció un p-valor = 0.004(<.05), lo cual indica que la relación entre las variables estudiadas es estadísticamente significativa.

#### Decisión

Los resultados permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna, es decir que: *nivel de felicidad* se relaciona significativamente con *nivel resiliencia* en alumnos de una universidad privada limeña.

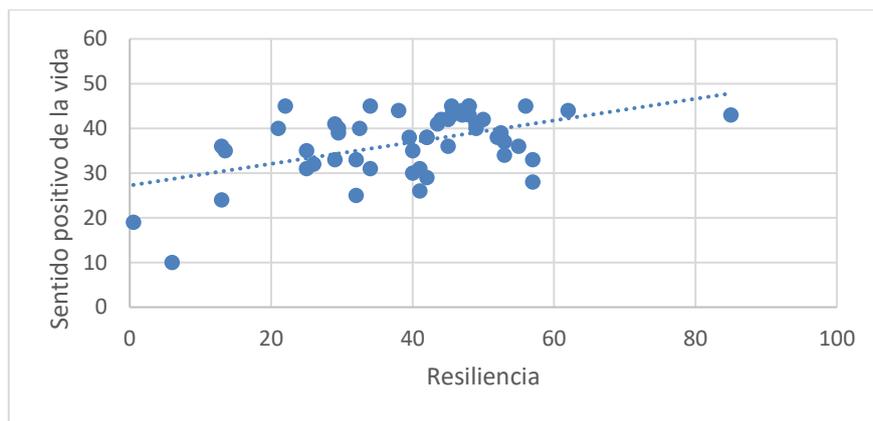
#### Conclusión

Existe relación estadísticamente significativa entre nivel de felicidad y nivel resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña (Rho Spearman = .391; p-valor = .004 < .05). Esto indica que, a mayor *felicidad*, mayor será la *resiliencia*. Por lo expuesto, podemos decir que se comprobó la hipótesis general.

#### 5.2.2. Hipótesis Específica N°1

**H<sub>0</sub>** El sentido positivo de la vida no se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

**H<sub>1</sub>** El sentido positivo de la vida se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.



**Figura 10** Diagrama de dispersión entre sentido positivo de la vida y resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña

La Figura 10 muestra la dispersión de puntos entre *sentido positivo de la vida* y *el nivel de resiliencia*, en donde se evidencia una pendiente positiva entre ambas variables, lo cual sugiere que existe una relación.

**Tabla 19**

*Correlación entre sentido positivo de la vida y el nivel resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Variables                   | Rho de Spearman | P-Valor |
|-----------------------------|-----------------|---------|
| Sentido positivo de la vida | ,352*           | 0.010** |
| Resiliencia                 |                 |         |

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

\*\*p-valor<.05

En la tabla 19 el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre *sentido positivo de la vida* y *resiliencia* mostró un valor (.352) que refleja una correlación de magnitud baja. Asimismo, se apreció un p-valor = 0.010(<.05), lo cual indica que la relación entre las variables estudiadas es estadísticamente significativa.

## Decisión

Los resultados permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna, es decir que: *sentido positivo de la vida* se relaciona significativamente con *el nivel resiliencia* en alumnos de una universidad privada limeña.

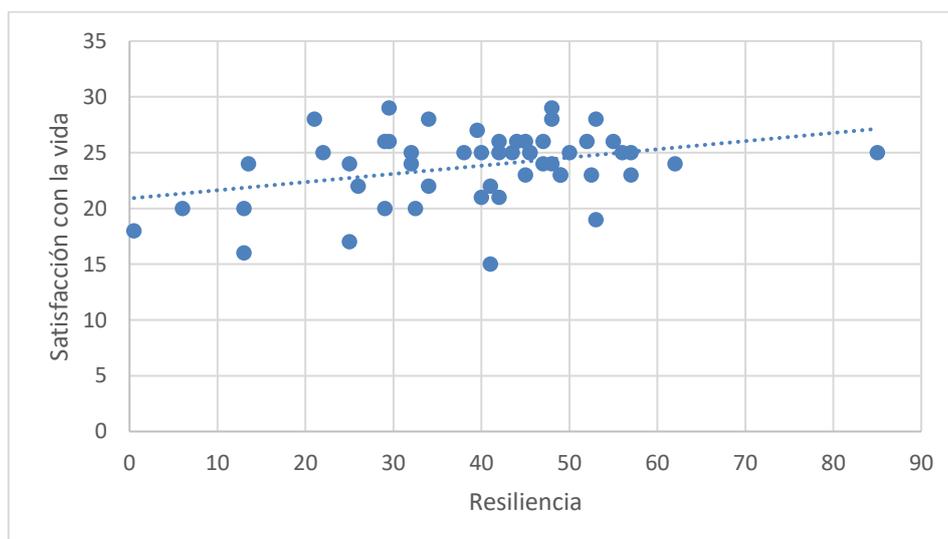
## Conclusión

Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de *sentido positivo de la vida* y *el nivel de resiliencia* en alumnos de una universidad privada limeña (Rho Spearman = .352; p-valor = .010 (< .05)). Esto indica que, a mayor *sentido positivo de la vida*, mayor *el nivel resiliencia*. Por lo expuesto, podemos decir que se comprobó la hipótesis específica 1.

### 5.2.3. Hipótesis Específica N°2

**H<sub>0</sub>** La satisfacción con la vida no se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

**H<sub>1</sub>** La satisfacción con la vida se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.



**Figura 11** Diagrama de dispersión entre satisfacción con la vida y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

El Figura 11 muestra la dispersión de puntos entre *satisfacción con la vida* y *nivel de resiliencia*, en donde se evidencia ligeramente una pendiente positiva entre ambas variables, lo cual sugiere que no existe una relación.

### Tabla 20

*Correlación entre satisfacción con la vida y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Variables                | Rho de Spearman | P-Valor |
|--------------------------|-----------------|---------|
| Satisfacción con la vida | -0.244          | 0.081   |
| Resiliencia              |                 |         |

En la tabla 20 el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre *satisfacción con la vida* y *el nivel de resiliencia* mostró un valor (-.244) que refleja una correlación de magnitud nula. Asimismo, se apreció un p-valor = 0.081(>.05), lo cual indica que la relación entre las variables estudiadas no es estadísticamente significativa.

### Decisión

Los resultados no permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna, es decir que: *satisfacción con la vida* no se relaciona significativamente con *el nivel resiliencia* en alumnos de una universidad privada limeña.

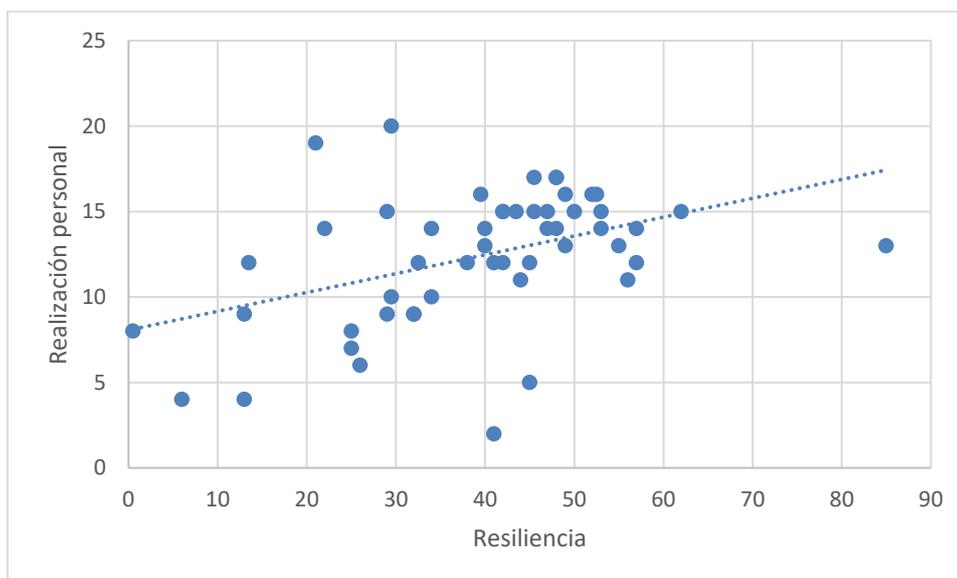
## Conclusión

No existe relación estadísticamente significativa entre *Satisfacción con la vida* y el nivel *resiliencia* en alumnos de una universidad privada limeña (Rho Spearman =  $-0.244$ ; p-valor =  $0.081$  ( $>0.05$ )). Esto indica que, a mayor nivel de *sentido positivo de la vida*, no necesariamente será mayor *resiliencia*. Por lo expuesto, podemos decir que no se comprobó la hipótesis específica 2.

### 5.2.4. Hipótesis Específica N°3

**H<sub>0</sub>** La realización personal no se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

**H<sub>1</sub>** La realización personal se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.



**Figura 12** Diagrama de dispersión entre realización personal y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

El Figura 12 muestra la dispersión de puntos entre *realización personal* y *el nivel de resiliencia*, en donde se evidencia una pendiente positiva entre ambas variables, lo cual sugiere que existe una relación.

**Tabla 21**

*Correlación entre realización personal y el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Variables                           | Rho de Spearman | P-Valor |
|-------------------------------------|-----------------|---------|
| Realización personal<br>Resiliencia | ,462**          | 0.001*  |

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

\*p-valor<.05

En la tabla 21 el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre *Realización personal* y *el nivel de Resiliencia* mostró un valor (.462) que refleja una correlación de magnitud moderada.

Asimismo, se apreció un p-valor = 0.001(<.05), lo cual indica que la relación entre las variables estudiadas es estadísticamente significativa.

#### Decisión

Los resultados permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna, es decir que: *realización personal* se relaciona significativamente con *el nivel de resiliencia* en alumnos una universidad privada limeña.

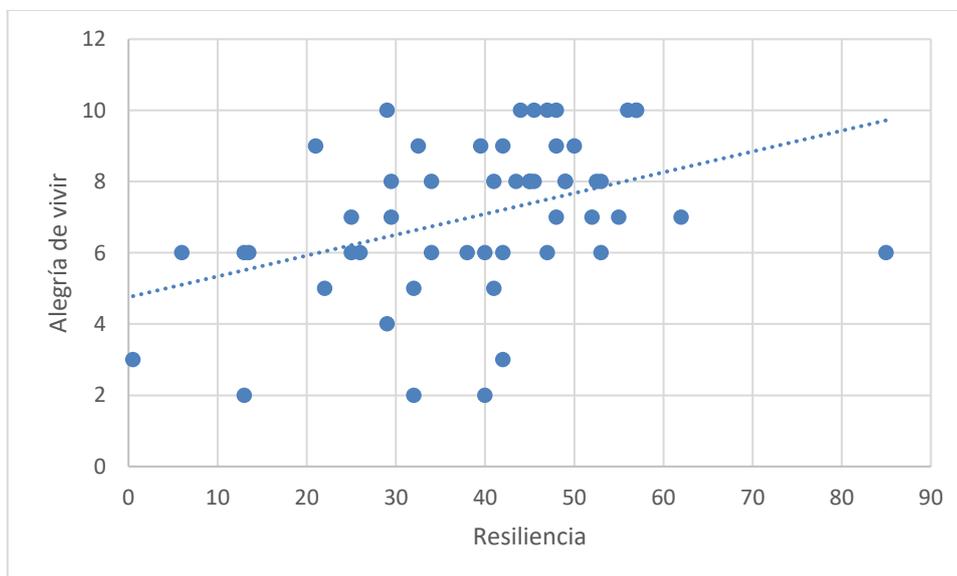
## Conclusión

Existe relación estadísticamente significativa entre *realización personal* y *el nivel de resiliencia* en alumnos de una universidad privada limeña (Rho Spearman = .462; p-valor = .001 (< .05)). Esto indica que, a mayor *realización personal*, mayor será *resiliencia*. Por lo expuesto, podemos decir que se comprobó la hipótesis específica 3.

### 5.2.5. Hipótesis Específica N°4

**H<sub>0</sub>** la alegría de vivir no se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.

**H<sub>1</sub>** La alegría de vivir se relaciona significativamente con la resiliencia en alumnos de psicología de una universidad privada limeña.



**Figura 13** Diagrama de dispersión entre alegría de vivir y resiliencia en alumnos de psicología de una universidad privada limeña.

El Figura 13 muestra la dispersión de puntos entre *alegría de vivir* y *nivel de resiliencia*, en donde se evidencia una pendiente positiva entre ambas variables, lo cual sugiere que existe una relación.

**Tabla 22**

*Correlación entre alegría de vivir y el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.*

| Variables        | Rho de Spearman | P-Valor |
|------------------|-----------------|---------|
| Alegría de vivir | ,491**          | 0.000*  |
| Resiliencia      |                 |         |

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

\*p-valor<.05

En la tabla 22 el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre *alegría de vivir* y *resiliencia* mostró un valor (.491) que refleja una correlación de magnitud moderada.

Asimismo, se apreció un p-valor = 0.000(<.05), lo cual indica que la relación entre las variables estudiadas es estadísticamente significativa.

#### Decisión

Los resultados permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna, es decir que: *alegría de vivir* se relaciona significativamente con el nivel de *resiliencia* en alumnos de una universidad privada limeña.

#### Conclusión

Existe relación estadísticamente significativa entre *alegría de vivir* y *el nivel resiliencia* en alumnos de una universidad privada limeña (Rho Spearman = .491; p-valor = .000 (<

.05). Esto indica que, a mayor *alegría de vivir*, mayor *resiliencia*. Por lo expuesto, se comprobó la hipótesis específica 4.

## CAPÍTULO VI

### ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Para el análisis de nuestro estudio es necesario discutir algunas teorías e investigaciones, las mismas que veremos a continuación.

Los instrumentos utilizados para nuestra investigación son la *Escala de Felicidad* y *Escala de Resiliencia*. Con respecto a la primera escala, abarca cuatro dimensiones; *Sentido positivo de la vida, la Satisfacción con la vida, Realización personal* y *Alegría de vivir*, y de acuerdo con Alarcón serían indispensables para medir el nivel de felicidad y de ese modo acercarnos a la sensación de bienestar que es necesario para el ser humano. Del mismo modo, con respecto a la *Escala de Resiliencia*, encontramos cinco dimensiones, las cuales son; *ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia* y *satisfacción*.

Se procedió a estudiar las cuatro dimensiones de la variable Felicidad que son minuciosamente examinadas para encontrar la correlación con resiliencia en general.

Respecto a la hipótesis general, nuestros resultados permiten aceptar la hipótesis que establece la correlación significativa entre el nivel de felicidad y el nivel resiliencia.

Con lo hallado se comprobó que existe relación entre las variables estudiadas (Salgado, 2009; Gonzales, López y Valdez, 2013; Rivas, 2014; Choque, 2017; Valdez-Medina 2013; citado en Silva y Gárate, 2015) tal como lo confirman diversas investigaciones. Las vicisitudes adversas además de ser un obstáculo, son generadores de resiliencia ya que actúan como mecanismos de activación. Es decir que es posible aprovechar una situación negativa y de ese modo utilizar nuestros recursos de afrontamiento. Asimismo, se ha comprobado que esta variable al estar relacionada con la felicidad se refuerza. En consecuencia, la felicidad favorece a la resiliencia, provocando un mejor desempeño en diferentes ámbitos de nuestra vida, así como en el académico.

Se sabe que la resiliencia es un recurso personal que podría ser determinante para que una persona pueda conseguir los objetivos trazados. Además, queda en evidencia que orientar las políticas educativas considerando los factores psicoemocional, podría beneficiar el desempeño académico de los estudiantes.

Por lo tanto, existe congruencia con nuestro marco teórico que habla de la educación tradicional; pone en cuestionamientos al sistema educativo, por enfocarse en el nivel académico y no incluir el factor psicoemocional, como; habilidades para el bienestar y de ese modo el aprendizaje se ve influenciado por lo que debemos y podemos hacer para ser felices y realizarnos como personas (Seligman, Ernst, Gillham, Reivich y Linkins, 2009; Gordon y Crabtree, 2006, citado en Corral, 2012).

Asimismo, en nuestros resultados de la variable *felicidad*, encontramos una mayor concentración de casos en el nivel promedio (50%), en comparación a los niveles alto (25%) y bajo (25%). Esta distribución de porcentajes de los niveles alcanzados se asemeja a una distribución normal, siendo estadísticamente esperado.

Por su parte, en *resiliencia*, encontramos una mayor concentración de casos en los niveles promedio (40.4%) y alto (40.4), en comparación al nivel bajo (19.2%). Esta distribución de porcentajes de los niveles alcanzados indica que en la muestra estudiada los niveles de *resiliencia* son mayormente elevados. Los porcentajes encontrados podrían sugerir que los evaluados presenten alguna de las características, tales como; ecuanimidad, perseverancia, confianza en sí mismo, satisfacción personal y sentirse bien solo, según la escala de resiliencia de Wagnild y Young (Salgado, 2005, p.44).

En la hipótesis específica1 la dimensión *sentido positivo de la vida*, sería conveniente explicar qué significa, según Alarcón (2009) vendría a ser el expresar satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que esta donde tiene que estar, o porque se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida. Los resultados comprobaron la relación entre el *sentido positivo de la vida* y el *nivel de resiliencia*. No obstante, nuestra investigación discrepa con el resultado de un estudio realizado (Perú, entre los países menos felices de Latinoamérica 25 de marzo 2017), llamado; Felicidad en países de Latinoamérica en donde el nivel del Perú destaca entre los países más infelices de la región. Puesto que en nuestra muestra se halló un nivel del *sentido positivo de la vida* promedio, con una ligera tendencia a alto. Podríamos inferir que, por ser un estudio dirigido hacia el tramo político, las variables que se utilizaron no fueron netamente de sensación de bienestar personal.

Por otro lado, la investigación de Arequipaño y Gaspar (2017), realizada en Lima guardan congruencia con nuestros resultados. La misma que obtuvo como una de sus conclusiones que existe un número considerable de jóvenes con niveles de felicidad promedio (38.1%) dirigidas a experimentar satisfacción consigo mismos y con la vida.

Por último, en nuestros resultados del nivel de *sentido positivo de la vida*, encontramos una mayor concentración de casos en el nivel promedio (51.9%), en comparación a los

niveles alto (25%) y bajo (23.1%). Esta distribución de porcentajes de los niveles alcanzados se asemeja a una distribución normal, siendo estadísticamente esperado.

En la hipótesis específica<sup>2</sup>, no se comprobó la relación entre *satisfacción con la vida* y *el nivel de resiliencia*. Sin embargo, este resultado difiere con lo hallado en uno de los estudios que forma parte de nuestros antecedentes, la investigación de Mikkelsen (2009). Esto puede deberse a la diferencia de algunas características del estudio, como el tamaño de la muestra que se conformó por 362 estudiantes y cuyo rango de edad osciló entre 16 y 22 años. El tener una mayor muestra de estudio y un rango de edad más estrecho podría explicar la relación hallada entre ambas variables, considerando que dicha relación es esperada. Ya que todos buscamos en nuestra vida satisfacción y mientras más próximos estemos a ella, mayor será la posibilidad de aprovechar nuestros recursos personales, como, por ejemplo; la capacidad o estrategia para afrontar situaciones diversas. En contraste de nuestro estudio cuya muestra fue de 52 estudiantes y las edades entre 18 a 42 años. Por consiguiente, esta diferencia pudo influir en los resultados de la investigación, no encontrando una relación entre las variables ( $p\text{-valor} = 0.081$ ). Asimismo, estos resultados indicarían que la dimensión *Satisfacción con la vida*, podría ser sensible al tamaño de la muestra, afectando su relación con la variable resiliencia en muestras pequeñas. No obstante, para poder comprobar si el tamaño de muestra y el rango de edad fueron determinantes para no hallar relación entre las variables, será necesario replicar el estudio con una muestra mayor.

Por otro lado, los resultados en la dimensión *satisfacción con la vida*, encontramos una mayor concentración de casos en el nivel promedio (65.4%), y en los niveles alto (13.5%) y bajo (21.2%) encontramos una menor concentración de casos. Esta distribución de porcentajes de los niveles alcanzados se asemeja a una distribución normal, siendo estadísticamente esperado. Asimismo, estos resultados se corresponden con los niveles de felicidad hallados por el autor de la escala, en una muestra de estudiantes universitarios.

Respecto a la hipótesis específica<sup>3</sup> se comprobó la relación entre *realización personal* y *el nivel de resiliencia*. Asimismo, es importante recordar el significado de esta dimensión, la cual es; lo que podríamos llamar felicidad plena, y no estados temporales del “estar feliz”, (Alarcón, 2009).

Se realizó una investigación con el propósito de evaluar la relación entre las variables de resiliencia y felicidad. Donde una de las variables estudiadas comprende la *realización personal* y el instrumento utilizado fue la escala de felicidad de Alarcón. En este caso sus resultados difieren de nuestra investigación ya que no muestran una correlación directa con la resiliencia. Asimismo, El factor de realización personal obtuvo un porcentaje bajo de (43.2%) en comparación con satisfacción con la vida alto (78.7%), alegría de vivir alto (77.5%) y sentido positivo de la vida alto (86.4%) por los autores silva y gárate (2015).

por otro lado, en nuestros resultados del nivel de *realización personal*, según los datos recopilados en esta dimensión, encontramos una mayor concentración de casos en el nivel promedio con (59.6%), en comparación a los niveles alto (17.3%) y bajo (23.1%). esta distribución de porcentajes de los niveles alcanzados se asemeja a una distribución normal, siendo estadísticamente esperado.

Asimismo, en nuestros resultados de la dimensión *realización personal*, según los datos recopilados en esta dimensión, encontramos una mayor concentración de casos en el nivel promedio con (59.6%), en comparación a los niveles alto (17.3%) y bajo (23.1%). Esta distribución de porcentajes de los niveles alcanzados se asemeja a una distribución normal, siendo estadísticamente esperado.

En la hipótesis específica<sup>4</sup> se comprobó la relación entre *alegría de vivir* y *el nivel de resiliencia*. No obstante, esta dimensión se contrapone a un resultado obtenido en Brasil, en la investigación de Vera, Grubits, López y García (2010), llamado: Satisfacción con la vida

y afectos positivos en jóvenes universitarios. Pudiendo concluir que el porcentaje mayor (25.7%) fue de los evaluados que se perciben como menos feliz. Esto podría deberse a la encuesta utilizada la cual midió el bienestar subjetivo, también el margen de edad de la población encuestada fue desde los 17 hasta los 65 años. Asimismo, los estudiantes fueron de diferentes carreras.

Por otro lado, nuestra dimensión concuerda con un estudio internacional de Del Carre (2014), que analizó los rasgos de personalidad y su relación con la felicidad. Donde se halló que ambas variables se relacionan significativamente ( $p\text{-valor}<.05$ ). Teniendo en cuenta que dentro del espectro de la personalidad se encuentra la variable resiliencia. Por lo tanto, se esperaría que también exista relación significativa entre resiliencia y la dimensión *alegría de vivir* como parte de la escala de felicidad y efectivamente fue lo que se halló en nuestra investigación ( $p\text{-valor}<.05$ ). Es decir, se acepta la hipótesis de relación entre la *Alegría de vivir* y el nivel de *resiliencia* en alumnos de una universidad privada limeña.

Asimismo, en nuestros resultados de la dimensión *alegría de vivir*, encontramos indicadores con mayor número de casos en el nivel promedio (67.3%), en comparación a los niveles alto (15.4%) y bajo (17.3%). Esta diferencia de porcentajes de los niveles alcanzados se asemeja a una distribución normal, siendo estadísticamente esperado.

Por su parte, en nuestros resultados de la variable *resiliencia*, encontramos la misma proporción de casos en el nivel promedio (40.4%), y el nivel alto (40.4%), y una menor proporción en el nivel bajo (19.2%). es decir que existe una mayor concentración de alumnos que presentan un nivel alto de resiliencia. estos resultados se corresponden a lo hallado por Galiana (2015) en España, en un estudio sobre: Análisis de la felicidad, resiliencia y

optimismo como factores emocionales en la inserción laboral de los universitarios. Sus resultados muestran también puntuaciones bastante elevadas en resiliencia. Es decir, que los universitarios por lo general son resilientes.

Con respecto a las propiedades psicométricas de la Escala de Resiliencia. El resultado del Alfa de Cronbach (0.80) presenta un valor adecuado para la escala general. Este resultado confirma lo hallado por Novella (2002). En consecuencia, y de acuerdo a la muestra de estudio, la escala cuenta con un adecuado nivel de consistencia interna, es decir que el error de medición es bajo, por lo tanto, la medición que se realizó con el instrumento fue precisa.

Asimismo, las propiedades psicométricas de la Escala de Felicidad. Encontramos que el Alfa de Cronbach presenta valores adecuados para las cuatro dimensiones, obteniendo el menor valor la dimensión Alegría de vivir (0.62) y el mayor valor lo obtuvo la dimensión Sentido positivo de la vida (0.88). Estos resultados confirman lo hallado por Alarcón (2012). Por lo tanto, y según la muestra de estudio, la escala cuenta adecuados niveles de consistencia interna, es decir que el error de medición es bajo, en consecuencia, la medición que se realizó con el instrumento fue precisa.

En cuanto a la validez de los instrumentos, se recurrió a la validez de contenido a través de jueces expertos. Se obtuvo valores del V de Aiken cercanos a uno, oscilando entre 0.73 y 0.95, hallándose además intervalos de confianza que sus límites inferiores superan el 0.50. Por lo tanto, estos resultados evidencian que los instrumentos miden adecuadamente lo que pretenden medir. Cabe mencionar que la muestra no fue lo suficientemente numerosa para realizar una validez de constructo a través del análisis factorial.

## CONCLUSIONES

1. Se pudo comprobar la hipótesis principal que establece que existe correlación estadísticamente significativa ( $r = 0.391$ ;  $p \text{ valor} = 0.004 < 0,05$ ) entre las variables felicidad y resiliencia, en alumnos de psicología de una universidad privada limeña.
2. Se comprobó que existe relación estadísticamente significativa ( $r = 0.352$ ;  $p \text{ valor} = 0.010 < 0,05$ ) entre la dimensión sentido positivo de la vida y la variable resiliencia, en alumnos de una universidad privada limeña.
3. No se halló evidencia suficiente para comprobar que existe relación estadísticamente significativa ( $r = -0.244$ ;  $p \text{ valor} = 0.081 > 0,05$ ) entre la dimensión satisfacción con la vida y la variable resiliencia, en alumnos de una universidad privada limeña.
4. Se comprobó que existe relación estadísticamente significativa ( $r = 0.462$ ;  $p \text{ valor} = 0.001 < 0,05$ ) entre la dimensión realización personal y la variable resiliencia, en alumnos de una universidad privada limeña.
5. Se comprobó que existe relación estadísticamente significativa ( $r = 0.491$ ;  $p \text{ valor} = 0.000 < 0,05$ ) entre la dimensión alegría de vivir y la variable resiliencia, en alumnos de una universidad privada limeña.

## RECOMENDACIONES

1. A los investigadores replicar el estudio con una muestra más numerosa y probabilística. Cuyo estudio permita generalizar los resultados.
2. A los investigadores agregar el desempeño académico como variable dependiente, considerando como variables independientes, felicidad y resiliencia. De modo que se pueda verificar una relación de causa y efecto. A través de un estudio multivariado.
3. A los investigadores verificar la validez de los instrumentos a través de la validez de constructo, con una muestra semejante al estudio realizado.
4. A los investigadores tener precaución con los resultados de esta investigación para la toma de decisiones en evaluaciones de diagnóstico, ya que para realizar un diagnóstico los instrumentos de evaluación requieren una mayor rigurosidad en sus propiedades psicométricas. Sin embargo, esta exigencia no es necesaria en un trabajo de investigación. De no ser así, podría ser perjudicial para el sujeto a tratar.
5. A los investigadores el uso de pruebas psicométricas de esta investigación la realice el profesional correspondiente, para garantizar una correcta administración, calificación e interpretación.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Abad, F., Garrido, J., Olea, J. & Ponsoda, V. (2006). *Introducción a la Psicometría. Teoría Clásica de los Test y Teoría de la Respuesta al Ítem*. Madrid, España: Universidad Autónoma de Madrid.
- Alarcón, R. (2009). *Escala de la felicidad*. Perú: Universitaria.
- Alarcón, R. (2016). *Psicología De La Felicidad*. Perú: Universitaria.
- Alarcón, R. (2012). *Psicología positiva*. Perú: Universidad Femenina del Sagrado Corazón – UNIFÉ.
- Álvarez L., & Cáceres, L. (2010). Resiliencia, Rendimiento Académico y Variables Sociodemográficas en Estudiantes Universitarios de Bucaramanga. *Psicología Iberoamericana*. 18 (2), 37-46.
- Arequipeno, F., & Gaspar, M. (2017). *Resiliencia, felicidad y depresión en adolescentes de 3ero a 2do grado del nivel secundario de instituciones educativas estatales del distrito de Ate Vitarte, 2016*. (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.
- Berardi, F. (2003). *La fábrica de la infelicidad*. Madrid: Traficantes de Sueños.
- Bologna, E. (2012). *Estadística para psicología y educación*. Córdoba, Argentina: Brujas.
- Caceres, I., & Ccorpuna, R. (2015). *Estresores académicos y capacidad de resiliencia en estudiantes de segundo, tercero y cuarto año. Facultad de Enfermería* (Tesis de pregrado). Universidad Nacional San Agustín de Arequipa, Arequipa, Perú.

- Castilla, H., Caycho, T., & Ventura, J. (2016). Diferencias de la felicidad según sexo y edad en universitarios peruanos. *Actualidades en Psicología*. 30 (121), 25-37.
- Cegarra, J. (2004). *Metodología de la investigación científica y tecnológica*. Madrid: Díaz de Santos.
- Choque, E. (2017). *Nivel de Resiliencia en adolescentes del albergue Comunidad de niños y adolescentes Sagrada Familia de Ventanilla, Callao*. (Tesis de pregrado). Universidad de Ciencias y Humanidades, Lima, Perú.
- Corral, V. (2012). *Sustentabilidad y Psicología positiva*. México: Manual Moderno.
- Cortón, A. (2015). *Factores predictores de procesos resilientes en jóvenes universitarios*. (Tesis de doctorado). Universidad Da Coruña, La Coruña, España.
- Del Carre, C. (2014). *Rasgos de personalidad y su relación con la felicidad* (Tesis de pregrado). Universidad Abierta Interamericana, Buenos Aires, Argentina.
- Delgado, A., Ecurra, L. & Torres, W. (2006). *La medición en psicología y educación: teoría y aplicaciones*. Lima, Perú: Hozlo.
- Diez países más felices del mundo según la ONU (27 de Marzo 2017). Recuperado de <http://gestion.pe/tendencias/estos-son-diez-paises-mas-felices-mundo-segun-onu-2193655/8>
- El 27% de ingresantes a universidades privadas abandonan su carrera en primer año de estudios. (28 de Marzo 2017). Recuperado de <http://gestion.pe/empleo-management/27-ingresantes-universidades-privadas-abandonan-su-carrera-primer-ano-estudios-2194777>
- Ecurra, L. (1988). Cuantificación de la validez de contenido por criterio de jueces. *Revista de Psicología*. Pontificia Universidad Católica. 6(1 y 2), 103-111.

- Galiana, D. (2015). *Análisis de la felicidad, resiliencia y optimismo como factores emocionales en la inserción laboral de los universitarios* (Tesis de doctorado). Universidad Miguel Hernández de Elche, España.
- Gamero H, (2013). La Satisfacción Laboral como Dimensión de la Felicidad. *Ciencia & Trabajo*.15 (47), 94-102.
- García-Alandete, J. (2016). *Afrontando la adversidad. Resiliencia, optimismo y sentido de la vida*. España: Sociedad Latina de Comunicación Social.
- Gil, G. (2010). La Resiliencia: Conceptos y modelos aplicables al entorno escolar. *El Guiniguada*. 19, 27-42.
- Gil, G. (2010). *Los procesos holísticos de resiliencia en el de identidades autorreferenciadas en lesbianas, gays y bisexuales*. (Tesis de doctorado). Universidad de las Palmas de Gran Canaria, Gran Canaria, España.
- González, A., López, N., & Valdez, J., (2012). Optimismo-pesimismo y resiliencia en adolescentes de una universidad pública. *Ciencia Ergo Sum*, 19(3), 207- 214.
- Gonzales, A., López, A., & Valdez, J. (2013). Resiliencia y Felicidad: El impacto de hechos vitales negativos y positivos en adolescentes. *Pensando psicología*, 9(16), 43-53.
- Guillen, R. (2005). Resiliencia en la adolescencia. *Revista de la Sociedad Boliviana de Pediatría*. 44 (1), 41-3.
- Hayes, B. (2009). *Cómo medir la satisfacción del cliente: Diseño de encuestas, uso y métodos de análisis estadístico*. D.F, Mexico: Alfaomega.
- Hernández, H. (2008). El método hipotético-deductivo como legado del positivismo lógico y el racionalismo crítico: su influencia en la economía. *Revista de Ciencias Económicas*, 26(2), 183-195.

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación*. D.F, Mexico: The McGraw-Hill Companies.
- Hurtado de Barrera, J. (2010). *Metodología de la Investigación: Guía para la comprensión holística de la ciencia*. Caracas: Ciea-Sypal.
- Huitzil, M. & Morelos, B. (s.f.). Resiliencia [diapositivas de PowerPoint]. Recuperado de: <https://es.scribd.com/document/205033989/resiliencia-111011133057-phpapp02>
- Llobet, V., & Wegsman, S. (2004). El enfoque de Resiliencia en los Proyectos Sociales: Perspectivas y Desafíos. *Revista de Psicología*, 13(1), 143-152.
- Martínez D, Ivanovic-Zuvic, F & Unanue, W. (2013) *La Felicidad. Evidencias y experiencias para cambiar nuestro mundo*. Chile: Ediciones de la Sociedad de Neurología Psiquiatría y Neurocirugía.
- Meneses, J., Barrios, M., Bonillo, A., Cosculluela, A., Lozano, L., Turbany, J., & Valero, S. (2013). *Psicometría*. Barcelona, España: UOC.
- Merino, C., & Livia, J. (2009). Intervalos de confianza asimétricos para el índice la validez de contenido: Un programa Visual Basic para la V de Aiken. *Anales de psicología*, 25(1), 169-171.
- Mikkelsen, F. (2009). *Satisfacción Con La Vida Y Estrategias De Afrontamiento En Un Grupo De Adolescentes Universitarios De Lima* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica Del Perú, Lima, Perú.
- Noguera, K. (2017). *Bienestar espiritual y resiliencia en estudiantes de dos universidades de Lurigancho, 2016*. (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.
- Palella, S., & Martins. (2012). *Metodología de la investigación cuantitativa*. Caracas, Venezuela: Universidad Pedagógica Experimental Libertador.

- Palomar, J., & Gómez, N. (2010). Desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos (RESI-M). *Interdisciplinaria*, 27 (1), 7-22.
- Perú, entre los países menos felices de Latinoamérica (25 de Marzo 2017). Recuperado de <http://elcomercio.pe/economia/mundo/peru-paises-felices-latinoamerica-407260>
- Rivas, S. (2014). *Fortalezas de carácter y resiliencia en estudiantes de medicina de la universidad de los andes* (Tesis de doctorado). Universidad Autónoma de Madrid, Madrid España.
- Salgado, A. (2009). Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la ciudad de Lima. *Liberabit*, 15(2), 133-141.
- Salgado, A. (2005). Métodos e Instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Liberabit*, 11, 41-48.
- Sánchez, H., & Reyes, C. (2009). *Metodología Y Diseños En La Investigación Científica*. Lima, Perú: Visión Universitaria.
- Sánchez, Y. (s.f.). Psicología, Motivación y Salud. Recuperado de <https://www.lifeder.com/que-es-la-felicidad/>
- Serrano, M. (2012). *Resiliencia y Salud Mental en mayores. Validación de la escala de resiliencia CD-RISC*. (Tesis de doctorado). Universidad de Castilla – La mancha, Toledo, España.
- Silva, H., & Gárate, J. (2015). *Resiliencia y Felicidad en estudiantes de la escuela Superior técnica de Sub-Oficiales de policías de Charcani, Arequipa*. (Tesis de pregrado). Universidad Católica de Santa Maria, Arequipa, Perú.
- Universidad de Palermo (2017). Estudio sobre La Felicidad. Recuperado de <http://www.palermo.edu/pdf/informe-sobre-felicidad-argentina.pdf>

Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*. 10 (2), 61-80.

Vera, J., Grubits, H., López, P., & García, D. (2010). Satisfacción con la vida y afectos positivos en jóvenes universitarios. *Revista Psicología e Saúde*, 2(1), 24-41.

Wagnild, G. & Young, H. (1993). Manual de la Escala de Resiliencia(ER). Recuperado de: <http://es.slideshare.net/ipsiasinstitutopsiquiatrico/39013071-escaladeresilienciadewagnildyyoung>.

## **ANEXOS**

## Anexo 1

*Matriz de Consistencia Título: Nivel de felicidad y nivel de resiliencia en alumnos de psicología una universidad privada limeña. Bach: María Salomé Huincho Huayra.*

| Formulación del problema                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Objetivos                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Formulación de hipótesis                                                                                                                                                                                                                                                                  | Tipo, nivel y diseño de investigación                                                            | Variables de investigación                                                                                                                                                                                                  | Método                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>General:<br/>¿Qué relación existe entre nivel de felicidad y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña?</p> <p>Específicos:<br/>¿Qué relación existe entre sentido positivo de la vida y el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña?</p> <p>¿Qué relación existe entre satisfacción con la vida y el nivel de resiliencia en</p> | <p>General:<br/>Determinar la relación entre el nivel de felicidad y el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.</p> <p>Específicos:<br/>Determinar la relación entre sentido positivo de la vida y el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña</p> | <p>General:<br/>El nivel de felicidad se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.</p> <p>Específicas:<br/>H.1 Sentido positivo de la vida se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una</p> | <p>TIPO<br/>Aplicada</p> <p>NIVEL<br/>Correlacional</p> <p>DISEÑO<br/>Diseño no experimental</p> | <p>V1<br/>Felicidad</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sentido positivo de la vida</li> <li>• Satisfacción con la vida</li> <li>• Realización personal</li> <li>• Alegría de vivir</li> </ul> | <p>1. Población y muestra</p> <p>1.1 Población<br/>La población la conforman los alumnos de psicología del 1er al 2do ciclo de UPLA Filial- Lima, 2018.</p> <p>1.2 Muestra<br/>La muestra estuvo conformada por 52 alumnos de psicología del 1er al 2do ciclo de UPLA Filial – Lima, 2018.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>alumnos de una universidad privada limeña?</p> <p>¿Qué relación existe entre realización personal y el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña?</p> <p>¿Qué relación existe entre alegría de vivir y el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña?</p> | <p>Determinar la relación entre satisfacción con la vida y el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.</p> <p>Determinar la relación entre realización personal y el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.</p> <p>Determinar la relación entre alegría de vivir y el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña</p> | <p>universidad privada limeña</p> <p>H.e.2 Satisfacción con la vida se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña.</p> <p>H.e.3. Realización personal se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña</p> <p>H.e4 Alegría de vivir se relaciona significativamente con el nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña</p> | <p>V2</p> <p>Resiliencia</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ecuanimidad</li> <li>• Sentirse bien solo</li> <li>• Confianza en sí mismo</li> <li>• Perseverancia</li> </ul> | <p>2. Técnicas de recolección de datos. Escala</p> <p>Escala factorial para medir la felicidad de Alarcón<br/>Escala de resiliencia de Wagnild y Young.<br/>Adaptado a nuestro contexto por Novella.</p> <p>3. Procesamiento de los datos</p> <p>Programas: MS Excel y SPSS v.24</p> <p>Estadística: Descriptiva e inferencial</p> <p>4. Plan de análisis</p> <p>4.1 <math>\alpha = 0.05</math></p> <p>4.2 Estadística no paramétrica</p> <p>4.3 Figura de dispersión</p> <p>4.4 Rho de Spearman</p> <p>4.5 Contrastar p-valor con el nivel de significación</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |  |  |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--|--|--|--|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Satisfacción</li></ul> | <p>5. Consideraciones éticas</p> <p>Participación voluntaria (consentimiento informado)</p> <p>Información clara a los participantes sobre los fines de la investigación</p> <p>Preservación de confidencialidad</p> <p>Dignidad humana (sin exposición de daños físicos y/o psicológicos a los participantes)</p> |
|--|--|--|--|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Anexo 2****INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN Y CONSTANCIA DE SU APLICACIÓN****Escala de la felicidad**

AUTOR:

- REYNALDO ALARCÓN

|                        |       |       |                                     |
|------------------------|-------|-------|-------------------------------------|
| NOMBRE Y<br>APELLIDOS: | EDAD: | SEXO: | NIVEL DE<br>INSTRUCCIÓN<br>(CICLO): |
|------------------------|-------|-------|-------------------------------------|

**INSTRUCCIONES**

Coloque una aspa sobre las siglas de las columnas, considerando lo siguiente: TA Si está totalmente de Acuerdo, A Si está de Acuerdo, ? Si no está de acuerdo ni en Desacuerdo, D Si está en Desacuerdo y TD si está Totalmente en desacuerdo.

**TA: TOTALMENTE DE ACUERDO****A: DE ACUERDO****?: SI NO ESTÁ DE ACUERDO NI EN DESACUERDO****D: EN DESACUERDO****TD: TOTALMENTE DESACUERDO**

EJEMPLO:

A) TE CONSIDERAS UNA PERSONA AMABLE

|    |   |   |   |    |
|----|---|---|---|----|
| TA | A | I | D | TD |
|    | X |   |   |    |

**RECUERDE QUE NO HAY RESPUESTAS BUENAS O MALAS, SOLO QUEREMOS SABER SU RESPUESTA ANTE CIERTAS SITUACIONES.**

|    | PREGUNTAS                                                        | T A | A | ? | D | T D |
|----|------------------------------------------------------------------|-----|---|---|---|-----|
| 1  | En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal.      |     |   |   |   |     |
| 2  | Siento que mi vida está vacía.                                   |     |   |   |   |     |
| 3  | Las condiciones de mi vida son excelentes.                       |     |   |   |   |     |
| 4  | Estoy satisfecho con mi vida.                                    |     |   |   |   |     |
| 5  | La vida ha sido buena conmigo.                                   |     |   |   |   |     |
| 6  | Me siento satisfecho en lo que soy.                              |     |   |   |   |     |
| 7  | Pienso que nunca seré feliz.                                     |     |   |   |   |     |
| 8  | Hasta ahora eh conseguido las cosas que para mí son importantes. |     |   |   |   |     |
| 9  | Si volviera a nacer no cambiaría casi nada de mi vida.           |     |   |   |   |     |
| 10 | Me satisfecho porque estoy donde tengo que estar.                |     |   |   |   |     |
| 11 | La mayoría del tiempo no me siento feliz.                        |     |   |   |   |     |
| 12 | Es maravilloso vivir.                                            |     |   |   |   |     |
| 13 | Por lo general, me siento bien.                                  |     |   |   |   |     |
| 14 | Me siento útil.                                                  |     |   |   |   |     |
| 15 | Soy una persona optimista.                                       |     |   |   |   |     |
| 16 | He experimentado la alegría de vivir.                            |     |   |   |   |     |
| 17 | La vida ha sido injusta conmigo.                                 |     |   |   |   |     |
| 18 | Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.        |     |   |   |   |     |
| 19 | Me siento un fracasado.                                          |     |   |   |   |     |
| 20 | La felicidad es para algunas personas, no para mí.               |     |   |   |   |     |
| 21 | Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.            |     |   |   |   |     |
| 22 | Me siento triste por lo que soy.                                 |     |   |   |   |     |
| 23 | Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.                  |     |   |   |   |     |
| 24 | Me considero una persona realizada.                              |     |   |   |   |     |
| 25 | Mi vida transcurre plácidamente.                                 |     |   |   |   |     |
| 26 | Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.                |     |   |   |   |     |
| 27 | Creo que no me falta nada.                                       |     |   |   |   |     |

## Escala de resiliencia

### AUTORES:

- WAGNILD G.
- YOUNG H.
- NOVELA (2003) Adaptación.

|       |               |                 |                  |                                |
|-------|---------------|-----------------|------------------|--------------------------------|
| EDAD: | ESTADO CIVIL: | OTRO (TRABAJA): | NÚMERO DE HIJOS: | NIVEL DE INSTRUCCIÓN (CICLO) : |
|-------|---------------|-----------------|------------------|--------------------------------|

### INSTRUCCIONES

A continuación, le presentamos una serie de afirmaciones referidas a diferentes aspectos de su vida, donde tendrá que leer cada una de ellas y marcar con un aspa que tan Acuerdo o en Desacuerdo está con ellas. Recuerde que no hay respuestas correctas e incorrectas

**1: TOTALMENTE DE ACUERDO**

**2: MUY DE ACUERDO**

**3: DE ACUERDO**

**4: NI DE ACUERDO, NI EN DESACUERDO**

**5: EN DESACUERDO**

**6: MUY DESACUERDO**

**7: TOTALMENTE EN DESACUERDO**

### EJEMPLO:

B) TE CONSIDERAS UNA PERSONA DIVERTIDA

|   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|   | X |   |   |   |   |   |

|    | PREGUNTAS                                                                               | TA | MA | DA | A-D | ED | MD | TD |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------|----|----|----|-----|----|----|----|
| 1  | Cuando planeo algo lo realizo.                                                          | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 2  | Frente a un problema generalmente me las arreglo de una manera u otra.                  | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 3  | Dependo más de mi misma que de otras personas.                                          | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 4  | Es importante para mi mantenerme interesada(o) de las cosas que suceden a mi alrededor. | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 5  | Puedo estar sola si tengo que hacerlo.                                                  | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 6  | Me siento orgullosa de haber logrado cosas en mi vida.                                  | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 7  | Usualmente veo las cosas a largo plazo.                                                 | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 8  | Soy amiga de mi misma.                                                                  | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 9  | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.                                  | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 10 | Soy decidida.                                                                           | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 11 | Rara vez me pregunto, cual es la finalidad de todo.                                     | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 12 | Tomo las cosas una por una.                                                             | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 13 | Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.             | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 14 | Tengo autodisciplina.                                                                   | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 15 | Me mantengo interesada en las cosas.                                                    | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 16 | Por lo general encuentro algo de que reírme.                                            | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 17 | El creer en mi misma, me permite atravesar tiempos difíciles.                           | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 18 | En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.                            | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 19 | Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.                                 | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 20 | Algunas veces me obligo hacer cosas que no quiero.                                      | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 21 | Mi vida tiene significado.                                                              | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 22 | No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.                             | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 23 | Cuando estoy en la situación difícil generalmente encuentro una salida.                 | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 24 | Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.                               | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |
| 25 | Acepto que hay personas a las que no les agrado.                                        | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  | 6  | 7  |



**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**FILIAL – LIMA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

"Año del Diálogo y la Reconciliación Nacional"

Lima, 14 de setiembre de 2018.

**CARTA N° 059-2018-CFCC.SS./UPLA-LIMA**

Señor:

**Bach. HUINCHO HUAYRA MARIA SALOME**  
**Presente.-**

Sirva la presente para hacerle llegar nuestro saludo, y a la vez indicarle que se autoriza la aplicación de toma de muestras de la población de la Escuela de Psicología, para aplicar en sus evaluaciones y desarrollar su proyecto de tesis denominado "Nivel de Felicidad y Nivel de Resiliencia en los alumnos de una universidad privada limeña".

Sin otro particular, me despido de usted.

Atentamente;



*[Handwritten Signature]*  
CD. LUIS NAKANDAKARE SANTANA  
Coordinador de la Facultad de  
Ciencias de la Salud  
UPLA Filial Lima

C.c.: Archivo  
LNS/nmr

Anexo 3

DATA DE PROCESAMIENTO DE DATOS

Resiliencia

| ESCALA DE RESILIENCIA |      |      |       |    |    |    |    |     |     |     |    |    |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|-----------------------|------|------|-------|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| ID                    | EDAD | SEXO | CICLO | I1 | I2 | I3 | I4 | I5  | I6  | I7  | I8 | I9 | I10 | I11 | I12 | I13 | I14 | I15 | I16 | I17 | I18 | I19 | I20 | I21 | I22 | I23 | I24 | I25 |
| 1                     | 22   | 1    | 4     | 5  | 5  | 5  | 5  | 5   | 5   | 7   | 7  | 3  | 5   | 3   | 7   | 5   | 5   | 5   | 5   | 7   | 7   | 7   | 1   | 5   | 5   | 7   | 7   | 7   |
| 2                     | 20   | 1    | 5     | 5  | 5  | 5  | 5  | 6   | 6   | 6   | 7  | 6  | 6   | 6   | 6   | 7   | 6   | 6   | 6   | 6   | 7   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 5   |
| 3                     | 22   | 2    | 3     | 6  | 6  | 7  | 2  | 6   | 6   | 5   | 7  | 5  | 5   | 5   | 5   | 3.5 | 5   | 6   | 6   | 6   | 7   | 6   | 1   | 6   | 2   | 6   | 6   | 5   |
| 4                     | 22   | 1    | 4     | 7  | 7  | 7  | 6  | 6   | 6   | 7   | 6  | 6  | 6   | 2   | 2   | 7   | 7   | 2   | 2   | 5   | 5   | 5   | 2   | 6   | 2   | 6   | 6   | 6   |
| 5                     | 23   | 1    | 3     | 3  | 7  | 7  | 3  | 6   | 7   | 5   | 7  | 5  | 5   | 5   | 5   | 7   | 7   | 6   | 7   | 7   | 7   | 6   | 3   | 6   | 3   | 6   | 6   | 6   |
| 6                     | 22   | 2    | 3     | 4  | 3  | 3  | 5  | 7   | 3   | 5   | 7  | 4  | 3   | 5   | 4   | 3   | 5   | 4   | 4   | 5   | 3   | 5   | 4   | 6   | 6   | 5   | 6   | 4   |
| 7                     | 19   | 2    | 3     | 4  | 6  | 7  | 4  | 7   | 6   | 4   | 6  | 5  | 6   | 6   | 5   | 5   | 6   | 6   | 7   | 7   | 5   | 7   | 4   | 5   | 5   | 6   | 6   | 7   |
| 8                     | 32   | 1    | 3     | 1  | 5  | 5  | 7  | 5   | 7   | 7   | 7  | 7  | 5   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 3   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   |
| 9                     | 27   | 1    | 3     | 7  | 6  | 6  | 6  | 6   | 7   | 4   | 6  | 7  | 7   | 2   | 2   | 5   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 3   | 7   | 6   | 7   | 7   | 5   |
| 10                    | 21   | 1    | 3     | 7  | 7  | 4  | 5  | 7   | 7   | 7   | 7  | 7  | 7   | 5   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 7   | 6   | 6   | 7   | 7   | 7   | 6   | 5   |
| 11                    | 22   | 1    | 3     | 4  | 5  | 4  | 4  | 3   | 4   | 5   | 4  | 4  | 5   | 4   | 2   | 2   | 6   | 4   | 3.5 | 5   | 6   | 4   | 6   | 4   | 2   | 4   | 4   | 2   |
| 12                    | 22   | 1    | 4     | 6  | 6  | 6  | 6  | 3.5 | 3.5 | 3   | 3  | 6  | 7   | 6   | 5   | 6   | 5   | 5   | 7   | 3   | 7   | 3   | 3   | 7   | 6   | 3.5 | 7   | 6   |
| 13                    | 22   | 1    | 4     | 6  | 6  | 5  | 5  | 6   | 7   | 3   | 6  | 6  | 6   | 4   | 5   | 7   | 5   | 5   | 4   | 7   | 6   | 6   | 1   | 5   | 5   | 6   | 7   | 3   |
| 14                    | 37   | 2    | 3     | 6  | 5  | 6  | 5  | 6   | 6   | 4   | 7  | 5  | 5   | 6   | 5   | 7   | 3   | 5   | 4   | 6   | 6   | 7   | 3   | 7   | 4   | 5   | 6   | 3   |
| 15                    | 36   | 1    | 3     | 6  | 6  | 6  | 6  | 6   | 7   | 6   | 7  | 6  | 7   | 6   | 5   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 6   | 5   | 5   | 7   | 5   | 7   | 7   | 5   |
| 16                    | 26   | 1    | 3     | 6  | 6  | 7  | 6  | 6   | 7   | 5   | 7  | 6  | 7   | 6   | 6   | 5   | 6   | 6   | 7   | 6   | 6   | 5   | 5   | 7   | 7   | 7   | 6   | 5   |
| 17                    | 42   | 1    | 3     | 5  | 6  | 7  | 5  | 7   | 6   | 4   | 6  | 6  | 5   | 4   | 4   | 7   | 5   | 5   | 7   | 7   | 7   | 6   | 4   | 7   | 5   | 7   | 6   | 6   |
| 18                    | 36   | 1    | 3     | 7  | 5  | 5  | 7  | 5   | 7   | 6   | 6  | 6  | 5   | 6   | 6   | 5   | 3   | 6   | 7   | 7   | 7   | 5   | 5   | 7   | 3.5 | 5   | 3.5 | 5   |
| 19                    | 21   | 2    | 4     | 6  | 6  | 5  | 6  | 3   | 5   | 6   | 3  | 4  | 6   | 3   | 6   | 6   | 6   | 5   | 6   | 6   | 6   | 7   | 3   | 3.5 | 7   | 4   | 7   | 6   |
| 20                    | 23   | 1    | 4     | 3  | 5  | 5  | 5  | 3   | 4   | 4   | 7  | 5  | 3   | 4   | 5   | 6   | 4   | 6   | 7   | 6   | 5   | 5   | 6   | 7   | 5   | 4   | 4   | 7   |
| 21                    | 35   | 1    | 4     | 7  | 6  | 7  | 6  | 6   | 1   | 2   | 1  | 5  | 5   | 6   | 1   | 7   | 6   | 7   | 2   | 2   | 7   | 6   | 2   | 7   | 2   | 7   | 7   | 6   |
| 22                    | 21   | 1    | 4     | 7  | 6  | 7  | 4  | 7   | 6   | 3   | 7  | 7  | 6   | 4   | 2   | 6   | 7   | 6   | 4   | 7   | 6   | 7   | 2   | 6   | 5   | 7   | 7   | 4   |
| 23                    | 24   | 2    | 4     | 5  | 6  | 6  | 5  | 5   | 4   | 5   | 4  | 4  | 5   | 5   | 6   | 5   | 6   | 4   | 6   | 4   | 4   | 7   | 3   | 5   | 4   | 5   | 5   | 7   |
| 24                    | 20   | 1    | 4     | 5  | 5  | 5  | 5  | 6   | 7   | 1   | 7  | 3  | 7   | 3   | 5   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 5   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   |
| 25                    | 41   | 1    | 5     | 6  | 6  | 6  | 6  | 5   | 7   | 7   | 6  | 5  | 7   | 5   | 5   | 7   | 4   | 5   | 7   | 7   | 7   | 6   | 6   | 7   | 3.5 | 3   | 5   | 7   |
| 26                    | 21   | 2    | 4     | 4  | 4  | 3  | 5  | 4   | 4   | 4   | 7  | 3  | 3   | 2   | 4   | 2   | 3   | 3   | 7   | 4   | 7   | 4   | 4   | 4   | 4   | 6   | 5   | 6   |
| 27                    | 37   | 2    | 4     | 5  | 6  | 6  | 6  | 6   | 7   | 5   | 5  | 4  | 5   | 1   | 5   | 6   | 5   | 2   | 1   | 5   | 5   | 2   | 4   | 7   | 4   | 7   | 7   | 6   |
| 28                    | 26   | 1    | 4     | 3  | 5  | 3  | 7  | 7   | 7   | 4   | 7  | 7  | 7   | 4   | 4   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 1   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   |
| 29                    | 21   | 1    | 4     | 7  | 6  | 7  | 5  | 7   | 7   | 5   | 7  | 3  | 6   | 3   | 5   | 6   | 3   | 7   | 7   | 6   | 7   | 7   | 3   | 7   | 3   | 7   | 7   | 4   |
| 30                    | 20   | 1    | 4     | 4  | 5  | 6  | 5  | 5   | 7   | 5   | 5  | 5  | 5   | 4   | 4   | 6   | 5   | 5   | 6   | 6   | 7   | 5   | 3   | 6   | 3   | 5   | 5   | 4   |
| 31                    | 21   | 1    | 4     | 5  | 5  | 5  | 5  | 5   | 5   | 2   | 5  | 5  | 5   | 5   | 6   | 3.5 | 5   | 2   | 5   | 6   | 5   | 5   | 5   | 2   | 5   | 5   | 2   | 5   |
| 32                    | 23   | 1    | 5     | 6  | 6  | 6  | 6  | 6   | 6   | 6   | 6  | 6  | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 1   | 7   | 6   | 6   | 6   | 6   |
| 33                    | 21   | 1    | 4     | 7  | 7  | 7  | 6  | 7   | 7   | 6   | 6  | 7  | 6   | 3   | 7   | 7   | 7   | 6   | 6   | 7   | 7   | 7   | 6   | 7   | 7   | 7   | 6   | 6   |
| 34                    | 23   | 1    | 2     | 7  | 6  | 7  | 6  | 7   | 7   | 1   | 7  | 7  | 7   | 6   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 2   | 7   | 7   | 6   | 7   | 2   |
| 35                    | 24   | 1    | 5     | 6  | 6  | 6  | 5  | 3.5 | 5   | 6   | 6  | 5  | 7   | 6   | 6   | 7   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 1   | 7   | 6   | 7   | 7   | 7   |
| 36                    | 25   | 2    | 2     | 5  | 5  | 5  | 6  | 5   | 4   | 5   | 6  | 7  | 6   | 6   | 2   | 5   | 4   | 5   | 7   | 7   | 7   | 7   | 6   | 6   | 6   | 6   | 7   | 6   |
| 37                    | 22   | 1    |       | 7  | 5  | 7  | 5  | 6   | 6   | 6   | 4  | 5  | 6   | 4   | 5   | 6   | 6   | 7   | 6   | 7   | 6   | 6   | 3   | 6   | 2   | 6   | 7   | 4   |
| 38                    | 23   | 2    | 5     | 5  | 6  | 3  | 4  | 7   | 7   | 4   | 6  | 5  | 5   | 5   | 4   | 7   | 4   | 5   | 7   | 7   | 7   | 7   | 5   | 6   | 5   | 7   | 6   | 7   |
| 39                    | 21   | 1    | 5     | 5  | 5  | 6  | 6  | 6   | 6   | 7   | 7  | 3  | 5   | 5   | 6   | 7   | 3   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 5   | 7   | 5   | 6   | 7   | 7   |
| 40                    | 22   | 1    | 6     | 6  | 7  | 7  | 5  | 6   | 5   | 7   | 7  | 6  | 6   | 2   | 6   | 7   | 5   | 5   | 3   | 6   | 6   | 7   | 6   | 3.5 | 7   | 6   | 6   | 6   |
| 41                    | 29   | 1    | 5     | 7  | 7  | 7  | 7  | 7   | 7   | 7   | 7  | 7  | 7   | 3   | 7   | 7   | 5   | 7   | 5   | 3   | 7   | 6   | 1   | 7   | 6   | 6   | 7   | 6   |
| 42                    | 21   | 1    | 5     | 3  | 6  | 6  | 5  | 6   | 5   | 6   | 5  | 3  | 2   | 1   | 5   | 5   | 2   | 6   | 5   | 3   | 5   | 5   | 5   | 4   | 5   | 5   | 5   | 5   |
| 43                    | 20   | 2    | 5     | 6  | 7  | 5  | 7  | 7   | 6   | 3   | 7  | 5  | 7   | 2   | 4   | 7   | 6   | 6   | 7   | 7   | 7   | 6   | 6   | 7   | 6   | 1   | 6   | 7   |
| 44                    | 31   | 1    | 2     | 5  | 6  | 6  | 6  | 6   | 6   | 5   | 5  | 5  | 2   | 5   | 6   | 5   | 5   | 5   | 6   | 6   | 6   | 6   | 4   | 6   | 4   | 6   | 6   | 6   |
| 45                    | 18   | 1    | 2     | 6  | 6  | 6  | 6  | 6   | 6   | 3   | 1  | 4  | 7   | 4   | 6   | 6   | 6   | 6   | 7   | 6   | 7   | 7   | 1   | 7   | 4   | 6   | 6   | 4   |
| 46                    | 18   | 1    | 2     | 6  | 6  | 6  | 7  | 6   | 6   | 7   | 7  | 6  | 6   | 4   | 5   | 6   | 5   | 6   | 7   | 7   | 6   | 6   | 4   | 7   | 5   | 6   | 6   | 6   |
| 47                    | 19   | 1    | 2     | 7  | 6  | 6  | 6  | 3   | 7   | 7   | 7  | 6  | 6   | 5   | 6   | 7   | 6   | 6   | 6   | 6   | 6   | 7   | 3   | 7   | 6   | 7   | 7   | 5   |
| 48                    | 20   | 1    | 2     | 6  | 7  | 5  | 7  | 7   | 7   | 3.5 | 4  | 7  | 5   | 7   | 5   | 5   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 7   | 4   | 7   | 4   | 6   | 7   | 7   |
| 49                    | 20   | 1    | 2     | 6  | 6  | 6  | 7  | 7   | 5   | 5   | 6  | 5  | 7   | 5   | 3.5 | 6   | 7   | 5   | 5   | 7   | 6   | 6   | 5   | 6   | 2   | 6   | 5   | 5   |
| 50                    | 26   | 1    | 2     | 7  | 6  | 6  | 5  | 7   | 6   | 6   | 7  | 5  | 6   | 5   | 6   | 6   | 5   | 5   | 7   | 6   | 7   | 6   | 4   | 7   | 6   | 6   | 5   | 5   |
| 51                    | 24   | 1    |       | 5  | 6  | 6  | 6  | 7   | 6   | 5   | 6  | 6  | 6   | 7   | 6   | 7   | 5   | 6   | 6   | 6   | 7   | 6   | 1   | 7   | 3   | 6   | 6   | 7   |
| 52                    | 27   | 1    | 3     | 5  | 7  | 7  | 5  | 7   | 6   | 5   | 5  | 1  | 5   | 1   | 4   | 7   | 5   | 5   | 4   | 7   | 7   | 4   | 4   | 5   | 4   | 7   | 5   | 7   |

# DATA DE PROCESAMIENTO DE DATOS

## Felicidad

| ESCALA DE FELICIDAD |      |      |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |   |
|---------------------|------|------|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|---|
| ID                  | EDAD | SEXO | CICLO | IT1 | IT2 | IT3 | IT4 | IT5 | IT6 | IT7 | IT8 | IT9 | IT10 | IT11 | IT12 | IT13 | IT14 | IT15 | IT16 | IT17 | IT18 | IT19 | IT20 | IT21 | IT22 | IT23 | IT24 | IT25 | IT26 | IT27 |   |
| 1                   | 22   | 1    | 4     | 2   | 1   | 1   | 2   | 2   | 2   | 1   | 2   | 2   | 2    | 1    | 2    | 2    | 1    | 2    | 2    | 2    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 4    | 2    | 1    | 2 |
| 2                   | 20   | 1    | 5     | 2   | 1   | 2   | 2   | 2   | 2   | 1   | 2   | 2   | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 2    | 2    | 2    | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 2    | 2    | 2    |   |
| 3                   | 22   | 2    | 3     | 2   | 2   | 2   | 1   | 2   | 1   | 1   | 2   | 4   | 2    | 2    | 1    | 2    | 1    | 2    | 2    | 2    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 2    | 2    | 4    |   |
| 4                   | 22   | 1    | 4     | 2   | 1   | 2   | 2   | 2   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 5    |   |
| 5                   | 23   | 1    | 3     | 2   | 1   | 2   | 1   | 2   | 2   | 1   | 1   | 2   | 2    | 5    | 1    | 2    | 1    | 1    | 1    | 2    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 2    | 2    | 2    |   |
| 6                   | 22   | 2    | 3     | 2   | 1   | 2   | 3   | 2   | 2   | 5   | 3   | 5   | 5    | 1    | 2    | 1    | 3    | 2    | 2    | 2    | 1    | 2    | 4    | 1    | 1    | 4    | 2    | 2    | 4    |      |   |
| 7                   | 19   | 2    | 3     | 4   | 3   | 2   | 3   | 1   | 3   | 2   | 3   | 2   | 2    | 3    | 1    | 3    | 1    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 3    | 2    | 3    | 5    | 2    |   |
| 8                   | 32   | 1    | 3     | 2   | 2   | 2   | 2   | 2   | 3   | 5   | 1   | 4   | 2    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 5    | 2    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 2    | 2    | 1    |      |   |
| 9                   | 27   | 1    | 3     | 1   | 1   | 2   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 2   | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    |   |
| 10                  | 21   | 1    | 3     | 1   | 2   | 2   | 1   | 4   | 1   | 2   | 2   | 4   | 2    | 4    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 3    | 4    | 3    | 1    | 4    | 5    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    |   |
| 11                  | 22   | 1    | 3     | 3   | 4   | 4   | 3   | 4   | 2   | 4   | 3   | 3   | 2    | 5    | 3    | 3    | 3    | 2    | 3    | 3    | 3    | 2    | 3    | 3    | 3    | 4    | 3    | 3    | 3    | 3    |   |
| 12                  | 22   | 1    | 4     | 2   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 1    | 1    | 1    | 1    | 5    | 3    | 1    | 3    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    |   |
| 13                  | 22   | 1    | 4     | 2   | 3   | 2   | 2   | 1   | 3   | 4   | 2   | 3   | 1    | 4    | 2    | 2    | 1    | 3    | 2    | 1    | 3    | 1    | 1    | 3    | 2    | 2    | 4    | 3    | 1    | 2    |   |
| 14                  | 37   | 2    | 3     | 2   | 1   | 2   | 2   | 2   | 2   | 3   | 2   | 1   | 2    | 3    | 4    | 2    | 4    | 4    | 2    | 4    | 2    | 3    | 2    | 4    | 5    | 2    | 4    | 2    | 2    | 4    |   |
| 15                  | 36   | 1    | 3     | 2   | 1   | 2   | 2   | 2   | 1   | 1   | 2   | 3   | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 3    | 1    | 3    |   |
| 16                  | 26   | 1    | 3     | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   | 2   | 1   | 2   | 2   | 2    | 2    | 2    | 1    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 1    | 2    | 2    | 2    | 2    |   |
| 17                  | 42   | 1    | 3     | 2   | 1   | 2   | 1   | 2   | 1   | 1   | 4   | 4   | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 2    | 2    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 2    | 1    | 1    |   |
| 18                  | 36   | 1    | 3     | 1   | 1   | 2   | 2   | 2   | 2   | 1   | 2   | 2   | 2    | 4    | 2    | 2    | 1    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    |   |
| 19                  | 21   | 2    | 4     | 2   | 1   | 2   | 3   | 3   | 2   | 1   | 3   | 2   | 4    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 1    | 3    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 3    | 1    | 3    |   |
| 20                  | 23   | 1    | 4     | 2   | 2   | 2   | 2   | 1   | 1   | 1   | 4   | 4   | 4    | 2    | 1    | 2    | 4    | 2    | 2    | 2    | 4    | 2    | 4    | 4    | 2    | 1    | 4    | 2    | 1    | 1    |   |
| 21                  | 35   | 1    | 4     | 1   | 1   | 1   | 1   | 2   | 1   | 1   | 2   | 1   | 2    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 5    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    |   |
| 22                  | 21   | 1    | 4     | 1   | 1   | 4   | 2   | 4   | 2   | 1   | 2   | 1   | 2    | 3    | 4    | 1    | 4    | 5    | 2    | 4    | 3    | 1    | 3    | 2    | 2    | 2    | 3    | 2    | 2    | 3    |   |
| 23                  | 24   | 2    | 4     | 4   | 2   | 2   | 4   | 2   | 3   | 1   | 3   | 2   | 4    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 1    | 2    | 3    | 4    | 1    | 4    | 2    | 2    | 4    |   |
| 24                  | 20   | 1    | 4     | 1   | 1   | 2   | 1   | 1   | 1   | 1   | 2   | 1   | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 2    |   |
| 25                  | 41   | 1    | 5     | 1   | 1   | 2   | 1   | 3   | 1   | 2   | 2   | 2   | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 2    | 1    | 2 |
| 26                  | 21   | 2    | 4     | 3   | 3   | 2   | 4   | 3   | 2   | 4   | 3   | 5   | 2    | 5    | 1    | 3    | 5    | 1    | 3    | 4    | 4    | 4    | 4    | 3    | 4    | 5    | 4    | 4    | 3    | 3    |   |
| 27                  | 37   | 2    | 4     | 2   | 1   | 2   | 2   | 1   | 2   | 1   | 1   | 1   | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 2    | 4    | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 1    | 2    | 2    | 1    | 4    |   |
| 28                  | 26   | 1    | 4     | 1   | 1   | 4   | 1   | 2   | 1   | 1   | 2   | 2   | 2    | 2    | 1    | 2    | 1    | 1    | 1    | 2    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 2    | 1    | 2 |
| 29                  | 21   | 1    | 4     | 1   | 1   | 2   | 2   | 2   | 1   | 1   | 2   | 2   | 2    | 2    | 5    | 4    | 1    | 3    | 1    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    |   |
| 30                  | 20   | 1    | 4     | 3   | 2   | 2   | 2   | 2   | 2   | 2   | 4   | 3   | 2    | 2    | 2    | 4    | 2    | 2    | 3    | 4    | 1    | 1    | 3    | 2    | 1    | 4    | 3    | 2    | 4    | 4    |   |
| 31                  | 21   | 1    | 4     | 2   | 2   | 2   | 2   | 2   | 2   | 2   | 2   | 4   | 2    | 2    | 2    | 2    | 1    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    |   |
| 32                  | 23   | 1    | 5     | 2   | 1   | 2   | 2   | 2   | 2   | 1   | 2   | 2   | 2    | 1    | 2    | 2    | 1    | 2    | 2    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 2    | 1    | 2    |   |
| 33                  | 21   | 1    | 4     | 2   | 1   | 2   | 2   | 2   | 2   | 1   | 2   | 2   | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 2    | 2    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    |   |
| 34                  | 23   | 1    | 2     | 1   | 2   | 2   | 1   | 3   | 1   | 2   | 1   | 2   | 2    | 2    | 1    | 1    | 2    | 3    | 2    | 2    | 2    | 1    | 1    | 2    | 2    | 2    | 3    | 2    | 2    | 3    |   |
| 35                  | 24   | 1    | 5     | 2   | 1   | 2   | 2   | 2   | 2   | 1   | 1   | 1   | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 3    | 3    | 1    | 2    |   |
| 36                  | 25   | 2    | 2     | 2   | 3   | 2   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 3   | 2    | 1    | 2    | 2    | 2    | 1    | 2    | 3    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 3    | 3    | 2    | 2    | 2    |   |
| 37                  | 22   | 1    |       | 1   | 1   | 3   | 2   | 2   | 1   | 1   | 2   | 1   | 2    | 1    | 1    | 3    | 1    | 2    | 2    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 4    | 2    | 1    | 3    |   |
| 38                  | 23   | 2    | 5     | 2   | 3   | 3   | 4   | 5   | 3   | 3   | 3   | 5   | 4    | 3    | 2    | 3    | 2    | 2    | 3    | 3    | 2    | 2    | 3    | 3    | 2    | 5    | 3    | 4    | 5    | 5    |   |
| 39                  | 21   | 1    | 5     | 2   | 1   | 2   | 2   | 3   | 2   | 1   | 2   | 1   | 2    | 2    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 3    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 2    | 2    | 2    | 1    | 1    |   |
| 40                  | 22   | 1    | 6     | 2   | 1   | 2   | 1   | 2   | 2   | 1   | 2   | 2   | 2    | 1    | 2    | 1    | 2    | 1    | 3    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 2    | 2    | 1    | 1    |   |
| 41                  | 29   | 1    | 5     | 3   | 2   | 4   | 4   | 2   | 2   | 2   | 1   | 1   | 2    | 2    | 1    | 2    | 2    | 1    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 4    | 2    | 1    |   |
| 42                  | 21   | 1    | 5     | 4   | 3   | 3   | 4   | 2   | 3   | 4   | 2   | 2   | 4    | 4    | 4    | 3    | 2    | 2    | 3    | 3    | 2    | 3    | 3    | 2    | 3    | 2    | 4    | 3    | 3    | 4    |   |
| 43                  | 20   | 2    | 5     | 1   | 1   | 2   | 1   | 2   | 1   | 1   | 1   | 5   | 3    | 2    | 1    | 2    | 2    | 1    | 2    | 2    | 4    | 1    | 1    | 1    | 1    | 4    | 1    | 2    | 1    | 4    |   |
| 44                  | 31   | 1    | 2     | 2   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 2   | 2   | 2   | 2    | 3    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    | 3    | 2    | 2    | 2    | 2    | 3    | 3    | 3    | 2    | 4    |   |
| 45                  | 18   | 1    | 2     | 1   | 1   | 2   | 1   | 2   | 1   | 1   | 2   | 2   | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 2    | 1    | 2 |
| 46                  | 18   | 1    | 2     | 2   | 1   | 2   | 2   | 3   | 2   | 1   | 2   | 3   | 2    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 2    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 2    | 2    | 3    | 2    |   |
| 47                  | 19   | 1    | 2     | 1   | 1   | 1   | 1   | 3   | 1   | 1   | 1   | 3   | 1    | 1    | 1    | 2    | 3    | 2    | 3    | 3    | 2    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 3    | 1    | 2    |   |
| 48                  | 20   | 1    | 2     | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 1   | 1   | 2   | 1   | 2    | 2    | 1    | 1    | 1    | 3    | 1    | 3    | 2    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 3    |   |
| 49                  | 20   | 1    | 2     | 2   | 1   | 2   | 1   | 2   | 1   | 1   | 2   | 2   | 1    | 1    | 1    | 2    | 5    | 1    | 1    | 2    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 2    |   |
| 50                  | 26   | 1    | 2     | 1   | 1   | 2   | 1   | 2   | 2   | 1   | 2   | 2   | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 2    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 3    |   |
| 51                  | 24   | 1    |       | 4   | 1   | 2   | 2   | 1   | 2   | 1   | 4   | 4   | 2    | 2    | 1    | 2    | 1    | 2    | 1    | 1    | 1    | 2    | 1    | 2    | 2    | 1    | 4    | 2    | 1    | 5    |   |
| 52                  | 27   | 1    | 3     | 2   | 2   | 3   | 3   | 3   | 2   | 1   | 2   | 3   | 3    | 1    | 3    | 1    | 3    | 4    | 2    | 3    | 4    | 2    | 1    | 1    | 2    | 1    | 3    | 4    | 3    | 4    |   |

**Anexo 4****CONSENTIMIENTO INFORMADO****Consentimiento informado****Confidencialidad**

Yo, María Salomé Huincho Huayra, la investigadora del presente trabajo de investigación “Nivel de felicidad y grado de resiliencia en alumnos de una universidad privada Limeña”, me comprometo con usted, \_\_\_\_\_ que participa en la investigación por propia voluntad y teniendo la información plena y clara del propósito de la investigación. A no revelar los datos de manera innecesaria, siendo exclusivamente para fines de la investigación en mención y sólo se utilizarán de forma anónima.

En señal de conformidad por lo expuesto anteriormente, ambas partes firman.

---

**FIRMA****Maria S, Huincho Huayra****INVESTIGADORA**

---

**FIRMA****DNI:****ALUMNO**

## Anexo 5

## CONFIABILIDAD DE LAS ESCALAS DE RESILIENCIA Y FELICIDAD

*Resiliencia*

| Fiabilidad       | Presente investigación (2018) | Novella (2002) |
|------------------|-------------------------------|----------------|
| Alfa de Cronbach | 0.80                          | 0.80           |
| N de ítems       | 25                            | 25             |

*Felicidad*

| Variables                   | Investigación                 | Alfa de Cronbach | N de ítems |
|-----------------------------|-------------------------------|------------------|------------|
| Sentido positivo de la vida | Presente investigación (2018) | 0.88             | 11         |
|                             | Alarcón (2009)                | 0.88             |            |
| Satisfacción con la vida    | Presente investigación (2018) | 0.73             | 6          |
|                             | Alarcón (2009)                | 0.79             |            |
| Realización personal        | Presente investigación (2018) | 0.73             | 6          |
|                             | Alarcón (2009)                | 0.76             |            |
| Alegría de vivir            | Presente investigación (2018) | 0.62             | 4          |
|                             | Alarcón (2009)                | 0.72             |            |

**a) Procedimiento para la confiabilidad**

Paso 1.- Se ingresó las respuestas de los evaluados en una plantilla de EXCEL.

Paso 2.- Para la variable felicidad, se sumaron las puntuaciones de los ítems que conforman cada dimensión. Para resiliencia, se sumaron todos los ítems.

Paso 3.- Se exporto los datos al SPSS.

Paso 4.- Para la variable felicidad, seleccionando los ítems que conforman cada dimensión se procedió a calcular el Alfa de Cronbach. Para resiliencia, se seleccionaron todos los ítems.

**a) Procedimiento para la validez**

Paso 1.- Se ingresó las respuestas de los jueces en una plantilla de EXCEL.

Paso 2.- Para ambas escalas (felicidad y resiliencia), se calculó la calificación promedio obtenida por cada ítem.

Paso 3.- Para el cálculo del V de Aiken y los intervalos de confianza se usó un programa Visual Basic para la V de Aiken desarrollado por Merino y Livia en el 2006. Se ingresó al programa: la calificación promedio obtenida por cada ítem, la calificación mínima (1) y máxima de la escala para jueces (5) y el número de jueces expertos (5).

## Anexo 6

## VALIDEZ DE LAS ESCALAS DE RESILIENCIA Y FELICIDAD

| Jueces Expertos                     | V-Aiken<br>(Felicidad) | I.C – Felicidad |                 | V-Aiken<br>(Resiliencia) | I.C – Resiliencia |                 |
|-------------------------------------|------------------------|-----------------|-----------------|--------------------------|-------------------|-----------------|
|                                     |                        | I.C<br>Inferior | I.C<br>Superior |                          | I.C<br>Inferior   | I.C<br>Superior |
| 1. Dra. Alicia<br>Boluarte Carbajal |                        |                 |                 |                          |                   |                 |
| 2. Mg. Delma<br>Freyre Lira         |                        |                 |                 |                          |                   |                 |
| 3. Mg. Sixto<br>Salazar Intusca     | 0.73<br>a              | 0.51<br>a       | 0.87<br>a       | 0.75<br>a                | 0.53<br>a         | 0.89<br>a       |
| 4. Lic. Sandra<br>Reyna Pacheco     | 0.95                   | 0.76            | 0.99            | 0.9                      | 0.7               | 0.97            |
| 5. Lic. Cesar<br>Barrientos García  |                        |                 |                 |                          |                   |                 |

## Anexo 7

### FORMATO DE VALIDEZ DE LOS INSTRUMENTOS

#### Formato de validación del contenido escala de felicidad

|                                |                                                                 |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre original:</b>        | Escala Factorial Para Medir la Felicidad                        |
| <b>Año :</b>                   | 2006                                                            |
| <b>Objetivo :</b>              | Medir el grado de felicidad                                     |
| <b>Forma de aplicación :</b>   | Individual o Colectiva                                          |
| <b>Duración de la prueba :</b> | 25 minutos aprox.                                               |
| <b>Muestra de aplicación :</b> | Estudiantes de psicología del 1ero a 2do ciclo UPLA-FILIAL LIMA |

#### Definición conceptual de la Felicidad:

*Se refiere al estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo, se define generalmente por la medida de la satisfacción en la vida.*

*Con respecto a la definición anterior, se han destacado cuatro dimensiones con sus respectivos indicadores:*

1. **Sentido positivo de la vida:**
  - a. *Sentido de su existencia*
  - b. *Mantiene la tranquilidad a pesar de los problemas.*
  - c. *Encuentra el lado positivo de sus experiencias.*
  
2. **Satisfacción con la vida:**
  - a. *sentirse satisfecho con su vida.*
  - b. *Siente que está dónde tiene que estar.*
  - c. *Se siente satisfecho con lo que es.*
  
3. **Realización personal:**
  - a. *Se siente satisfecho con lo que ha alcanzado*
  - b. *Siente su vida plácida.*
  
4. **Alegría de vivir:**
  - a. *Es una persona optimista*
  - b. *Experimenta la alegría de vivir*
  - c. *Se siente bien*

#### Determinación de las puntuaciones dadas a las categorías de ítems:

Una vez validada la encuesta, los ítems serán respondidos por los usuarios con relación al grado de acuerdo o desacuerdo que experimentan para cada área, teniendo en consideración cinco alternativas (Totalmente de acuerdo, de Acuerdo, Indeciso, Desacuerdo, Totalmente desacuerdo).

Los ítems son positivos (+) y negativos (-)

## INSTRUCCIÓN PARA EL JUEZ EXPERTO

Se busca saber en qué medida los ítems presentados a continuación son **REPRESENTATIVOS** del constructo que pretenden medir, en este caso la **FELICIDAD**.

Para ello se le pide que marque con una **X** y califique los reactivos o ítems de la escala de acuerdo con el siguiente sistema de calificación:

- **Muy Representativo**
- **Representativo**
- **Medianamente Representativo**
- **Poco Representativo**
- **No Representativo**

Su criterio permitirá **valorar la representatividad del ítem** para evaluar el constructo deseado.

A continuación, se muestra un ejemplo de cómo valorar los ítems.

### Ejemplo

| ITEMS SELECCIONADOS                        | REPRESENTATIVIDAD |                     |                             |                |                    |
|--------------------------------------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------|
|                                            | No Representativo | Poco Representativo | Medianamente Representativo | Representativo | Muy Representativo |
| Me siento conforme con lo que soy.(+)      |                   |                     |                             | <b>X</b>       |                    |
| Pienso que la felicidad no es para mí. (-) |                   | <b>X</b>            |                             |                |                    |

## Formato de validación del contenido escala de resiliencia

|                              |                                                                   |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre original</b>       | Escala de Resiliencia                                             |
| :                            |                                                                   |
| <b>Año</b>                   | 2003                                                              |
| :                            |                                                                   |
| <b>Objetivo</b>              | : Medir el grado de Resiliencia                                   |
| <b>Forma de aplicación</b>   | : Individual o Colectiva                                          |
| <b>Duración de la prueba</b> | 25 minutos aprox.                                                 |
| :                            |                                                                   |
| <b>Muestra de aplicación</b> | : Estudiantes de psicología del 1ero a 2do ciclo UPLA-FILIAL LIMA |

### Definición conceptual de Resiliencia:

*Hace referencia a la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en nuestra contra.*

*Puede entenderse como la capacidad de una persona de hacer las cosas bien pese a las condiciones de vida adversas, a las frustraciones, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado.*

Con respecto a la definición anterior, se han destacado cinco dimensiones con sus respectivos indicadores:

#### 5. **Ecuanimidad:**

- a. *Modera sus actitudes ante la adversidad.*
- b. *Toma decisiones tranquilamente*

#### 6. **Sentirse bien solo:**

- a. *Puede estar solo si es necesario.*
- b. *Confía en sus propios recursos.*
- c. *Puede ver una situación de varias maneras.*

#### 7. **Confianza en sí mismo:**

- a. *Se siente satisfecho por sus propios logros.*
- b. *Confía para manejar varias cosas al mismo tiempo.*
- c. *Maneja dificultades experimentadas anteriormente.*
- d. *Cree en sí mismo*

#### 8. **Perseverancia:**

- a. *Realiza lo planeado*
- b. *Mantiene el interés en las cosas que realiza.*
- c. *Presenta autodisciplina.*
- d. *Encuentra la solución cuando se encuentra en una situación difícil.*

#### 9. **Satisfacción Personal:**

- a. *Busca motivos para reír.*
- b. *Encuentra significado a su vida.*
- c. *Tiene tolerancia a la frustración.*

### Determinación de las puntuaciones dadas a las categorías de ítems:

Una vez validada la encuesta, los ítems serán respondidos por los usuarios con relación al grado de acuerdo o desacuerdo que experimentan para cada área, teniendo en consideración siete alternativas (Totalmente de acuerdo, Muy de Acuerdo, De Acuerdo, Ni De Acuerdo- Ni en Desacuerdo, En Desacuerdo, Muy Desacuerdo, Totalmente desacuerdo).

Los ítems son positivos (+) y negativos (-)

### INSTRUCCIÓN PARA EL JUEZ EXPERTO

Se busca saber en qué medida los ítems presentados son **REPRESENTATIVOS** del constructo que pretenden medir, en este caso la **RESILIENCIA**.

Para ello se le pide que marque con una **X** y califique los reactivos o ítems de la escala de acuerdo con el siguiente sistema de calificación:

- **Muy Representativo**
- **Representativo**
- **Medianamente Representativo**
- **Poco Representativo**
- **No Representativo**

Su criterio permitirá **valorar la representatividad del ítem** para evaluar el constructo deseado.

A continuación, se muestra un ejemplo de cómo valorar los ítems.

#### Ejemplo

| ITEMS SELECCIONADOS                                    | REPRESENTATIVIDAD |                     |                             |                |                    |
|--------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------|
|                                                        | No Representativo | Poco Representativo | Medianamente Representativo | Representativo | Muy Representativo |
| Usualmente deajo las cosas para después.(-)            |                   | <b>X</b>            |                             |                |                    |
| Ante un problema puedo prever más de una solución. (+) |                   |                     |                             | <b>X</b>       |                    |

**Resultados de la validez de contenido en la Escala de Resiliencia.**

| Nro. | Ítems                                                                                   | V-Aiken | I.C      |          | Decisión  |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------|----------|-----------|
|      |                                                                                         |         | Inferior | Superior |           |
| 1    | Cuando planeo algo lo realizo.                                                          | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 2    | Frente a un problema generalmente me las arreglo de una manera u otra.                  | 0.75    | 0.53     | 0.89     | Se Acepta |
| 3    | Dependo más de mi misma que de otras personas.                                          | 0.75    | 0.53     | 0.89     | Se Acepta |
| 4    | Es importante para mi mantenerme interesada(o) de las cosas que suceden a mi alrededor. | 0.75    | 0.53     | 0.89     | Se Acepta |
| 5    | Puedo estar sola si tengo que hacerlo.                                                  | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 6    | Me siento orgullosa de haber logrado cosas en mi vida.                                  | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |
| 7    | Usualmente veo las cosas a largo plazo.                                                 | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 8    | Soy amiga de mi misma.                                                                  | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |
| 9    | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.                                  | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |
| 10   | Soy decidida.                                                                           | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 11   | Rara vez me pregunto, cual es la finalidad de todo.                                     | 0.8     | 0.58     | 0.92     | Se Acepta |
| 12   | Tomo las cosas una por una.                                                             | 0.8     | 0.58     | 0.92     | Se Acepta |
| 13   | Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.             | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 14   | Tengo autodisciplina.                                                                   | 0.75    | 0.53     | 0.89     | Se Acepta |
| 15   | Me mantengo interesada en las cosas.                                                    | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 16   | Por lo general encuentro algo de que reírme.                                            | 0.8     | 0.58     | 0.92     | Se Acepta |
| 17   | El creer en mi misma, me permite atravesar tiempos difíciles.                           | 0.75    | 0.53     | 0.89     | Se Acepta |
| 18   | En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.                            | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 19   | Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.                                 | 0.75    | 0.53     | 0.89     | Se Acepta |
| 20   | Algunas veces me obligo hacer cosas que no quiero.                                      | 0.75    | 0.53     | 0.89     | Se Acepta |
| 21   | Mi vida tiene significado.                                                              | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 22   | No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.                             | 0.75    | 0.53     | 0.89     | Se Acepta |
| 23   | Cuando estoy en la situación difícil generalmente encuentro una salida.                 | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 24   | Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.                               | 0.75    | 0.53     | 0.89     | Se Acepta |
| 25   | Acepto que hay personas a las que no les agrado.                                        | 0.75    | 0.53     | 0.89     | Se Acepta |

### Resultados de la validez de contenido en la Escala de Felicidad

| Nro. | Ítems                                                            | V-Aiken | I.C      |          | Decisión  |
|------|------------------------------------------------------------------|---------|----------|----------|-----------|
|      |                                                                  |         | Inferior | Superior |           |
| 1    | En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal.      | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 2    | Siento que mi vida está vacía.                                   | 0.8     | 0.58     | 0.92     | Se Acepta |
| 3    | Las condiciones de mi vida son excelentes.                       | 0.8     | 0.58     | 0.92     | Se Acepta |
| 4    | Estoy satisfecho con mi vida.                                    | 0.8     | 0.58     | 0.92     | Se Acepta |
| 5    | La vida ha sido buena conmigo.                                   | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 6    | Me siento satisfecho en lo que soy.                              | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |
| 7    | Pienso que nunca seré feliz.                                     | 0.95    | 0.76     | 0.99     | Se Acepta |
| 8    | Hasta ahora eh conseguido las cosas que para mí son importantes. | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |
| 9    | Si volviera a nacer no cambiaría casi nada de mi vida.           | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 10   | Me satisfecho porque estoy donde tengo que estar.                | 0.75    | 0.53     | 0.89     | Se Acepta |
| 11   | La mayoría del tiempo no me siento feliz.                        | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 12   | Es maravilloso vivir.                                            | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |
| 13   | Por lo general, me siento bien.                                  | 0.73    | 0.51     | 0.87     | Se Acepta |
| 14   | Me siento útil.                                                  | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |
| 15   | Soy una persona optimista.                                       | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |
| 16   | He experimentado la alegría de vivir.                            | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 17   | La vida ha sido injusta conmigo.                                 | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |
| 18   | Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.        | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |
| 19   | Me siento un fracasado.                                          | 0.8     | 0.58     | 0.92     | Se Acepta |
| 20   | La felicidad es para algunas personas, no para mí.               | 0.8     | 0.58     | 0.92     | Se Acepta |
| 21   | Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.            | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |
| 22   | Me siento triste por lo que soy.                                 | 0.9     | 0.7      | 0.97     | Se Acepta |
| 23   | Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.                  | 0.85    | 0.64     | 0.95     | Se Acepta |

|    |                                                   |      |      |      |           |
|----|---------------------------------------------------|------|------|------|-----------|
| 24 | Me considero una persona realizada.               | 0.8  | 0.58 | 0.92 | Se Acepta |
| 25 | Mi vida transcurre plácidamente.                  | 0.75 | 0.53 | 0.89 | Se Acepta |
| 26 | Todavía no he encontrado sentido a mi existencia. | 0.75 | 0.53 | 0.89 | Se Acepta |
| 27 | Creo que no me falta nada.                        | 0.9  | 0.7  | 0.97 | Se Acepta |

Estimado/a:

Mg. Delma Socorro Freyre Lira

De mi mayor consideración.

En primer lugar, me presento, mi nombre es Maria Salome Huincho Huayra, Bachiller de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes (UPLA).

Por medio de la presente quiero comunicarle que vengo realizando mi tesis titulada "Nivel de Resiliencia y Grado de Felicidad en alumnos de una universidad privada limeña" con fines de obtener mi Licenciatura en Psicología.

En tal sentido, me gustaría invitarlo a ser **JUEZ** de la validación de los instrumentos en mención, y pueda revisar el contenido del mismo por medio de los formatos que anexo a esta carta:

*ANEXO 1: CONTENIDO DE LA ESCALA DE FELICIDAD*

*ANEXO 2: FORMATO DE EVALUACIÓN POR JUECES EXPERTO LA ESCALA DE FELICIDAD*

*ANEXO 3: CONTENIDO DE LA ESCALA DE RESILIENCIA*

*ANEXO 4: FORMATO DE EVALUACIÓN POR JUECES EXPERTO DE LA ESCALA DE RESILIENCIA*

Agradeceré su participación.

Atentamente,

  
.....  
Bach. María Salome Huincho Huayra  
DNI: 45979940  
Tesisista

  
.....  
Mg. Delma Socorro Freyre Lira  
DNI: 20061492  
Juez

## ANEXO 2

## ESCALA DE LA FELICIDAD

| DEFINICION<br>CONCEPTUAL                                                                                                                                                                                 | DIMENSIONES                                                                                                                                                                                                                                                                               | ITEMS SELECCIONADOS                                             | REPRESENTATIVIDAD |                     |                             |                |                    | SUGERENCIAS |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------|-------------|
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                 | No Representativo | Poco Representativo | Medianamente Representativo | Representativo | Muy Representativo |             |
| <b>FELICIDAD:</b><br><i>Se refiere al estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo, se define generalmente por la medida de la satisfacción en la vida.</i> | <b>Satisfacción con la vida:</b><br>Esta sección hace referencia a la satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que se encuentra muy cerca del ideal de su vida.<br><br><b>Alegría de vivir:</b><br>Refiere a lo maravilloso que es vivir y las experiencias positivas de | Estoy satisfecho con mi vida (+)                                |                   |                     |                             |                | X                  |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Las condiciones de mi vida son excelentes. (+)                  |                   |                     |                             |                | X                  |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | La vida ha sido buena conmigo. (+)                              |                   |                     |                             |                | X                  |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal. (+) |                   |                     |                             |                | X                  |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Me siento satisfecho con lo que soy. (+)                        |                   |                     |                             |                | X                  |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar. (+)    |                   |                     |                             |                | X                  |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Es maravilloso vivir. (+)                                       |                   |                     |                             |                | X                  |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Soy una persona optimista. (+)                                  |                   |                     |                             |                | X                  |             |

|                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| <p>la vida. En pocas palabras sentirse generalmente bien.</p>                                                                                                                                                               | <p>He experimentado la alegría de vivir.(+)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <p><b>Sentido positivo de la vida:</b><br/>         Expresar satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que esta donde tiene que estar, o porque se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida.</p> | <p>Por lo general, me siento bien. (+)</p> <p>Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.(-)</p> <p>La felicidad es para algunas personas, no para mí.(-)</p> <p>Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.(-)</p> <p>Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.(-)</p> <p>Me siento triste por lo que soy.(-)</p> <p>Siento que mi vida está vacía.(-)</p> <p>Me siento un fracasado.(-)</p> <p>La vida ha sido injusta conmigo.(-)</p> <p>La mayoría del tiempo no me siento feliz.(-)</p> <p>Pienso que nunca seré feliz.(-)</p> <p>Me siento inútil (-)</p> <p>Me considero una persona realizada. (+)</p> <p>Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.(+)</p> <p>Creo que no me falta nada.(+)</p> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <p><b>Realización personal:</b><br/>         El contenido de estos reactivos expresan lo que</p>                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

*Darles de palabra "hondos" por "fuertes"*

|  |                                                                              |                                                                     |  |  |  |  |  |  |
|--|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
|  | podríamos llamar felicidad plena, y no estados temporales del "estar feliz". | Mi vida transcurre plácidamente.(+)                                 |  |  |  |  |  |  |
|  |                                                                              | Si volviera a nacer no cambiaría casi nada de mi vida.(+)           |  |  |  |  |  |  |
|  |                                                                              | Hasta ahora he conseguido las cosas que para mí son importantes.(+) |  |  |  |  |  |  |

ANEXO 4  
**ESCALA DE RESILIENCIA**

| DEFINICION CONCEPTUAL                                                                                                                                                                                                                                                                                            | DIMENSIONES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ITEMS SELECCIONADOS                                       | REPRESENTATIVIDAD |                     |                             |                |                    | SUGERENCIAS |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------|-------------|--|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                           | No Representativo | Poco Representativo | Medianamente Representativo | Representativo | Muy Representativo |             |  |
| <b>RESILIENCIA:</b><br><i>Hace referencia a la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en nuestra contra.</i><br><br><i>Puede entenderse como la capacidad de una persona de hacer las cosas bien pese a</i> | <b>Ecuanimidad:</b><br>La capacidad de mantener una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencias, esperar tranquilo, tomar las cosas que vengan por ende moderando respuestas extremas ante la adversidad.<br><br><b>Confianza en sí mismo:</b><br>Se refiere a creer en sí mismo y en las propias capacidades, así como depender de uno mismo reconociendo sus fuerzas y | Usualmente veo las cosas a largo plazo.(+)                |                   |                     |                             |                |                    | X           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Soy amigo de mí mismo. (+)                                |                   |                     |                             |                |                    | X           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.(+)     |                   |                     |                             |                |                    | X           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Tomo las cosas una por una.(+)                            |                   |                     |                             |                |                    | X           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.(+) |                   |                     |                             |                |                    | X           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.(+) |                   |                     |                             |                |                    | X           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Soy decidido.(+)                                          |                   |                     |                             |                |                    | X           |  |

|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                |  |  |  |  |  |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|---|
| <p><i>las condiciones de vida adversas, a las frustraciones, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado.</i></p> | <p>limitaciones.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.(+)</p>          |  |  |  |  |  | X |
|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.(+)</p>                         |  |  |  |  |  | X |
|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.(+)</p>                         |  |  |  |  |  | X |
|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Tengo la energía suficiente para hacerlo que debo hacer.(+)</p>                             |  |  |  |  |  | X |
|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Dependo más de mí mismo que de otras personas.(+)</p>                                       |  |  |  |  |  | X |
|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Puedo estar solo si tengo que hacerlo.(+)</p>                                               |  |  |  |  |  | X |
|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.(+)</p>                              |  |  |  |  |  | X |
|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Cuando planeo algo lo realizo.(+)</p>                                                       |  |  |  |  |  | X |
|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Frente a un problema generalmente me las arreglo de una manera u otra.(+)</p>               |  |  |  |  |  | X |
|                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Es importante para mí mantenerme interesado de las cosas que suceden a mi alrededor.(+)</p> |  |  |  |  |  | X |
|                                                                                                                                      | <p>Tengo autodisciplina.(+)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                |  |  |  |  |  | X |
|                                                                                                                                      | <p><b>Sentirse bien solo:</b><br/>Es la facultad para comprender que la senda de la vida de cada persona es única, mientras que se comparten algunas experiencias, quedan otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien solo da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.</p> |                                                                                                |  |  |  |  |  |   |
|                                                                                                                                      | <p><b>Perseverancia:</b><br/>Es el acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento, connota un fuerte deseo de continuar luchando para reconstruir la vida de uno mismo, permanecer involucrado y practicar la autodisciplina.</p>                                                   |                                                                                                |  |  |  |  |  |   |



Estimado/a:

Dra. Boluarte Carbajal Alicia Herminia

De mi mayor consideración.

En primer lugar, me presento, mi nombre es Maria Salome Huincho Huayra, Bachiller de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes (UPLA).

Por medio de la presente quiero comunicarle que vengo realizando mi tesis titulada "Nivel de Resiliencia y Grado de Felicidad en alumnos de una universidad privada limeña" con fines de obtener mi Licenciatura en Psicología.

En tal sentido, me gustaría invitarlo a ser **JUEZ** de la validación de los instrumentos en mención, y pueda revisar el contenido del mismo por medio de los formatos que anexo a esta carta:

*ANEXO 1: CONTENIDO DE LA ESCALA DE FELICIDAD*

*ANEXO 2: FORMATO DE EVALUACIÓN POR JUECES EXPERTO LA ESCALA DE FELICIDAD*

*ANEXO 3: CONTENIDO DE LA ESCALA DE RESILIENCIA*

*ANEXO 4: FORMATO DE EVALUACIÓN POR JUECES EXPERTO DE LA ESCALA DE RESILIENCIA*

Agradeceré su participación.

Atentamente,

.....  
Bach. Maria Salome Huincho Huayra

DNI: 45979940

Tesista

.....  
Dra. Boluarte Carbajal Alicia Herminia

DNI: 07927938

Juez

ANEXO 2

ESCALA DE LA FELICIDAD

| DEFINICION CONCEPTUAL                                                                                                                                                                             | DIMENSIONES                                                                                                                                                                                                                                                                               | ITEMS SELECCIONADOS                                            | REPRESENTATIVIDAD |                     |                             |                |                    | SUGERENCIAS |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------|-------------|
|                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                | No Representativo | Poco Representativo | Medianamente Representativo | Representativo | Muy Representativo |             |
| <b>FELICIDAD:</b><br>Se refiere al estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo, se define generalmente por la medida de la satisfacción en la vida. | <b>Satisfacción con la vida:</b><br>Esta sección hace referencia a la satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que se encuentra muy cerca del ideal de su vida.<br><br><b>Alegría de vivir:</b><br>Refiere a lo maravilloso que es vivir y las experiencias positivas de | Estoy satisfecho con mi vida (+)                               |                   |                     |                             |                | /                  |             |
|                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Las condiciones de mi vida son excelentes. (+)                 |                   |                     |                             |                | /                  |             |
|                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | La vida ha sido buena conmigo. (+)                             |                   |                     |                             |                | /                  |             |
|                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal.(+) |                   |                     |                             |                | /                  |             |
|                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Me siento satisfecho con lo que soy. (+)                       |                   |                     |                             |                | /                  |             |
|                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar. (+)   |                   |                     |                             |                | /                  |             |
|                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Es maravilloso vivir.(+)                                       |                   |                     |                             | /              |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Soy una persona optimista.(+)                                  |                   |                     |                             | /              |                    |             |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                              |   |   |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---|---|--|--|--|
| <p>la vida. En pocas palabras sentirse generalmente bien.</p> <p><b>Sentido positivo de la vida:</b></p> <p>Expresar satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que esta donde tiene que estar, o porque se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida.</p> <p><b>Realización personal:</b></p> <p>El contenido de estos reactivos expresan lo que</p> | He experimentado la alegría de vivir.(+)                     | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Por lo general, me siento bien. (+)                          | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.(-)         | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | La felicidad es para algunas personas, no para mí.(-)        | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.(-) |   | / |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.(-)           | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Me siento triste por lo que soy.(-)                          | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Siento que mi vida está vacía.(-)                            | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Me siento un fracasado.(-)                                   | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | La vida ha sido injusta conmigo.(-)                          | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | La mayoría del tiempo no me siento feliz.(-)                 | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Pienso que nunca seré feliz.(-)                              | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Me siento inútil (-)                                         | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Me considero una persona realizada. (+)                      | / |   |  |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.(+)     | / |   |  |  |  |
| Creo que no me falta nada.(+)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | /                                                            |   |   |  |  |  |

|  |                                                                                       |                                                                                                                                                                               |  |  |  |  |   |  |  |  |  |  |  |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|---|--|--|--|--|--|--|--|
|  | podríamos llamar<br>felicidad plena, y no<br>estados temporales del<br>"estar feliz". | Mi vida transcurre plácidamente.(+)<br>Si volviera a nacer no cambiaría casi nada de mi<br>vida.(+)<br>Hasta ahora he conseguido las cosas que para mí<br>son importantes.(+) |  |  |  |  | / |  |  |  |  |  |  |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|---|--|--|--|--|--|--|--|

## ANEXO 4

## ESCALA DE RESILIENCIA

| DEFINICION CONCEPTUAL                                                                                                                                                                                                                                                                           | DIMENSIONES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | ITEMS SELECCIONADOS                                       | REPRESENTATIVIDAD |                     |                             |                |                    | SUGERENCIAS |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------|-------------|--|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                           | No Representativo | Poco Representativo | Medianamente Representativo | Representativo | Muy Representativo |             |  |
| <b>RESILIENCIA:</b><br><i>Hace referencia a la capacidad para resistir, tolerar la presión, obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, cuando todo parece actuar en nuestra contra.</i><br><br><i>Puede entenderse como la capacidad de una persona de hacer las cosas bien pese a</i> | <b>Ecuanimidad:</b><br>La capacidad de mantener una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencias, esperar tranquilo, tomar las cosas que vengan por ende moderando respuestas extremas ante la adversidad.<br><br><b>Confianza en sí mismo:</b><br>Se refiere a creer en sí mismo y en las propias capacidades, así como depender de uno mismo | Usualmente veo las cosas a largo plazo.(+)                |                   |                     |                             |                | ✓                  |             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Soy amigo de mí mismo. (+)                                |                   | ✓                   |                             |                |                    |             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.(+)     |                   | ✓                   |                             |                |                    |             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Tomo las cosas una por una.(+)                            | ✓                 |                     |                             |                |                    |             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.(+) |                   |                     |                             |                |                    | ✓           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Siento que puedo manejar varias cosas a: mismo tiempo.(+) |                   |                     |                             |                |                    | ✓           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Soy decidido.(+)                                          |                   |                     |                             |                |                    | ✓           |  |

NO REP. Muy REP.

|                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                         |  |  |  |   |   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|---|---|
| <p>las condiciones de vida adversas, a las frustraciones, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado.</p> | reconociendo sus fuerzas y limitaciones.                                                                                                                                                                                                                                                        | Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.(+)          |  |  |  |   | ✓ |
|                                                                                                                               | <p><b>Sentirse bien solo:</b><br/>Es la facultad para comprender que la senda de la vida de cada persona es única, mientras que se comparten algunas experiencias, quedan otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien solo da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.</p> | El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.(+)                         |  |  |  |   | ✓ |
|                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.(+)                         |  |  |  |   | ✓ |
|                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.(+)                            |  |  |  |   | ✓ |
|                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Dependo más de mí mismo que de otras personas.(+)                                       |  |  |  |   | ✓ |
|                                                                                                                               | <p><b>Perseverancia:</b><br/>Es el acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento, connota un fuerte deseo de continuar luchando para reconstruir la vida de uno mismo, permanecer involucrado y practicar la autodisciplina.</p>                                                   | Puedo estar solo si tengo que hacerlo.(+)                                               |  |  |  |   | ✓ |
|                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.(+)                              |  |  |  |   | ✓ |
|                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Cuando planco algo lo realizo.(+)                                                       |  |  |  |   | ✓ |
|                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Frente a un problema generalmente me las arreglo de una manera u otra.(+)               |  |  |  |   | ✓ |
|                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Es importante para mí mantenerme interesado de las cosas que suceden a mi alrededor.(+) |  |  |  | ✓ |   |
| Tengo autodisciplina.(+)                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                         |  |  |  | ✓ |   |



Estimado/a:

Lic. Cesar Alberto Barrientos García

De mi mayor consideración.

En primer lugar, me presento, mi nombre es María Salome Huincho Huayra, Bachiller de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes (UPLA).

Por medio de la presente quiero comunicarle que vengo realizando mi tesis titulada "Nivel de Resiliencia y Grado de Felicidad en alumnos de una universidad privada limeña" con fines de obtener mi Licenciatura en Psicología.

En tal sentido, me gustaría invitarlo a ser **JUEZ** de la validación de los instrumentos en mención, y pueda revisar el contenido del mismo por medio de los formatos que anexo a esta carta:

*ANEXO 1: CONTENIDO DE LA ESCALA DE FELICIDAD*

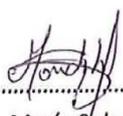
*ANEXO 2: FORMATO DE EVALUACIÓN POR JUECES EXPERTO LA ESCALA DE FELICIDAD*

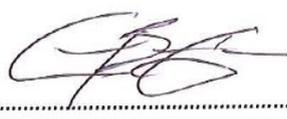
*ANEXO 3: CONTENIDO DE LA ESCALA DE RESILIENCIA*

*ANEXO 4: FORMATO DE EVALUACIÓN POR JUECES EXPERTO DE LA ESCALA DE RESILIENCIA*

Agradeceré su participación.

Atentamente,

  
.....  
Bach. María Salome Huincho Huayra  
DNI: 45979940  
Tesisista

  
.....  
Lic. César Alberto Barrientos García  
DNI: 46270045  
Juez



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                               |  |  |  |  |   |   |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--|--|--|--|---|---|---|
| <p>la vida. En pocas palabras sentirse generalmente bien.</p> <p><b>Sentido positivo de la vida:</b><br/>           Expresar satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que esta donde tiene que estar, o porque se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida.</p> <p><b>Realización personal:</b><br/>           El contenido de estos reactivos expresan lo que</p> | He experimentado la alegría de vivir. (+)                     |  |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Por lo general, me siento bien. (+)                           |  |  |  |  | X |   |   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Todavía no he encontrado sentido a mi existencia. (-)         |  |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | La felicidad es para algunas personas, no para mí. (-)        |  |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad. (-) |  |  |  |  |   |   | X |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos. (-)           |  |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Me siento triste por lo que soy. (-)                          |  |  |  |  | X |   |   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Siento que mi vida está vacía. (-)                            |  |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Me siento un fracasado. (-)                                   |  |  |  |  |   |   | X |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | La vida ha sido injusta conmigo. (-)                          |  |  |  |  |   |   | X |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | La mayoría del tiempo no me siento feliz. (-)                 |  |  |  |  | X |   |   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Pienso que nunca seré feliz. (-)                              |  |  |  |  | X |   |   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Me siento inútil (-)                                          |  |  |  |  |   |   | X |
| Me considero una persona realizada. (+)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                               |  |  |  |  |   | X |   |
| Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado. (+)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                               |  |  |  |  |   | X |   |
| Creo que no me falta nada. (+)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                               |  |  |  |  |   | X |   |

|  |                                                                                       |                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|
|  | podríamos llamar<br>felicidad plena, y no<br>estados temporales del<br>"estar feliz". | Mi vida transcurre plácidamente.(+)                                    |  |  |  |  |  |  |  |
|  |                                                                                       | Si volviera a nacer no cambiaría casi nada de mi<br>vida.(+)           |  |  |  |  |  |  |  |
|  |                                                                                       | Hasta ahora he conseguido las cosas que para mí<br>son importantes.(+) |  |  |  |  |  |  |  |

**ANEXO 4**  
**ESCALA DE RESILIENCIA**

| DEFINICION CONCEPTUAL                                                                                                                                                                                                                                                                                            | DIMENSIONES                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ITEMS SELECCIONADOS                                       | REPRESENTATIVIDAD |                     |                             |                |                    | SUGERENCIAS |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------|-------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                           | No Representativo | Poco Representativo | Medianamente Representativo | Representativo | Muy Representativo |             |
| <b>RESILIENCIA:</b><br><i>Hace referencia a la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en nuestra contra.</i><br><br><i>Puede entenderse como la capacidad de una persona de hacer las cosas bien pese a</i> | <b>Ecuanimidad:</b><br>La capacidad de mantener una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencias, esperar tranquilidad, tomar las cosas que vengan por ende moderando respuestas extremas ante la adversidad. | Usualmente veo las cosas a largo plazo.(+)                |                   |                     |                             | X              |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Soy amigo de mí mismo. (+)                                |                   |                     |                             | X              |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.(+)     |                   |                     |                             | X              |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Tomo las cosas una por una.(+)                            |                   |                     |                             |                | X                  |             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Confianza en sí mismo:</b><br>Se refiere a creer en sí mismo y en las propias capacidades, así como depender de uno mismo                                                                                                                                                                 | Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.(+) |                   |                     |                             | X              |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.(+) |                   |                     | X                           |                |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Soy decidido.(+)                                          |                   |                     |                             | X              |                    |             |

|                                                                                                                               |                                          |                                                                                         |  |  |  |   |   |   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|---|---|---|
| <p>las condiciones de vida adversas, a las frustraciones, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado.</p> | reconociendo sus fuerzas y limitaciones. | Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.(+)          |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                               |                                          | El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.(+)                         |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                               |                                          | En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.(+)                         |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                               |                                          | Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.(+)                            |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                               |                                          | Dependo más de mí mismo que de otras personas.(+)                                       |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                               |                                          | Puedo estar solo si tengo que hacerlo.(+)                                               |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                               |                                          | Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.(+)                              |  |  |  | X |   |   |
|                                                                                                                               |                                          | Cuando planeo algo lo realizo.(+)                                                       |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                               |                                          | Frente a un problema generalmente me las arreglo de una manera u otra.(+)               |  |  |  |   | X |   |
|                                                                                                                               |                                          | Es importante para mí mantenerme interesado de las cosas que suceden a mi alrededor.(+) |  |  |  |   |   | X |
|                                                                                                                               | Tengo autodisciplina.(+)                 |                                                                                         |  |  |  |   | X |   |



Estimado/a:

Lic. Sandra Natalia Reyna Pacheco

De mi mayor consideración.

En primer lugar, me presento, mi nombre es Maria Salome Huincho Huayra, Bachiller de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes (UPLA).

Por medio de la presente quiero comunicarle que vengo realizando mi tesis titulada "Nivel de Resiliencia y Grado de Felicidad en alumnos de una universidad privada limeña" con fines de obtener mi Licenciatura en Psicología.

En tal sentido, me gustaría invitarlo a ser **JUEZ** de la validación de los instrumentos en mención, y pueda revisar el contenido del mismo por medio de los formatos que anexo a esta carta:

*ANEXO 1: CONTENIDO DE LA ESCALA DE FELICIDAD*

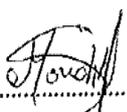
*ANEXO 2: FORMATO DE EVALUACIÓN POR JUECES EXPERTO LA ESCALA DE FELICIDAD*

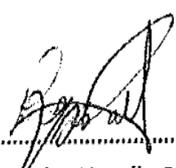
*ANEXO 3: CONTENIDO DE LA ESCALA DE RESILIENCIA*

*ANEXO 4: FORMATO DE EVALUACIÓN POR JUECES EXPERTO DE LA ESCALA DE RESILIENCIA*

Agradeceré su participación.

Atentamente,

  
.....  
Bach. María Salome Huincho Huayra  
DNI: 45979940  
Tesisista

  
.....  
Lic. Sandra Natalia Reyna Pacheco  
DNI: 43750589  
Juez

**ANEXO 2**  
**ESCALA DE LA FELICIDAD**

| DEFINICION CONCEPTUAL                                                                                                                                                                                    | DIMENSIONES                                                                                                                                                                      | ITEMS SELECCIONADOS                                                   | REPRESENTATIVIDAD |                     |                             |                |                    | SUGERENCIAS |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------|-------------|
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  |                                                                       | No Representativo | Poco Representativo | Medianamente Representativo | Representativo | Muy Representativo |             |
| <b>FELICIDAD:</b><br><i>Se refiere al estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo, se define generalmente por la medida de la satisfacción en la vida.</i> | <b>Satisfacción con la vida:</b><br>Esta sección hace referencia a la satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que se encuentra muy cerca del ideal de su vida. | Estoy satisfecho con mi vida (+)                                      |                   |                     |                             | X              |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  | Las condiciones de mi vida son excelentes.(+)                         |                   |                     | X                           |                |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  | La vida ha sido buena conmigo. (+)                                    |                   |                     | X                           |                |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  | En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal.(+)        |                   |                     | X                           |                |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  | Me siento satisfecho con lo que soy. (+)                              |                   |                     |                             | X              |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  | Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar. (+)          |                   |                     |                             | X              |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  | Alegria de vivir:                                                     |                   |                     |                             |                |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  | Refiere a lo maravilloso que es vivir y las experiencias positivas de |                   |                     |                             |                |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  | Es maravilloso vivir.(+)                                              |                   |                     |                             |                | X                  |             |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  | Soy una persona optimista.(+)                                         |                   |                     |                             |                | X                  |             |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>la vida. En pocas palabras sentirse generalmente bien.</p> <p><b>Sentido positivo de la vida:</b></p> <p>Expresar satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que esta donde tiene que estar, o porque se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida.</p> | <p>He experimentado la alegría de vivir.(+)</p> <p>Por lo general, me siento bien. (+)</p> <p>Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.(-)</p> <p>La felicidad es para algunas personas, no para mí.(-)</p> <p>Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.(-)</p> <p>Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.(-)</p> <p>Me siento triste por lo que soy.(-)</p> <p>Siento que mi vida está vacía.(-)</p> <p>Me siento un fracasado.(-)</p> <p>La vida ha sido injusta conmigo.(-)</p> <p>La mayoría del tiempo no me siento feliz.(-)</p> <p>Pienso que nunca seré feliz.(-)</p> <p>Me siento inútil (-)</p> <p>Me considero una persona realizada. (+)</p> | <p>X</p> | <p>X</p> |
| <p><b>Realización personal:</b></p> <p>El contenido de estos reactivos expresan lo que</p>                                                                                                                                                                                          | <p>Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.(+)</p> <p>Creo que no me falta nada.(+)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>X</p> <p>X</p>                                                                                                                                        | <p>X</p> <p>X</p>                                                                                                                                        |





|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                         |   |  |  |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---|--|--|--|--|
| <p><i>las condiciones de vida adversas, o las frustraciones, superadas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado.</i></p> | reconociendo sus fuerzas y limitaciones.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.(+)          | X |  |  |  |  |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.(+)                         | X |  |  |  |  |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.(+)                         | X |  |  |  |  |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.(+)                            | X |  |  |  |  |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Dependo más de mí mismo que de otras personas.(+)                                       | X |  |  |  |  |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Puedo estar solo si tengo que hacerlo.(+)                                               | X |  |  |  |  |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.(+)                              | X |  |  |  |  |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Cuando planeo algo lo realizo.(+)                                                       | X |  |  |  |  |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Frente a un problema generalmente me las arreglo de una manera u otra.(+)               | X |  |  |  |  |
|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Es importante para mí mantenerme interesado de las cosas que suceden a mi alrededor.(+) | X |  |  |  |  |
|                                                                                                                                     | Tengo autodisciplina.(+)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | X                                                                                       |   |  |  |  |  |
|                                                                                                                                     | <p><b>Sentirse bien solo:</b></p> <p>Es la facultad para comprender que la senda de la vida de cada persona es única, mientras que se comparten algunas experiencias, quedan otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien solo da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.</p> <p><b>Perseverancia:</b></p> <p>Es el acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento, connota un fuerte deseo de continuar luchando para reconstruir la vida de uno mismo, permanecer involucrado y practicar la autodisciplina.</p> |                                                                                         |   |  |  |  |  |



Estimado/a:

Mg. Sixto Salazar Intusca

De mi mayor consideración.

En primer lugar, me presento, mi nombre es Maria Salome Huincho Huayra, Bachiller de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes (UPLA).

Por medio de la presente quiero comunicarle que vengo realizando mi tesis titulada "Nivel de Resiliencia y Grado de Felicidad en alumnos de una universidad privada limeña" con fines de obtener mi Licenciatura en Psicología.

En tal sentido, me gustaría invitarlo a ser **JUEZ** de la validación de los instrumentos en mención, y pueda revisar el contenido del mismo por medio de los formatos que anexo a esta carta:

*ANEXO 1: CONTENIDO DE LA ESCALA DE FELICIDAD*

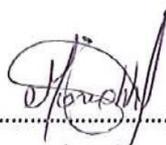
*ANEXO 2: FORMATO DE EVALUACIÓN POR JUECES EXPERTO LA ESCALA DE FELICIDAD*

*ANEXO 3: CONTENIDO DE LA ESCALA DE RESILIENCIA*

*ANEXO 4: FORMATO DE EVALUACIÓN POR JUECES EXPERTO DE LA ESCALA DE RESILIENCIA*

Agradeceré su participación.

Atentamente,



*Bach. María Salome Huincho Huayra*

DNI: 45979940

Tesista



*Mg. Sixto Salazar Intusca*

DNI: 41704302

Juez

ANEXO 2

ESCALA DE LA FELICIDAD

| DEFINICION CONCEPTUAL                                                                                                                                                                                     | DIMENSIONES                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ITEMS SELECCIONADOS                                             | REPRESENTATIVIDAD |                     |                             |                |                    | SUGERENCIAS |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------|-------------|---|
|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                 | No Representativo | Poco Representativo | Medianamente Representativo | Representativo | Muy Representativo |             |   |
| <p><b>FELICIDAD:</b><br/>Se refiere al estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo, se define generalmente por la medida de la satisfacción en la vida.</p> | <p><b>Satisfacción con la vida:</b><br/>Esta sección hace referencia a la satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que se encuentra muy cerca del ideal de su vida.</p> <p><b>Alegría de vivir:</b><br/>Refiere a lo maravilloso que es vivir y las experiencias positivas de</p> | Estoy satisfecho con mi vida. (+)                               |                   |                     |                             |                |                    | X           |   |
|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Las condiciones de mi vida son excelentes. (+)                  |                   |                     | X                           |                |                    |             |   |
|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | La vida ha sido buena conmigo. (+)                              |                   |                     | X                           |                |                    |             |   |
|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal. (+) |                   |                     |                             |                |                    | X           |   |
|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Me siento satisfecho con lo que soy. (+)                        |                   |                     |                             |                |                    | X           |   |
|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar. (+)    |                   |                     |                             |                | X                  |             |   |
|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Es maravilloso vivir. (+)                                       |                   |                     |                             |                |                    |             | X |
|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Soy una persona optimista. (+)                                  |                   |                     |                             |                |                    |             | X |

|                                                                                                                                                                            |                                                                     |                                     |                                     |                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| <p>la vida. En pocas palabras sentirse generalmente bien.</p>                                                                                                              | <p>He experimentado la alegría de vivir.(+)</p>                     | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p>Sentido positivo de la vida:</p>                                                                                                                                        | <p>Por lo general, me siento bien. (+)</p>                          | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <p>Expresar satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que esta donde tiene que estar, o porque se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida.</p> | <p>Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.(-)</p>         | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p></p>                                                                                                                                                                    | <p>La felicidad es para algunas personas, no para mí.(-)</p>        | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p></p>                                                                                                                                                                    | <p>Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.(-)</p> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p></p>                                                                                                                                                                    | <p>Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.(-)</p>           | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p></p>                                                                                                                                                                    | <p>Me siento triste por lo que soy.(-)</p>                          | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p></p>                                                                                                                                                                    | <p>Siento que mi vida está vacía.(-)</p>                            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p></p>                                                                                                                                                                    | <p>Me siento un fracasado.(-)</p>                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p></p>                                                                                                                                                                    | <p>La vida ha sido injusta conmigo.(-)</p>                          | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <p></p>                                                                                                                                                                    | <p>La mayoría del tiempo no me siento feliz.(-)</p>                 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p></p>                                                                                                                                                                    | <p>Pienso que nunca seré feliz.(-)</p>                              | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p></p>                                                                                                                                                                    | <p>Me siento inútil (-)</p>                                         | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <p></p>                                                                                                                                                                    | <p>Me considero una persona realizada. (+)</p>                      | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p><b>Realización personal:</b></p>                                                                                                                                        | <p>Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.(+)</p>     | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <p>El contenido de estos reactivos expresan lo que</p>                                                                                                                     | <p>Creo que no me falta nada.(+)</p>                                | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |



ANEXO 4

ESCALA DE RESILIENCIA

| DEFINICION CONCEPTUAL                                                                                                                                                                                                                                                                              | DIMENSIONES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | ITEMS SELECCIONADOS                                       | REPRESENTATIVIDAD |                     |                             |                |                    | SUGERENCIAS |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|----------------|--------------------|-------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                           | No Representativo | Poco Representativo | Medianamente Representativo | Representativo | Muy Representativo |             |
| <b>RESILIENCIA:</b><br><i>Hace referencia a la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en nuestra contra. Puede entenderse como la capacidad de una persona de hacer las cosas bien pese a</i> | <b>Ecuanimidad:</b><br>La capacidad de mantener una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencias, esperar tranquilo, tomar las cosas que vengan por ende moderando respuestas extremas ante la adversidad.<br><br><b>Confianza en sí mismo:</b><br>Se refiere a creer en sí mismo y en las propias capacidades, así como depender de uno mismo | Usualmente veo las cosas a largo plazo.(+)                |                   |                     |                             |                |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Soy amigo de mí mismo.(+)                                 |                   |                     |                             |                |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.(+)     |                   |                     |                             | X              |                    |             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Tomo las cosas una por una.(+)                            |                   |                     |                             |                |                    | X           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.(+) |                   |                     |                             |                |                    | X           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.(+) |                   |                     |                             |                |                    | X           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Soy decidido.(+)                                          |                   |                     |                             |                |                    | X           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                           |                   |                     |                             |                |                    |             |



