



U N I V E R S I D A D  
**AUTÓNOMA**  
D E I C A

AUTÓNOMA DE ICA FACULTAD DE  
CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA  
ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN PERSONAS  
CON DISCAPACIDAD EN LA ASOCIACIÓN SAULO DE TARSO  
EN LOS AQUIJES, ICA 2022”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN  
**COMPORTAMIENTO HUMANO EN LAS ASOCIACIONES**

PRESENTADO POR:

**NACHO STALIN AMEZQUITA NOLASCO**  
**MICHEELL CACERES ALLASI**

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL  
TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO  
EN PSICOLOGÍA

DOCENTE ASESOR:  
MG. DIEGO ISMAEL VALENCIA PECHO  
CÓDIGO ORCID Nº: 0000-0002-7614-0814

CHINCHA, 2022.

## **DEDICATORIA**

.Nacho:

Dedico el presente trabajo a mi esposa Totita, quien ha sido la persona que ha estado en las buenas y en las malas al transcurrir el tiempo durante mis estudios con mucho esfuerzo y mis Hijos Mía y Stalin quiénes son mi motor y motivo de cada día para seguir adelante mi carrera profesional.

Micheell:

A mis queridos padres Don Ernesto Cáceres Toledo y en especial a mi madre QEPD, Doña Marcelina Allasi Cabrera, quienes con mucho esfuerzo, paciencia y perseverancia me apoyan incondicionalmente en mi continuo desarrollo como profesional y como persona, A mi esposa Ruth Quispe bautista, quien me apoyo en los momentos más difíciles de la vida y de mis estudios.

## **AGRADECIMIENTO**

Nacho:

Manifiesto mi mayor agradecimiento, ante todo, a Dios por permitirme haber terminado este proyecto trazado y así poder desarrollarme profesionalmente, por estar a mi lado cuando más lo he necesitado. La plana docente por la enseñanza transmitida la cual me ha servido para el desarrollo de esta tesis y por ayudarme a descubrir un mundo realmente emocionante e interesante, por su paciencia y saber escuchar ante un problema suscitado. A la Escuela de Psicología a cada uno de sus integrantes, por su apoyo brindado.

Micheell:

Agradezco a Dios, al Divino Niño por darme una nueva oportunidad, a mi esposa que es mi apoyo y permitirme y acabar mis estudios superiores en la Universidad, Asimismo, agradecer también a mis: padres, hermanos y hermanas que confiaron en mi para cumplir esta meta Este trabajo de investigación que pongo a disposición es el fruto del apoyo y del trabajo en equipo, por parte del asesor, colaboradores y compañeros a quienes expreso mi más profundo agradecimiento.

## RESUMEN

En los últimos años se ve una mayor tendencia de investigar el bienestar psicológico y la resiliencia en las personas con discapacidad, para conocer sus capacidades, para mejorar las relaciones con su entorno y tener buena adaptabilidad. Debido a que son una población vulnerable.

En las revisiones de las investigaciones realizadas de bienestar se considera un componente esencial de la salud, y de la resiliencia se caracteriza por la capacidad de resistir a las situaciones adversas, es variable a lo largo del tiempo, aunque implica un efecto duradero, es fruto de un proceso dinámico, y depende de las características específicas de las situaciones estresantes y de los individuos, así como de la interacción de la persona y su entorno humano.

El presente estudio tuvo como objetivo de analizar la relación entre bienestar psicológico y la resiliencia en las personas con discapacidad en la asociación Saulo de tarso en los Aquijes Ica; mediante un estudio de nivel correlacional de corte trasversal, para medir el bienestar psicológico se aplicó como instrumento la Escala de Ryff, para la Resiliencia (ER) de Wagnild y Young. La muestra estuvo constituida por 64 personas con discapacidad de entre las edades de 18 a 65 años, los resultados indican que el 65,6% presenta un bienestar psicológico de nivel medio; sin embargo, el 51,6% demuestra un nivel bajo de resiliencia. De igual manera se confirma que existe correlación entre bienestar psicológico y resiliencia en personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022; porque, la Correlación de Pearson= ,248, lo cual, es mayor a .05.

**Palabras claves:** Bienestar psicológico, resiliencia, persona con discapacidad.

## ABSTRACT

In recent years, there is a greater tendency to investigate psychological well-being and resilience in people with disabilities, to know their capacities, to improve relationships with their environment and to have good adaptability. Because they are a vulnerable population.

In the reviews of the well-being research carried out, it is considered an essential component of health, and resilience is characterized by the ability to resist adverse situations, it is variable over time, although it implies a lasting effect, it is the result of a dynamic process, and depends on the specific characteristics of stressful situations and individuals, as well as the interaction of the person and their human environment.

The present study aimed to analyze the relationship between psychological well-being and resilience in people with disabilities in the Saulo de Tarso Association in the City of Ica; Through a cross-sectional correlational level study, the Ryff Scale for Resilience (ER) by Wagnild and Young was applied as an instrument to measure psychological well-being. The sample consisted of 64 people with disabilities between the ages of 18 to 65 years, the results indicate that 65.6% present a medium level psychological well-being; however, 51.6% show a low level of resilience. Similarly, it is confirmed that there is a correlation between psychological well-being and resilience in people with disabilities from the Saulo de Tarso Association in the City of Ica, 2022, because the Pearson Correlation = .248, which is greater than .05.

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

# ÍNDICE

## Índice de contenidos

DEDICATORIA .....	ii
AGRADECIMIENTO .....	iii
RESUMEN.....	iv
ABSTRACT .....	v
ÍNDICE .....	vi
Índice de contenidos .....	vi
Índice de tablas.....	viii
Índice de gráficos.....	viii
INTRODUCCIÓN.....	9
II. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	11
2.1. Planteamiento de problema .....	11
2.2. Formulación del problema de investigación.....	12
2.2.1. Problema general.....	12
2.2.2. Problemas específicos .....	12
2.3. Justificación del estudio .....	13
2.4. Objetivos de la investigación .....	14
2.4.1. Objetivo general.....	14
2.4.2. Objetivos específicos.....	14
III. MARCO TEÓRICO .....	15
3.1. Antecedentes de la Investigación .....	15
3.1.1. Antecedentes nacionales .....	15
3.1.2. Antecedentes internacionales .....	17
3.2. Bases teóricas de las variables .....	20

3.3. Definición de términos básicos .....	26
IV. MÉTODOS Y MATERIALES .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
4.1. Hipótesis de la investigación.....	29
4.1.1. Hipótesis general .....	29
4.1.2. Hipótesis específicas.....	29
4.2. Variables del estudio .....	29
4.2.1. Definición conceptual .....	29
4.2.2. Definición operacional .....	29
4.3. Tipo y nivel de la investigación .....	30
4.4. Diseño de la investigación .....	30
4.5. Población y muestra de estudio.....	31
4.5.1. Población .....	31
4.5.2. Muestra .....	31
4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	32
4.6.1. Técnicas de recolección de datos. ....	32
4.6.2. Instrumentos de recolección de datos.....	33
5.7. Métodos de análisis de datos .....	34
5.8. Aspectos éticos .....	34
IV. RESULTADOS .....	35
V. DISCUSIÓN.....	43
VI. CONCLUSIONES .....	45
VII. RECOMENDACIONES.....	46
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	47
ANEXOS.....	51
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	52
Anexo 2: Matriz de operacionalización.....	54

Anexo 3: Instrumentos .....	56
Anexo 5: Matriz de Datos.....	60
Anexo 6: Propuesta de valor.....	70

### Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> Análisis de frecuencias de las variables Bienestar Psicológico y Resiliencia .....	35
<b>Tabla 2</b> Nivel de Bienestar Psicológico .....	36
<b>Tabla 3</b> Nivel de Resiliencia .....	37
<b>Tabla 4</b> Correlación entre variables Bienestar Psicológico y Resiliencia .....	38
<b>Tabla 5</b> Según, al primer objetivo específico: Identificar la relación entre auto-aceptación y competencia personal.....	38
<b>Tabla 6</b> Según, al segundo objetivo específico: Identificar la relación entre dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida .....	40
<b>Tabla 7</b> Según, al tercer objetivo específico: Conocer la relación entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo .....	41
<b>Tabla 8</b> Según, al cuarto objetivo específico: Identificar la relación entre el crecimiento personal y la competencia personal .....	42

### Índice de gráficos

<b>Gráfico 1</b> Nivel de Bienestar Psicológico .....	36
<b>Gráfico 2</b> Nivel de Bienestar Psicológico .....	37



## INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico es uno de los elementos de la felicidad de la persona humana, como también la resiliencia nos permitirá una adaptabilidad en todos los sentidos; Las personas con discapacidad tienen dificultades para la utilizar sus capacidades para la aceptación de su nueva vida para afrontar sus problemas en situaciones durante transcurso de su vida ya que ellos desconocen cómo se manifiestan sus emociones.

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

El propósito del estudio fue Determinar la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, ICA 2022.

Esta investigación permitirá conocer el bienestar psicológico es significativo para nuestras nuevas formas de mejorar la autoaceptación, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, relaciones positivas y crecimiento personal de cómo afrontar a la vida en frente a la adversidad, asimismo, proporcionará informaciones relevantes siempre estarán orientados para con promover el fortalecimiento del bienestar psicológico y cómo encontrar un propósito y vivir una vida con sentido.

El presente trabajo consta de: Capítulo I Introducción, abarca de conocer la problemática de las personas con discapacidad, la formulación del problema de investigación, los problemas específicos, justificación del estudio y sus objetivos; Capítulo II comprende el Marco teórico de sus antecedentes de investigaciones nacionales e investigaciones internacionales sobre bienestar psicológico y resiliencia, Bases teóricas de las variables, definiciones de términos básicos; Capítulo III comprende sobre métodos y materiales que se desarrolló de la

presente investigación, diseño de la investigación , población y muestra instrumentos que se utilizaron para la recolección de datos; Capítulo IV Resultados comprende los resultados de la contrastación de las hipótesis; Capítulo V Discusión comprende sobre discusión de la variables y las hipótesis; VI Conclusiones; Recomendaciones; Bibliografías; Anexos.

## II PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 2.1 Planteamiento de problema

Las personas con discapacidad conforman uno de los grupos sociales más vulnerables del mundo, que sufrieron alguna pérdida física, que presenta una dificultad en la adaptación y aceptación positiva de su nueva vida puesto que es difícil de determinar sus deficiencias de la persona con discapacidad. También en la mayoría de los casos mantienen pensamientos negativos de autoestima que desfavorecen en su salud mental, como sentimientos de culpa, de inferioridad al no aceptarse con aquella discapacidad y/o la familia que no acepta que el integrante con discapacidad lo haya adquirido.

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

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

En el Perú las mismas que empezaron a organizarse en diferentes lugares de nuestro país en las últimas décadas del siglo XX, asimismo se encuentran con diversas dificultades de la discapacidad y una pésima percepción de la sociedad, las cuales ocasionan desequilibrio en su bienestar psicológico, como resultado

limita el desarrollo, crecimiento personal y la inclusión en la sociedad. Actualmente, en el Distrito de Los Aquijes de la provincia de Ica, los miembros de la Asociación Saulo de Tarso, no son ajenos a estas dificultades de relaciones positivas, algunas veces son tratados como ciudadanos inferiores y se piensa que las barreras del rechazo del público son las más habituales que encuentran las personas con discapacidad. Sin embargo, existen otras barreras que son mucho más difíciles de superar, como el desequilibrio psicológico y el bajo nivel de resiliencia.

Frente a esta problemática de bienestar psicológico y sobre la resiliencia en las personas con discapacidad a fin de mejorar la buena marcha de la organización, desarrollo personal de los asociados, y una buena práctica de motivación de tener sentido a la vida en los miembros.

## **2.2 Formulación del problema de investigación**

### **2.1.1. Problema general**

¿Cuál es la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, ICA 2022?

### **2.1.2. Problemas específicos.**

a) ¿Cuál es la relación entre autoaceptación y competencia personal en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, ICA 2022?

b) ¿Cuál es la relación entre dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, ICA 2022?

c) ¿Cuál es la relación entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, ICA 2022?

## **2.3. Justificación del estudio**

### **2.3.1. Teórico**

A nivel teórico, se presencian muchas teorías acerca de las variables de estudio, porque el estudio radica en la teoría de bienestar psicológico y resiliencia y los autores Ryff y Wagnild y Young, dichos conocimientos, nos permitirá conocer de cuál es la importancia de sus fortalezas y debilidades en las personas con discapacidad para promover el bienestar y tener una adaptabilidad en la resiliencia, en el estudio, se dará partiendo de los elementos de bienestar y la felicidad en todos los sentidos. Para llevar un buen desarrollo, crecimiento personal y calidad de vida, en las personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso.

### **2.3.2. Práctica**

A nivel práctico, favorecerá a la población que se llegó a investigar, porque brindará gran aporte a las personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso., en donde, proporcionará resultados de la situación actual que se encuentran en la Asociación, además, permitirá promover nuevas formas de mejorar la autoaceptación, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, relaciones positivas y crecimiento personal de cómo afrontar a la vida en frente a la adversidad, asimismo, proporcionará informaciones relevantes siempre estarán orientados para con promover el fortalecimiento del bienestar psicológico y cómo encontrar un propósito y vivir una vida con sentido.

### **2.3.3. Metodológico**

A nivel metodológico, para llegar a cumplir nuestros objetivos de estudio, se llegó acudir a los instrumentos que mide cada variable de estudio, los instrumentos antes de realizar la aplicación serán revisados debidamente por los expertos y contarán con la validez actualizada de cada instrumento, porque aportara a las próximas investigaciones con similares características al presente estudio. Finalmente, todo lo mencionado dentro del estudio permitirá generar nuevas bases de conocimiento que servirá como antecedentes para las futuras investigaciones.

## **2.4. Objetivos de la investigación.**

### **2.1.1. Objetivo general.**

Determinar la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, ICA 2022.

### **2.1.2 Objetivos específicos.**

a) Identificar la relación entre autoaceptación y competencia personal en personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, ICA 2022.

b) Identificar la relación entre dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida en personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, ICA 2022.

c) Conocer la relación entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, ICA 2022.

## **2.5. Alcances y limitaciones**

- Delimitación Temporal: La investigación se realizó en un tiempo de 4 meses, de octubre a febrero del 2022.
- Delimitación Geográfica: Se realizó en la ciudad de Tacna en la empresa Santa Margarita.
- Delimitación Social: Se obtuvo como muestra la empresa Santa Margarita

### **2.5.2. Limitaciones:**

Una limitación en nuestra investigación fue la nueva forma de laborar con mascarillas y guantes debido a la emergencia sanitaria que se está viviendo ocasionando dudas al momento de responder las preguntas por lo cual se tuvo que hacer un acompañamiento personalizado ante cualquier duda que se necesite resolver.

### **III. MARCO TEÓRICO**

#### **3.1. Antecedentes de la Investigación**

##### **3.1.2 Antecedentes nacionales**

Álvarez (2019) en su tesis para optar el Título profesional de licenciatura en psicología: “propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico en personas residentes de Lima Metropolitana- 2019” el propósito de estudio fue de reportar las propiedades psicométricas de las Escalas de bienestar psicológico de Días et al. (2006), adaptación española de la prueba original realizada por propuesta de Ryff (1989). Metodológicamente es un estudio transaccional descriptivo de las propiedades psicométricas. Para ello, se obtuvieron las evidencias de validez vinculadas al contenido a través de la estimación del coeficiente V de Aiken por lo cual se llevó a cabo un criterio de jueces, evidencias de validez vinculadas a la estructura interna mediante el análisis factorial exploratorio (AFE) y se estimó la confiabilidad de las puntuaciones obtenidas en la escala hallando el coeficiente omega. Donde participaron 327 estudiantes residentes de Lima Metropolitana entre las edades de 18 y 72 años. Se presentan los resultados alcanzados tras la aplicación de las Escalas de Bienestar Psicológico de Díaz et al. (2006). Los ítems de la prueba estudiada son politómicos y de un nivel de medición de tipo ordinal, debido a que la escala de respuesta contiene seis opciones, cuyo valor mínimo es 1 y valor máximo es 6 en una escala de respuesta de tipo Likert. Como principal conclusión que dicho instrumento cumple de acuerdo a los Estándares para Evaluación Educativa y Psicológica según la AERA, APA y NCME (2014).

Bustamante (2019) en su tesis para optar el Título de Licenciatura en Psicología: “Resiliencia y bienestar psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario- Lima 2019” ejecuto una investigación, con el objetivo determinar la relación entre las variables de resiliencia y bienestar psicológico. El tipo de investigación fue descriptivo correlacional, en una muestra compuesta de 69 internas. Se aplicó la escala de resiliencia de Wagnild Young y la escala de BIEPS-A (Adultos) para medir el bienestar psicológico. Los resultados

nos indican que las puntuaciones más altas indican mayor nivel de autorrealización en el contexto psicológico positivo de la población general y a la vez, confirma que el entorno condiciona el bienestar psicológico de las personas; ya que el interno en prisión no tiene libertad para su autonomía, pues su comportamiento está condicionado a vivir bajo reglas con el fin moderar su conducta delictiva. En conclusión: Existe relación positiva altamente significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia, es decir, a mayor bienestar, mayor manifestación de satisfacción personal de la resiliencia en las internas

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

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



varía en función de los puntajes de Bienestar Psicológico que manifestaron las madres de hijos con trastorno del espectro autista.

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

### **3.2. Antecedentes internacionales**

Brito y Ureche (2019) desarrollaron una tesis para optar el Título Profesional de Psicólogo: “Resiliencia y bienestar en Estudiantes universitarios en Iberoamérica-Santa Marta, Colombia 2020” teniendo como objetivo de caracterizar las investigaciones jurídicas en Iberoamérica descubre el 2015 hasta la fecha sobre bienestar y resiliencia en estudiantes universitarios. Se realizó el tipo de estudio cuantitativo. A las que contaron 6.337, en dicha investigación emplearon el instrumento de wagnild y Young (1993) y para el bienestar el inventario de burnat de Maslach. Sus resultados demuestran que no se encontró alguna relación significativa así tampoco en los valores que la integran, esta condición puede deberse a que el rango de tiempo en años del 2015 y 2019 la edad de los incidentes de universidades tanto públicas como privadas, y personas de comunidades se encuentra en su mayoría entre los 18 y 32 años, variación que implica que difícilmente se identifique en relaciones problemáticas de estudiantes universitarios. Conclusión es necesario de cada uno de los estudiantes universitarios tengan presente que como persona posee un nivel de resiliencia para afrontar cualquier situación, con la capacidad de buscar su propio bienestar al momento de enfrentarse a las adversidades de la vida.

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

Padilla (2018) en su tesis para optar su Licenciatura en Psicología: “Resiliencia en los Estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Liceo Policial-Riobamba 2019” tuvo como objetivo, establecer los niveles y dimensiones de la resiliencia .Fue un estudio no experimental, con enfoque cuantitativo, de tipo transversal, por los objetivos básica, por el lugar de campo, el nivel de la investigación es descriptiva y correlacional fue medido con la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, el instrumento también destaca los niveles de las dimensiones de la resiliencia; la muestra de tipo no probabilística e intencional. Participaron 84 estudiantes del bachillerato. Resultados siendo los adolescentes tienen un nivel bajo de resiliencia y en sus dimensiones, en la comparación respectiva se obtuvo 11 estudiantes que

representa al 13% poseen un nivel alto de resiliencia, 22 estudiantes que representan el 26%, posee un nivel medio y 51 estudiantes que representan al 61% poseen un nivel bajo de resiliencia. Como principal conclusión del estudio científico poseen un nivel bajo de resiliencia, es decir falta de capacidad para superar los eventos adversos, salir adelante a pesar de las dificultades y adaptarse positivamente a las situaciones difíciles.

Moreta, Gabior, Barrera. (2017) en su tesis para optar el Título profesional de psicología: "Bienestar psicológico, satisfacción con la vida, bienestar social, en estudiantes universitarios de psicología de la universidad pública y una cofinanciada – Ambato, Ecuador." Llevaron a cabo un estudio cuyo propósito fue determinar la correlación entre bienestar psicológico y la satisfacción con la vida en el bienestar social en una muestra de estudiantes universitarios. Enmarcando dentro del estudio descriptivo, correlacional predictiva. El bienestar psicológico o satisfacción con la vida y bienestar social con utilizar el instrumento de Escala de Likert. En dónde participó 449 estudiantes de psicología entre las edades comprendidas de 17 a 39 años. Cuyos resultados hay correlación entre la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico  $r = .568$ ;  $p < .001$  y el bienestar psicológico  $r = .568$ ;  $p < .001$  se correlacionan con el bienestar social Bienestar Psicológico pueden explicar en un 48,6% los cambios de la varianza del Bienestar Social como conclusión los resultados demuestran que el bienestar psicológico predice el bienestar social y por lo tanto hay relevancia en su dinámica. De alto bienestar psicológico que existen relación entre bienestar psicológico, bienestar social y satisfacción con la vida en los estudiantes universitarios.

Parada (2015) en su Tesis para optar Licenciatura en psicología: "Resiliencia, Bienestar Psicológico y autoeficacia en relación con el estrés en el Docente joven y las prácticas encaminadas a la prevención de la violencia escolar" tuvo como objetivo determinar si existe relación significativa entre la resiliencia y el bienestar psicológico. Fue un estudio descriptivo, correlacional, explicativo y de corte transversal. Se le aplicó la Escala de Resiliencia Docente y la escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Participaron por 101 docentes con edades entre los 25 y los 36 años y con un máximo de 6 años de experiencia en su labor, residentes en la ciudad de Bogotá, Colombia. En la investigación de los resultados es coherente con la

teoría y especialmente con el problema planteado, en la medida en que, al parecer, se comportan de forma similar y en la misma dirección, siendo aun así más fuerte la asociación entre la resiliencia y el bienestar psicológico. En conclusión, del estudio se evidenció que existe relación entre resiliencia y bienestar psicológico, y la autoeficacia no se encuentran relacionadas con los niveles de estrés que presentan los docentes jóvenes que afectan la labor del docente están fundamentadas en factores externos ajenos a los recursos internos con los que cuenta el profesional.

### **3.3. Bases teóricas de las variables**

#### **A. Bienestar psicológico**

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

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

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

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

Por ende, el bienestar viene dada principalmente porque se considera un componente esencial de la salud, la salud en su concepción más amplia permite afirmar, evaluar los niveles de bienestar, es evaluar niveles de salud, por lo que, en el trabajo sanitario enfocado en el sentido positivo, la evaluación del bienestar cobra una especial significación; por tanto, el bienestar psicológico expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo y que posee un carácter subjetivo-vivencial, en este sentido el bienestar surge del balance entre

las expectativas (proyección de futuro) y los logros (valoración del presente) en las áreas de mayor interés para el ser humano y que son el trabajo, la familia, la salud, las condiciones materiales de vida, las relaciones interpersonales, afectivas con la pareja, entre otros aspectos; esa satisfacción con la vida surge a punto de partida de una transacción entre el individuo y su entorno micro y macrosocial, donde se incluyen las condiciones objetivas materiales y sociales, que brindan al hombre determinadas oportunidades para la realización personal (García, López y Seuc, 2004).

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

#### Dimensiones de bienestar psicológico

- Autoaceptación

Posee en una actitud positiva hacia sí mismo; y acepta multitud de aspectos de uno mismo, incluidos buenos y malos cualidades se siente positivos sobre la vida pasada (Ryff, 2014).

- Relaciones positivas.

Tiene relaciones cálidas, satisfactorias y de confianza con los demás; le preocupa el bienestar de los demás; capaz de fuerte empatía como cariño de intimidad; entiende él toma y da de las relaciones humanas (Ryff, 2014).

- Autonomía

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

- Dominio del entorno

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

- Crecimiento personal

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

- Propósito en la vida

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

## **B. Resiliencia**

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

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

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

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

#### Acciones que permiten promover la resiliencia

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

- Fomentar la autoestima y el autocuidado. Ayudar a que reconozca las propias necesidades y sentimientos. Fomentar la participación en actividades que disfrute y encuentre relajantes. Proponer que haga ejercicio con regularidad. Indicar que el cuidado de sí mismo ayuda a mantener la mente y cuerpo listos para enfrentarse a situaciones que requieren resiliencia.
- Invitar a que alcance sus metas y promover el desarrollo de planes realistas. Proponer la realización de alguna actividad en forma regular, incluso si parece un logro pequeño, que le permita moverse hacia sus metas, paso a paso y evitar dejarse llevar por impulsos.
- Promover la toma de acciones decisivas previa información. Hacer que la persona adolescente participe de la toma de decisiones sobre su salud y para ello brinde información, aclare dudas y ofrezca las opciones tanto para prevención como para tratamiento en los casos en que sea necesario.
- Promover el buen relacionamiento con los miembros cercanos de la familia, amigos u otras personas importantes, así como estimular la aceptación de apoyo. Desarrollar y fortalecer las habilidades en comunicación contribuye a la resiliencia. Proponer la participación en grupos cívicos, organizaciones religiosas u otros grupos locales, pues se ha visto que en algunas personas

- esto les provee sostén social y las ayuda a tener esperanza. Ayudar a los demás en sus momentos de necesidad también fortalece al que lo hace.
- Proponer el autodescubrimiento, conocerse a sí mismo/a, buscar significado de su vida, establecer sus metas, sueños, aspiraciones y lo que considera que debe fortalecer.
  - Ayudar a entender que las crisis son problemas superables. Si bien no se puede cambiar el hecho de que suceden los eventos altamente estresantes, sí se puede cambiar la forma de interpretar y responder a estos eventos. Ayudar e invitar a que mire más allá del presente y a pensar en el futuro.
  - Contribuir a aceptar el cambio como parte de la vida. Algunas metas pueden no ser alcanzables como resultado de situaciones adversas. Aceptar las circunstancias que no se pueden cambiar puede ayudarlo a concentrarse en las circunstancias que se pueden alterar.
  - Ayudar a cultivar una visión positiva de sí mismo y promover el desarrollo de la confianza en su capacidad para resolver problemas y que confíe en sus instintos, como aspectos que ayudan a construir la resiliencia.
  - Contribuir a mantener las cosas en perspectiva, incluso en momentos difíciles.
  - Promover una actitud optimista y el sentido del humor, así también, una visión optimista le permite esperar que ocurran cosas buenas en su vida.

#### Habilidades que distinguen a una persona resiliente

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

- Respuesta rápida al peligro. Es la habilidad para reconocer las situaciones que ponen al sujeto en riesgo.
- Madurez precoz. Desarrollo de la capacidad de hacerse cargo de sí mismo.
- Desvinculación afectiva. Se refiere a separar los sentimientos intensos sobre uno mismo.
- Búsqueda de información. Se refiere a la preocupación por aprender todo lo relacionado con el entorno.



- Obtención y utilización de relaciones que ayuden a subsistir. Es la capacidad para crear relaciones que beneficien a la persona en momentos críticos.
- Anticipación proyectiva positiva. Se refiere a la capacidad de imaginar un futuro mejor al presente.
- Decisión de tomar riesgos. Es la habilidad de asumir la responsabilidad propia cuando se toman decisiones incluso si la decisión tiene algún tipo de riesgo.
- La convicción de ser amado. Creer que se puede ser amado por los demás.
- Idealización del rival. La persona se identifica con alguna característica de su oponente.
- Reconstrucción cognitiva del dolor. Es la habilidad para identificar los eventos negativos de la forma que sea más aceptable.
- Altruismo. Se refiere al placer de ayudar a otros.
- Optimismo y esperanza. Es la disposición de tomar positivamente las cosas que podrían ocurrir en el futuro.

#### Antecedentes de tipo personal en la resiliencia

A continuación, se presentarán los antecedentes de la resiliencia de tipo personal considerados más relevantes para esta revisión:

- Relaciones interpersonales

Las relaciones interpersonales positivas son un requisito importante para el desarrollo de la resiliencia, tanto a nivel individual como de equipo, porque las relaciones interpersonales pueden ayudar a desarrollar, acumular y facilitar el acceso a recursos importantes, reducir el impacto de las situaciones amenazantes y proveer información clarificadora que reduce la incertidumbre. Sin embargo, no todas las relaciones son igual de importantes para el desarrollo de la resiliencia. De hecho, las relaciones pueden tanto facilitar como entorpecer el compartimiento de informaciones, los procesos de aprendizaje y el desarrollo de soluciones adaptativas para los problemas que se presentan (Meneghel, Salanova y Martínez, 2016).

- Auto eficiencia

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

- Emociones positivas

Tienen el potencial para calmar la excitación autonómica generada por las emociones negativas y ampliar la atención de la persona, así como su pensamiento y los repertorios conductuales, lo cual, contribuye a las personas más resilientes, son aquellas que utilizan estrategias que provocan emociones positivas para regular las situaciones emocionales negativas, entonces, las emociones positivas conducen a niveles más altos de resiliencia, la resiliencia actúa también generando emociones positivas, de manera que, ante situaciones estresantes, las personas más resilientes generan y emplean las emociones positivas para hacerle frente (Meneghel, Salanova y Martínez, 2016).

### **3.4. Definición de términos básicos**

- Auto-eficiencia. Es la percepción de sí mismo positiva y la confianza en sus cualidades y posibilidades (Uriarte, 2016).
- Autonomía. Es el sentido de la propia identidad, la habilidad para poder actuar independientemente y al control de elementos del propio ambiente de
- Iniciativa. Es la capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos (Maute, et al., 2009).
- Optimismo. Es una fortaleza psicológica y un factor protector ante las dificultades (Uriarte, 2014).
- Resiliencia. Es el proceso mediante el cual las personas realizan una integración positiva, a pesar de las dificultades y limitaciones que se producen. Capacidad de la persona para hacer las cosas bien pese a las

circunstancias adversas, lo cual implica una capacidad de resistencia y una facultad de construcción positiva (Uriarte, 2014).

- Adaptabilidad

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

- Relaciones positivas

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

- Bienestar psicológico

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

- Competencia personal

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

- Discapacidad

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

- Vínculos sociales

Los vínculos sociales constituyen uno de los ejes principales sobre los cuales se estructura el pensamiento sociológico en la medida en que retoman el problema central sobre el cual se conforma la vida en sociedad, es decir, a

partir del tipo de intercambios que llevan a cabo los individuos (Sánchez 2008).

- Vulnerabilidad

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

- Crecimiento personal

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

- Dominio del entorno

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

- Propósito en la vida

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

## **IV. METODOLOGIA**

### **4.1. Hipótesis de la investigación**

#### **4.1.1. Hipótesis general**

Existe relación positiva entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

#### **4.1.2. Hipótesis específicas**

Existe relación positiva entre autoaceptación y competencia personal en Personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

Existe relación positiva entre dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

Existe relación positiva entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

### **4.2. Variables del estudio**

#### **4.2.1. Definición conceptual**

- Definición conceptual de bienestar psicológico

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

- Definición conceptual de resiliencia

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

#### **4.2.2. Definición operacional**

- Definición operacional de bienestar psicológico

Manifiesta el proceso de comportamiento y actitudes para remontar el fracaso, para identificar la capacidad humana de desarrollarse psicológica y socialmente a

pesar de vivir en contextos de riesgo, haciendo referencia tanto a individuos como a grupos capaces de sobreponerse a contextos desfavorecidos. El Bienestar psicológico se evaluó mediante la Escala de Bienestar Psicológico Ryff (Alvares 2019) con 29 ítems, que comprende de seis dimensiones:1.-Autoaceptación, 2.-Relaciones Positivas, 3.-Autonomía, 4.-Dominio del entorno, 5.-Crecimiento Personal, 6.-Propósito en la Vida.

- Definición operacional de resiliencia

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

### **4.3. Tipo y nivel de la investigación**

Tipo.

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

Nivel.

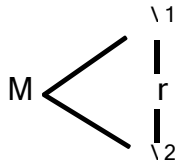
En la presente investigación se consideró el tipo de correlacional, porque tiene como finalidad “conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables de un contexto en particular” (Hernández, et al, 2010, p.81).

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

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

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

El diagrama representativo de este diseño es:



Donde:

M = Muestra

V<sub>1</sub> = variable: Bienestar psicológico

V<sub>2</sub> = variable; Resiliencia

r = Relación entre las V<sub>1</sub> y V<sub>2</sub>

#### 4.5. Población y muestra de estudio

##### 4.5.1. Población

La población de estudio estuvo constituida por 96 personas con discapacidad, de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica.

##### 4.5.2. Muestra

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

Se llegó a emplear la siguiente formula:

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

Donde:

N = Población = 96

n = Muestra

$d = \text{Margen de Error} = 5\% = 0.05$   
 $Z = \text{Nivel de Confianza} = 95\% \Rightarrow 1.96$   
 $p = \text{Probabilidad de Éxito} = 50\% = 0.5$   
 $q = \text{Probabilidad de Fracaso} = 50\% = 0.5$

Reemplazando a la fórmula:

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

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

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

Reemplazado

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

Se obtiene una muestra representativa de la población es de 64 personas con discapacidad, de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica,.

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

##### **4.6.1. Técnicas de recolección de datos.**

La técnica que se empleo es la encuesta para la recolección de datos, de las variables de Bienestar psicológico y resiliencia.

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



#### 4.6.2. Instrumentos de recolección de datos

##### Ficha técnica de Bienestar psicológico

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

##### Validez y confiabilidad:

Alvares (2019) trabajo con una población de 397 jóvenes que comprende entre las edades 18, a 72 años, para buscar la confiabilidad, obteniendo  $\alpha=.82$  lo cual indica que es confiable el instrumento de bienestar psicológico.

##### Ficha técnica de Resiliencia

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

Validez y confiabilidad:

Gómez (2019). Realizo en la población de 468 Jóvenes entre las edades 18, a 25 años, Para buscar la confiabilidad, obteniendo  $\alpha=.87$  lo cual indica que es confiable el instrumento de Resiliencia.

#### **4.7. Métodos de análisis de datos**

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

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

#### **4.8. Aspectos éticos**

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

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

## 5. RESULTADOS

### A. Análisis descriptivo de las variables

**Tabla 1**

Análisis de frecuencias de las variables Bienestar Psicológico y Resiliencia

<b>Estadísticos</b>			
		Bienestar psicológico	Resiliencia
N	Válidos	64	64
	Perdidos	0	0
Media		2,22	2,34
Mediana		2,00	2,00
Moda		2	2
Desv. Típ.		,417	,479
Varianza		,174	,229
Mínimo		2	2
Máximo		3	3
Suma		142	150
Percentiles	25	2,00	2,00
	50	2,00	2,00
	75	3,00	3,00

\*Fuente dentro de la tabla 1

### **Interpretación:**

La variable bienestar psicológico, presenta: la media =2 ,22; la mediana =2,00; la moda =2; desviación típica=0,41; varianza 0,17; mínimo=2; máximo =3.

Sin embargo, en la variable Resiliencia presenta la media= 2,34 la mediana = 2,00; moda = 2; desviación típica = 0,47; varianza = 0,22; mínimo=2; máximo=3.

**Tabla 2**

*Nivel de Bienestar Psicológico*

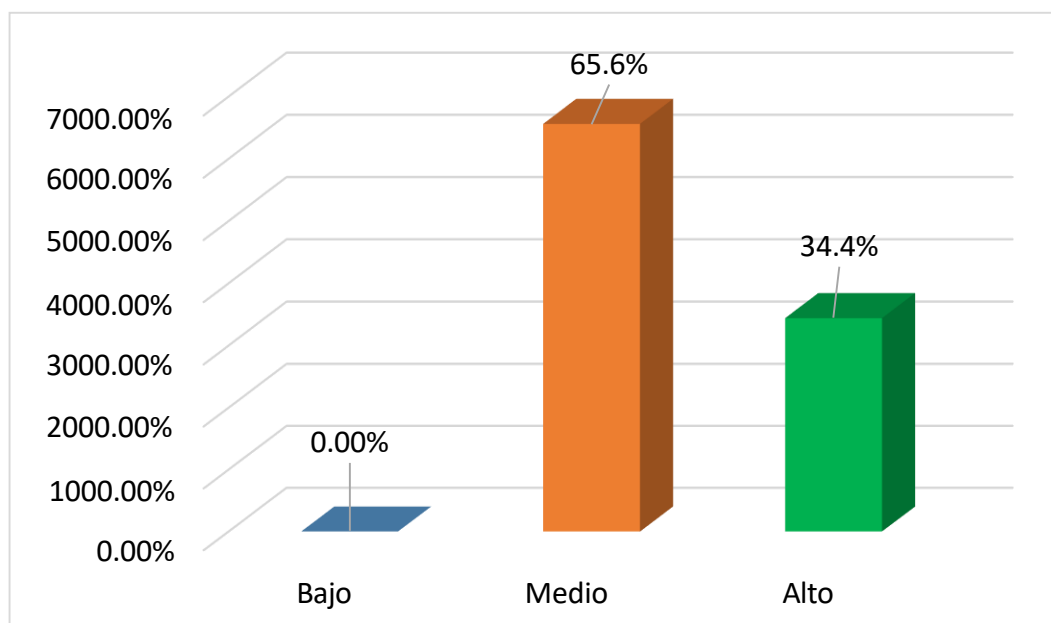
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	0	0,0%	0,0%	0,0%
Medio	42	65,6	65,6	65,6
Alto	22	34,4	34,4	100,0
Total	64	100,0	100,0	

Fuente: Tabla 1

En la tabla 2 se evidencia sobre las manifestaciones sobre el nivel de bienestar psicológico con una frecuencia significativa de 42 personas con discapacidad que corresponde al nivel medio; seguida por el nivel Alto=22 y ninguno se encuentra en el nivel bajo.

**Gráfico 1**

Nivel de Bienestar Psicológico



**Interpretación:**

En el gráfico 1 en cuanto al bienestar psicológico que el mayor porcentaje significativo es de 65,6% que corresponde a nivel medio; y el nivel alto = 34,4%.

**Tabla 3**

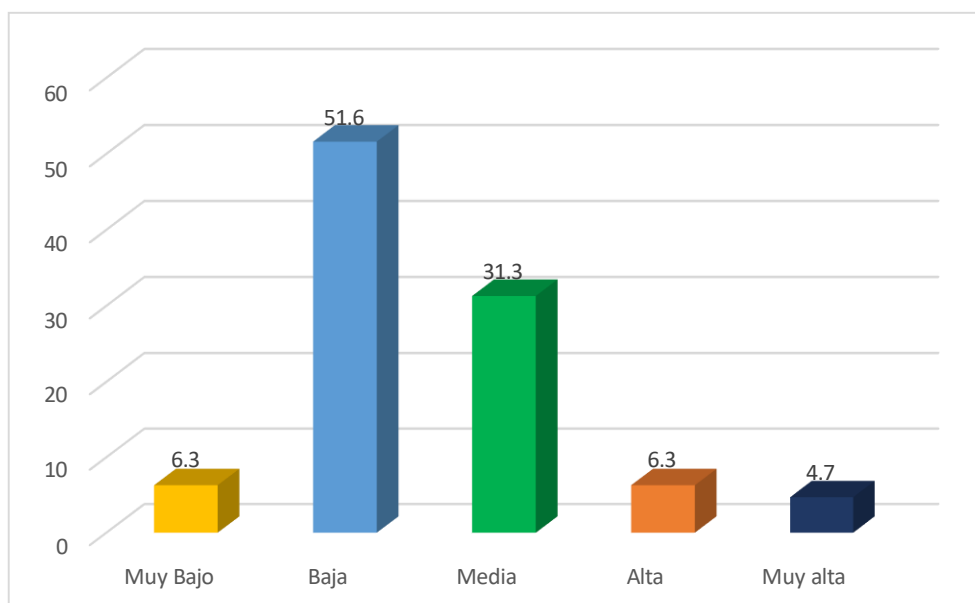
*Nivel de Resiliencia*

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

En la tabla 3 se evidencia sobre las manifestaciones del nivel de resiliencia con una frecuencia significativa de 33 personas con discapacidad en el estudio que corresponde al nivel bajo, Media= 20, muy bajo=4, Alta=4 y solo 3 muy alta resiliencia.

**Gráfico 2**

Nivel de Bienestar Psicológico



En el gráfico 2 en cuanto a la resiliencia que el mayor porcentaje significativo es de 51,6% sobre el indicador baja, Seguido porcentaje es 31,3% sobre el indicador medio, seguido porcentaje 6,3% sobre los indicadores alta y muy baja y por último porcentaje 4,7% sobre el indicador muy alta.

## B. Contrastación de las hipótesis según a los objetivos

Según al objetivo general Determinar la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia

**Tabla 4**

*Correlación entre variables Bienestar Psicológico y Resiliencia*

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

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

Ho: No existe relación baja entre las variables bienestar psicológico y resiliencia en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

H1: Existe relación entre las variables bienestar psicológico y resiliencia en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

### Decisión

Existe correlación entre bienestar psicológico y resiliencia en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022; porque, la Correlación de Pearson= ,248, lo cual, es mayor a .05, con consiguiente se rechaza la Ho y se acepta H1.

### **Tabla 5**

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

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

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

#### **\*Fuente tabla 5**

Ho: Se rechaza la hipótesis nula porque no existe relación entre las dimensiones auto-aceptación y competencia personal en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

H1: Existe correlación positiva de intensidad baja el valor de  $P= 0,45$  de las dimensiones auto-aceptación y competencia personal en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

En la tabla 5, se evidencia que existe relación de las dimensiones auto-aceptación y competencia personal, porque la Correlación Pearson es mayor a 0,05, lo cual, indica cuando las personas con discapacidad presentan niveles elevados de auto-aceptación y competencia personal en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

**Tabla 6**

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

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

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

\*Fuente Tabla 6

Ho: Se rechaza la hipótesis nula porque no existe relación entre las dimensiones dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

H1: Se acepta la hipótesis alterna, porque existe correlación positiva de intensidad baja el valor de P: = 0,282 de las dimensiones de dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2020.

En la tabla N 6, se evidencia que existe relación baja entre las dimensiones el dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida, porque la Correlación Pearson es mayor a 0,05, lo cual, indica cuando las personas con discapacidad presentan niveles elevados de dominio del entorno y aceptación de uno mismo y de la vida en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.



**Tabla 7**

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

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

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

Ho: Se rechaza la hipótesis nula porque no existe relación entre las dimensiones de propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

H1: Se acepta la hipótesis alterna, porque existe correlación positiva de intensidad baja el valor de  $P= 0,246$  de las dimensiones de propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

En la tabla 7, se evidencia que existe relación entre las dimensiones de propósito en la vida y la aceptación de uno mismo, porque la Correlación Pearson es mayor a,05, lo cual, indica cuando las personas con discapacidad presentan niveles elevados de propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

**Tabla 8**

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

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

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

Ho: Se rechaza la hipótesis nula porque no existe relación entre las dimensiones de crecimiento personal y la competencia personal en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

H1: Se acepta la hipótesis alterna, porque existe correlación positiva de intensidad regular el valor de P: =0,328 de las dimensiones de crecimiento personal y la competencia persona en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

En la tabla 8, se evidencia que existe relación de intensidad regular entre las dimensiones de crecimiento personal y la competencia personal, porque la Correlación Pearson =328, lo cual está por debajo de 0,05 esto quiero decir, cuando las personas con discapacidad presentan niveles elevados de crecimiento personal y la competencia personal en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

## 6. DISCUSIÓN

En el presente estudio se investigó el bienestar Psicológico y la Resiliencia de hallar la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en las personas con discapacidad en la provincia de Ica en el Distrito de Los Aquijes, 2021.

Se afirma que existe correlación baja entre bienestar psicológico y resiliencia en las personas con discapacidad. Es decir cuando las personas con discapacidad llegan a percibir muy buenos índices de bienestar psicológico, llegan a presentar niveles elevados de Resiliencia, o cuando llegan a percibir niveles bajos de bienestar psicológico presentan niveles bajos Resiliencia, en el primer objetivo indica que existe correlación positiva de intensidad baja entre Auto-aceptación y Competencia personal es decir cuando las personas con discapacidad llegan a percibir muy buenos índices de Auto-aceptación, llegan a presentar niveles buenos de competencia personal, o cuando llegan a percibir niveles bajos de Autoaceptación presentan niveles bajos de competencia personal y en el segundo objetivo lo cual indica porque existe correlación positiva de intensidad baja entre Dominio del entorno y Aceptación de uno mismo y de la vida es decir cuando las personas con discapacidad llegan a percibir muy buenos índices de Dominio del entorno, llegan a presentar niveles elevados de Aceptación de uno mismo y de la vida, o cuando llegan a percibir niveles bajos de Dominio del entorno presentan niveles bajos de Aceptación de uno mismo y de la vida; en el tercer objetivo lo cual indica que existe correlación positiva de intensidad baja entre las dimensiones de propósito en la vida y la aceptación de uno mismo y de la vida es decir cuando las personas con discapacidad llegan a percibir muy buenos índices de propósito en la vida, llegan a presentar niveles elevados de aceptación de uno mismo y de la vida, o cuando llegan a percibir niveles bajos de propósito en la vida presentan niveles bajos de aceptación de uno mismo y de la vida; en el cuarto objetivo lo cual indica que existe correlación positiva de intensidad regular entre las dimensiones de crecimiento personal y la competencia personal es decir cuando las personas con discapacidad llegan a percibir muy buenos índices de crecimiento personal, llegan a presentar niveles elevados de competencia personal, o cuando llegan a percibir niveles bajos de crecimiento personal presentan niveles bajos de competencia personal; *que* en la mayoría de las personas con discapacidad tiene 18 a 65 años

de edad; predominando el sexo masculino en una proporción de 2:1; En cuanto al nivel de bienestar psicológico el predominio medio de 65,6% y seguido de 34% sobre el nivel alto y cuanto al nivel de resiliencia el predominio el nivel bajo con 33% seguido por el 20% del nivel media y en los niveles de alta y muy bajo de 4% y en nivel muy alta con 3% de las (Tablas 2 y 3). Según los resultados obtenidos coinciden con lo señalado por el presente estudio investigado.

Este resultado obtenido se asemeja al estudio desarrollado por Bustamante (2019) quien afirma la existencia de relación positiva altamente significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia, es decir, a mayor bienestar, mayor manifestación de satisfacción personal, asimismo, el entorno condiciona el bienestar psicológico de las personas, pues su comportamiento está condicionado a vivir bajo reglas con el fin moderar su conducta delictiva.

Algo similar sucede con el estudio de González (2017) quien demuestra que existe una correlación altamente significativa, de tipo directa y de un nivel moderado ( $\rho = ,485$ ;  $p < 0.01$ ) entre las variables Resiliencia y Bienestar Psicológico, asimismo, la resiliencia varía en función de los puntajes de Bienestar Psicológico.

En su tesis de estudio de Boza (2018) "Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana – Lima 2018" lo cual estuvo una muestra de 306 estudiantes se observa que no presenta relación estadísticamente ( $r = ,083$ ,  $p = 145$ ) entre funcionamiento familiar y bienestar psicológico.

Por otra parte, Noguera, K. (2017) en su tesis "Bienestar espiritual y resiliencia en estudiantes de dos Universidades de Lurigancho-Lima 2016" la cual tuvo una muestra de 307 estudiantes universitarios, se muestra que existe coincidencia con un nivel significativo alto de bienestar espiritual  $r = ,154$ ;  $p < 0,05$ )

En el estudio desarrollado por Brito y Ureche (2019) "Resiliencia y bienestar en Estudiantes universitarios en Iberoamérica- Santa Marta, Colombia 2020" cuyo resultado obtenido se asemeja al quien afirma la existencia de relación positiva

altamente significativa entre Resiliencia y bienestar en Estudiantes universitarios, es decir, a mayor bienestar, mayor manifestación de satisfacción personal.

Por otra parte, Parada, (2015) en su tesis “Resiliencia, Bienestar Psicológico y autoeficacia en relación con el estrés en el Docente joven y las prácticas encaminadas a la prevención de la violencia escolar”, se muestra que no existe coincidencia con los niveles de estrés que presentan los docentes jóvenes.

## 7. CONCLUSIONES

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

1. Respecto al objetivo general, se encontró que existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en las personas con discapacidad en la provincia de Ica del Distrito de Los Aquijes, porque el valor de Correlación de Pearson= 249.
2. Con respecto al en el primer objetivo específico existe correlación positiva de intensidad baja entre la auto- aceptación y Competencia personal, porque el valor de Correlación de Pearson= 252
3. segundo objetivo lo cual indica que existe correlación positiva de intensidad baja entre el dominio del entorno y Aceptación de uno mismo y de la vida porque el valor de Correlación de Pearson= 282.
4. En el tercer objetivo lo cual indica que existe correlación positiva de intensidad baja entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo, porque el valor de Correlación de Pearson= 246
5. En el cuarto objetivo, existe correlación positiva con una intensidad moderada entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo, porque el valor de Correlación de Pearson= 328.

Como principal conclusión del estudio científico poseen un nivel bajo de resiliencia, es decir falta de capacidad para superar los eventos adversos, salir adelante a pesar de las dificultades y adaptare positivamente a las situaciones difíciles.

## 8. RECOMENDACIONES

- 1) Se recomienda a la Municipalidad Brindar talleres psicológicos para fortalecer el bienestar psicológico y la resiliencia en las personas con discapacidad en la provincia de Ica del Distrito de Los Aquijes., para fomentar la salud mental y así llegar a mejorar las capacidades para sobrellevar a los problemas que se enfrentan.
- 2) Se recomienda a Oficina Municipal de Atención de Atención de la Persona con Discapacidad desarrollar capacitaciones a las personas con estas personas para mejorar su autonomía, dominio del entorno, para planificar, tomar elecciones propias y con responsabilidad para desarrollar un buen proyecto de vida y tener autocontrol emocional para tener un buen manejo del entorno
- 3) Asimismo, al Consejo Nacional para La Integración De La Persona Con Discapacidad desarrollar talleres de aceptación y competencia personal para fortalecer el crecimiento de su desarrolló personal, para tener una satisfacción como ser, buena identidad ser más competentes.
- 4) Se recomienda a toda la comunidad de las personas con discapacidad ser partícipes de diferentes eventos que se desarrolla en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica; para interactuar con los demás y así fomentar las habilidades que uno presenta, como también fortalecer la autoestima, la perseverancia, entre otros aspectos que ayuda a crecer como persona.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvares, N. (2019). Propiedades Psicométricas de la Escala Bienestar Psicológico. (Tesis para optar por el título profesional de Licenciado en Psicología). Universidad de Lima, Lima. Recuperado de <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/ulima/10604>
- Asensio, A., Magallón, R., & García, J. (2017). Resiliencia: Impacto positivo en la salud física y mental. *INFAD Revista de Psicología*, 1 (2), 23-242.
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto: Revista de psicopatología y psicología clínica. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11 (3), 125-146.
- Benatuil, D. (2003). El bienestar psicológico en adolescentes desde una perspectiva cualitativa. *Psicología, Cultura y Sociedad*, (3), 43-58. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5645410>
- Castilla, H., Coronel, J., Bonilla, A., Mendoza, M., & Barrosa, M. (2016). Validez y confiabilidad de la escala de resiliencia (Sacaleresilience) en una muestra de estudiantes y adultos de la ciudad de Lima. *Revista peruana de psicología y trabajo social*, 4 (2), 121-136.
- Charaja, F. (2011). El MAPIC de la Mitología de la investigación. Puno, Perú: Biblioteca nacional del Perú.
- Cortez, M. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo en adolescentes de Trujillo. *Ciencia y Tecnología*, 12 (4), 101-112.
- Casullo, M. (2002). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo en adolescentes de Trujillo. *Ciencia y Tecnología*, 12 (4), 101-112.
- Domínguez, A. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de lima un enfoque de ecuaciones estructurales, *Psicología avances de la disciplina*, 8 (1). 23-34. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297231283003>

- Freire, C., Ferradás, M. del M., Núñez, J. C., & Valle, A. (2017). Estructura factorial de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 10 (1), 1-8. doi:10.1016/j.ejeps.2016.10.001
- García del Castillo, J. A., García del Castillo, A., López, C., Dias, C. (2016). Conceptualización teórica de la Resiliencia Psicosocial y su relación con la salud, *Salud y drogas*, 16 (1) 59-68. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83943611006>
- García, C., & Gonzáles, I. (2000). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista cubana de medicina general integral*, 16 (6), 586-592. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v16n6/mgi10600.pdf>
- García, C., López, V., & Seuc, A. (2004). Propuesta metodológica para la evaluación del bienestar psicológico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 7 (2), 36-55.
- García, M., & Domínguez, E. (2012). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11 (1), 63-77. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/773/77325885001.pdf>
- Gómez, M. A. (2019). Estandarización de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young en universitarios de Lima metropolitana. (Tesis de Licenciatura, universidad Ricardo Palma). Recuperado de <http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1921/1Estandarizaci%C3%B3n%20de%20Escala%20de%20Resiliencia%20de%20Wagnild%20%26%20Young%20en%20universitarios%20de%20Lima%20Metropolitana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández, R; Fernández, C; & Baptista; P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc GRAW - HILL / Interamericana Editores, S.A. de C.V.



- Hernández. & S Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación las rutas cuantitativa y cualitativa y mixta*. México: McGRAW-HILL. INTERAMERICANA EDITORES, S.A. de C.V.
- Jensen, A., & Faedda, L. (2011), Exploración de la dimensión aceptación/control del bienestar psicológico: los significados otorgados según grupo de edad y género. *Psicología del desarrollo*, 74-78. Recuperado de <https://www.aacademica.org/000-052/367>
- Mauteu, R., García, M., Gil., & Caballer, A. (2009). *¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador*. Recuperado de [http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77669/forum\\_2009\\_15.pdf](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77669/forum_2009_15.pdf)
- Meneghel, I., Salanova, M., & Martínez, I. (2013). El camino de la Resiliencia Organizacional - Una revisión teórica. *Revista de Psicología Aloma*, 31 (2), 13-24.
- Merino-Tejedor, E., Hontangas, P. M., & Petrides, K. V. (2018). La adaptabilidad a la carrera media el efecto de la inteligencia emocional rasgo sobre el compromiso académico. *Revista de Psicodidáctica*, 23(2), 77-85. doi: 10.1016/j.psicod.2017.10.001
- Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. (2012). *Adolescencia: Manual Clínico*. Asunción, Paraguay: Edición Norma Stella González.
- Navarro, O., Luciani, L., & Juca, F. (2017). Resiliencia Organizacional: competencia clave de los CEO. *Universidad y sociedad*, 9 (5), 165-170. Recuperado de <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/727/827>
- Organización Mundial de la Salud y el Grupo del Banco Mundial. (OMS, 2020). *Informe mundial sobre la discapacidad*, Recuperado de [https://www.who.int/disabilities/world\\_report/2011/es/](https://www.who.int/disabilities/world_report/2011/es/)
- Organización Mundial de la Salud. (OMS, 2020). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

- Organización Mundial de la Salud. (OMS, 2020). Temas de salud Discapacidad. Recuperado de <https://www.who.int/topics/disabilities/es/>
- Palomar, J., & Gómez, N. (2010). Desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos (RESI-M). *Interdisciplinaria*, 27 (1), 7-22. Recuperado <https://www.redalyc.org/pdf/180/18014748002.pdf>
- Pérez Castro, J. (2020) Acceso a la educación y factores de vulnerabilidad en las personas con discapacidad, *Voces De la Educación*, 5(10), 59-74. Recuperado de <https://orcid.org/0000-0002-5176-0531>
- Romero, A., García, A., & Brustad, R. (2009). Estado del arte, y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en psicología del deporte. *Revista Latinoamérica de Psicología*, 41 (2), 335-347. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80511496011.pdf>
- Ryff, C. (2014). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83 (1), 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Sánchez, J. (2008). Los vínculos sociales como formas de regulación. Reflexiones sobre el poder de los vínculos en la sociedad colombiana. *Nóesis. Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 1 (34), 204-234. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=85913301008>
- Uriarte, J. (2014). Resiliencia y Envejecimiento. *Revista Europea de Investigación en Salud, Psicología y Educación*, 4 (2), 67-77. DIO: 10.1989/ejihpe.v4i2.54
- Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya, R., Dioses, A., Velásquez, N., Araki, R., & Reynoso, D. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes Universitarios Sanmarquinos. *Revista IIPS*, 11, (2), 139-152. Recuperado de [http://ateneo.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1593/revista\\_de\\_investigacion\\_en\\_psicologia07v11n2\\_2008.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://ateneo.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1593/revista_de_investigacion_en_psicologia07v11n2_2008.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Veliz Burgos, A. L., Dörner Paris, A. P., Soto Salcedo, A. G., & Arriagada, A. (2018). Bienestar psicológico y burnout en profesionales de atención primaria de

salud en la región de Los Lagos, *Chile. Acta Universitaria*, 28 (3), 56-64.  
doi: 10.15174/ au.2018.1895

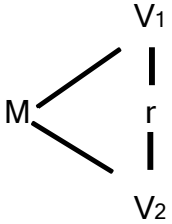
## **ANEXOS**

## Anexo 1: Matriz de consistencia

Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con Discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.

Autores: NACHO STALIN AMEZQUITA NOLASCO, MICHEELL CACERES ALLASI

Formulación del Problema	Formulación de los objetivos	Formulación de Hipótesis	Tipo, nivel y diseño de la investigación	Variables de investigación	Metodología
<p><b>PROBLEMA GENERAL</b></p> <p>¿Cuál es la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022?</p> <p><b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es la relación entre relaciones positivas y competencia personal en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022?</li> <li>• ¿Cuál es la relación entre el crecimiento personal y la</li> </ul>	<p><b>OBJETIVOS GENERAL</b></p> <p>Determinar la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.</p> <p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer la relación entre relaciones positivas y competencia personal en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.</li> <li>• Identificar la relación entre el crecimiento personal y la</li> </ul>	<p><b>HIPÓTESIS GENERAL</b></p> <p>Existe relación positiva entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en Personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.</p> <p><b>HIPÓTESIS ESPECÍFICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Existe relación positiva entre relaciones positivas y competencia personal en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica</li> <li>• Existe relación positiva entre el crecimiento personal y la</li> </ul>	<p><b>Nivel o tipo:</b></p> <p>correlacional</p> <p>porque “tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables de un contexto en particular” (Hernández, et al, 2010, p.81).</p> <p><b>Diseño:</b></p> <p>No experimental</p> <p>porque “son estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos” (Hernández, et al., 2010, p.149).</p>	<p><b>Variable 1:</b></p> <p>Bienestar psicológico.</p> <p><b>Dimensiones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auto-aceptación</li> <li>• Relaciones positivas</li> <li>• Autonomía</li> <li>• Dominio del entorno</li> <li>• Crecimiento personal</li> <li>• Propósito en la vida</li> </ul> <p><b>Variable 2:</b></p> <p>Resiliencia.</p>	<p><b>POBLACIÓN:</b></p> <p>Estará constituida por 96 personas con discapacidad, de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica.</p> <p><b>MUESTRA:</b></p> <p>Se empleó el método probabilístico, en la cual, Hernández, Fernández y Baptista (2010) menciona que es “el subgrupo de la población en el que todos los elementos de esta tienen la misma posibilidad de ser elegidos” (p. 176).</p>

<p>aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es la relación entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022?</li> </ul>	<p>aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer la relación entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.</li> </ul>	<p>aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Existe relación positiva entre el propósito en la vida y la aceptación de uno mismo en personas con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2022.</li> </ul>	<p>De corte trasversal, porque son “investigaciones que se recopilan datos en un momento único” (Hernández, et al, 2010, p.151).</p> <p><b>Diagrama:</b></p>  <p><b>Dónde:</b>  M = Muestra  V1= Bienestar psicológico  V2= Resiliencia  r = Relación o correlación</p>	<p><b>Dimensiones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Competencia personal</li> <li>• Aceptación de uno mismo</li> </ul>	<p>Por consiguiente: La muestra representaba es de 64 personas</p> <p><b>RECOLECCIÓN DE DATOS</b></p> <p><b>Técnica:</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de Bienestar Psicológico de Ryff</li> <li>• Escala de Resiliencia de Wagnild G. y Young</li> </ul>
--	---	--	--	--	--

## Anexo 2: Matriz de operacionalización

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Definición conceptual	Indicadores	Escala índice valorización
<b>Bienestar psicológico</b>	Es el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo (Cortez, 2016).	Comprende fomentar acerca de las fortalezas y virtudes humanas así como el afecto que tiene en la vida de las personas y la sociedad en la cual se desarrollan	<b>Autoaceptación</b>	Dominio propio de su vida y la aceptación de sí mismo (Jensen y Faedda 2011).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aceptación de los errores</li> <li>- Encaminar los problemas</li> <li>- Tener gusto consigo mismo</li> </ul>	Muy alto
			<b>Relaciones positivas</b>	Capacidad de mantener confianza y empatía con los demás (Alvarez,2019).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crear entornos sociales</li> <li>- Llevarse bien con los demás</li> </ul>	
			<b>Autonomía</b>	Es la capacidad de sostener la propia individualidad en diferentes contextos (Domínguez, 2014).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocer tus amistades</li> <li>- Expresar los sentimientos</li> <li>- Tomar decisiones</li> </ul>	Promedio
			<b>Dominio del entorno</b>	Es la capacidad para establecer buenos vínculos con los demás (Jensen y Faedda 2011).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Me siento realizado</li> <li>- Capacidad de lograr mis objetivos</li> </ul>	Bajo
			<b>Crecimiento personal</b>	Es contar con metas y proyectos de vida, considerar que la vida	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crear entorno personal</li> <li>- Cuento con el apoyo de los demas</li> </ul>	

				tiene significado (Casullo, 2002).		
			<b>Propósito en la vida</b>	Capacidad de desarrollar su potencial, a través de nuevas experiencias y mejoras constantes (Alvarez,2019).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Progreso personal</li> <li>- Las oportunidades estan de mi lado</li> </ul>	
<b>Resiliencia</b>	Capacidad de superar los eventos, y ser capaz de tener un desarrollo exitoso a pesar de circunstancias muy adversas (Becoña,2006).	Manifiesta el proceso de comportamiento y actitudes para remontar el fracaso	<b>Competencia personal</b>	Capacidad de asumir responsabilidades con independencia (Castilla, et al. 2016).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perseverancia</li> <li>- Sentirse bien solo</li> <li>- Confianza en sí mismo</li> </ul>	Muy alto Alto Bajo Muy bajo
			<b>Aceptación de uno mismo y de la vida</b>	Son facultades de aceptación del presente y futuro y continuar viviendo (Castilla, et al. 2016).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ecuanimidad</li> <li>- Satisfacción Personal</li> </ul>	

## Anexo 3: Instrumentos

### Escala de Bienestar Psicológico Ryff

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

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

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



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

## Escala de Resiliencia Wagnild y Young

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

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

Espere las indicaciones para comenzar la evaluación.

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

Ítems	1	2	3	4	5	6	7
1. Cuando planifico algo lo realizo							
2. Soy capaz resolver mis problemas							
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.							
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.							
5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).							
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.							
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.							
8. me siento bien conmigo mismo(a).							
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10. Soy decidido(a)							
11. Soy amigo(a) de mí mismo.							

12. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.							
13. Considero cada situación de manera detallada.							
14. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.							
15. Soy auto disciplinado (a).							
16. Por lo general encuentro de que reírme.							
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.							
18. En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.							
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.							
20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no.							
21. Mi vida tiene sentido							
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.							
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.							
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.							
25. Acepto que hay personas a las que no les agrado							

### Anexo 5: Matriz de Datos

Muestra	Género	Bienestar Psicológico	Autoaceptación	Relaciones positivas	Autonomía	Dominio del entorno	Crecimiento personal	Propósito en la vida	Resiliencia	Competencia personal	Aceptación de uno mismo y de la vida
1	Femenina	Alto	Medio	Medio	Medio	Medio	Alto	Alto	Alta	Media	Alta
2	Femenina	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Medio	Alto	Muy alta	Muy alta	Muy alta
3	Femenina	Alto	Medio	Medio	Alto	Medio	Medio	Alto	Alta	Alta	Muy alta
4	Femenina	Alto	Medio	Medio	Alto	Medio	Medio	Alto	Alta	Alta	Media
5	Femenina	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Medio	Medio	Media	Media	Media
6	Femenina	Medio	Medio	Medio	Alto	Bajo	Bajo	Bajo	Alta	Alta	Alta
7	Masculino	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Alto	Media	Media	Media
8	Masculino	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Medio	Bajo	Alta	Media	Alta
9	Masculino	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Media	Media	Alta
10	Femenina	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Alta	Alta	Media
11	Femenina	Alto	Medio	Medio	Alto	Bajo	Medio	Alto	Media	Media	Media
12	Masculino	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Media	Media	Media
13	Masculino	Alto	Medio	Medio	Alto	Medio	Bajo	Medio	Media	Media	Media
14	Femenina	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Alta	Media	Alta
15	Masculino	Alto	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Medio	Media	Media	Alta
16	Femenina	Alto	Bajo	Medio	Medio	Medio	Bajo	Medio	Baja	Media	Baja
17	Masculino	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Baja
18	Femenina	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Alta
19	Femenina	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Alto	Media	Media	Media
20	Masculino	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Media
21	Femenina	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Baja	Baja	Baja
22	Masculino	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Alto	Media	Media	Media

23	Femenina	Alto	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Medio	Alta	Alta	Alta
24	Femenina	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Alta	Alta	Alta
25	Femenina	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Media	Media	Media
26	Femenina	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Media
27	Masculino	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Baja
28	Masculino	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Media	Media	Media
29	Femenina	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Muy alta		Muy alta
30	Femenina	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Muy alta	Muy alta	Muy alta
31	Masculino	Medio	Medio	Medio	Alto	Medio	Medio	Medio	Media	Media	Media
32	Femenina	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Baja
33	Masculino	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Baja
34	Femenina	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Alta
35	Femenina	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Media
36	Femenina	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Media
37	Femenina	Alto	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Media
38	Masculino	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Alta	Alta	Media
39	Masculino	Alto	Medio	Medio	Alto	Medio	Medio	Medio	Alta	Alta	Alta
40	Masculino	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Alta	Alta	Alta
41	Masculino	Alto	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Alta	Alta	Alta
42	Masculino	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Alta	Alta	Alta
43	Masculino	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Alta	Alta	Alta
44	Masculino	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Alto	Media	Media	Media
45	Femenina	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Alta	Media	Alta
46	Femenina	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Alto	Media	Media	Alta
47	Masculino	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Media
48	Masculino	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Media
49	Femenina	Alto	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Alto	Alta	Alta	Media
50	Masculino	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Alta	Alta	Alta

51	Femenina	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Alta	Alta	Alta
52	Masculino	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Alto	Alta	Alta	Muy alta
53	Masculino	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Alto	Alta	Alta	Media
54	Masculino	Alto	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Media	Media	Media
55	Masculino	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Alto	Media	Media	Alta
56	Masculino	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Media	Media	Alta
57	Femenina	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Alta	Alta	Media
58	Femenina	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Alta	Alta	Alta
59	Femenina	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Alta	Alta	Media
60	Femenina	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Medio	Alta	Alta	Media
61	Femenina	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Media	Media	Media
62	Femenina	Medio	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Alta	Alta	Media
63	Femenina	Alto	Medio	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Alto	Muy alta	Muy alta	Muy alta
64	Femenina	Medio	Bajo	Medio	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Media	Media	Media

## Anexo 6: Propuesta de valor

### **Propuesta de Valor para la Variable de Bienestar Psicológico**

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

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

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

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

### **Propuesta de Valor para la Variable de Resiliencia**

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

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

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

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

## Anexo 7

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE BIENESTAR PSICOLÓGICO

#### ESCALA BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF(EBP)

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		S í	N o	S í	N o	S í	N o	
	<b>DIMENSIÓN 1: Auto aceptación</b>							
1	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas	X		X		X		
2	Reconozco que tengo defectos	X		X		X		
3	Reconozco que tengo virtudes	X		X		X		
4	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo	X		X		X		Seguro(a), Positivo(a)
5	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría	X		X		X		
6	En general, me siento orgulloso de quién soy la vida que llevo	X		X		X		Orgulloso(a)
7	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	X		X		X		
Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>a</sup>		Relevancia <sup>a2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		S í	N o	S í	N o	S í	N o	
	<b>DIMENSIÓN 2: Relaciones Positivas</b>							
8	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas	X		X		X		
9	Puedo confiar en mis amigos.	X		X		X		
10	Mis relaciones amicales son duraderas	X		X		X		
11	Comprendo con facilidad como la gente se siente	X		X		X		
12	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo	X		X		X		
13	Mis amigos pueden confiar en mí	X		X		X		
14	Es importante tener amigos.	X		X		X		
Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>a1</sup>		Relevancia <sup>a2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		S í	N o	S í	N o	S í	N o	
	<b>DIMENSIÓN 3: Autonomía</b>							



15	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente	X		X		X		
16	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general	X		X		X		
17	Sostengo mis decisiones hasta el final	X		X		X		
18	Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí	X		X		X		
19	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros tienen	X		X		X		
<b>Nº</b>	<b>DIMENSIONES / ítems</b>	<b>Pertinencia<sup>a1</sup></b>		<b>Relevancia<sup>a2</sup></b>		<b>Claridad<sup>3</sup></b>		<b>Sugerencias</b>
	<b>DIMENSIÓN 4: Dominio del Entorno</b>	<b>S</b>	<b>N</b>	<b>S</b>	<b>N</b>	<b>S</b>	<b>N</b>	
20	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla	X		X		X		
21	Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles	X		X		X		
22	Siento que soy víctima de las circunstancias	X		X		X		
23	Tengo la capacidad de construir mi propio destino	X		X		X		
24	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo	X		X		X		
25	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria	X		X		X		
26	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto	X		X		X		
<b>Nº</b>	<b>DIMENSIONES / ítems</b>	<b>Pertinencia<sup>a1</sup></b>		<b>Relevancia<sup>a2</sup></b>		<b>Claridad<sup>3</sup></b>		<b>Sugerencias</b>
	<b>DIMENSIÓN 5: Propósito en la vida</b>	<b>S</b>	<b>N</b>	<b>S</b>	<b>N</b>	<b>S</b>	<b>N</b>	
27	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad	X		X		X		
28	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo	X		X		X		
29	Cuando cumpla una meta, me planteo otra	X		X		X		
30	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	X		X		X		

31	Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.	X		X		X		
32	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro	X		X		X		
33	Tomo acciones ante las metas que me planteo	X		X		X		
34	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	X		X		X		
<b>Nº</b>	<b>DIMENSIONES / ítems</b>	<b>Pertinencia<sup>1</sup></b>		<b>Relevancia<sup>2</sup></b>		<b>Claridad<sup>3</sup></b>		<b>Sugerencias</b>
	<b>DIMENSIÓN 6: Crecimiento personal</b>	<b>S</b>	<b>N</b>	<b>S</b>	<b>N</b>	<b>S</b>	<b>N</b>	
		<b>í</b>	<b>o</b>	<b>í</b>	<b>o</b>	<b>í</b>	<b>o</b>	
35	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo	X		X		X		
36	Considero que hasta ahora no hay mejoras en mi vida.	X		X		X		
37	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona	X		X		X		
38	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo	X		X		X		
39	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento	X		X		X		

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

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

Apellidos y nombres del juez validador. Mag. VALENCIA PECHO, Diego Ismael.

D.N.I.:46196305

Especialidad del validador: Psicología Clínica y de la Salud.

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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



FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 46196305

C.P.S.C:24039

## Anexo 8

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS

#### VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE: RESILIENCIA

#### WAGNILD Y YOUNG

#### TEST DE EVALUACIÓN DE RESILIENCIA

A continuación lea las siguientes declaraciones, donde usted encontrará 7 números que van desde el “1” (Totalmente desacuerdo) a “7” (totalmente en de acuerdo). Marque el número que mejor indica sus sentimientos sobre esa declaración. Por ejemplo, si usted está totalmente en desacuerdo con una declaración marque “1”. Si usted es neutral, marque “4”, y si usted está de acuerdo fuertemente marque “7”

No existen respuestas buenas o malas

Nº	Declaración	Totalmente en Desacuerdo	Muy en Desacuerdo	Un poco en Desacuerdo	Neutral	Un poco de Acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de Acuerdo
1	Cuando hago planes persisto en ellos	1	2	3	4	5	6	7
2	Normalmente enfrento los problemas de una u otra forma	1	2	3	4	5	6	7
3	Soy capaz de depender de mi mismo más que otros	1	2	3	4	5	6	7
4	Mantener el interés en las cosas es importante para mi	1	2	3	4	5	6	7
5	Puedo estar sólo si es necesario	1	2	3	4	5	6	7
6	Siento orgullo por haber obtenido cosas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7

7	Normalmente consigo las cosas sin mucha preocupación	1	2	3	4	5	6	7
8	Me quiero a mi mismo	1	2	3	4	5	6	7
9	Siento que puedo ocuparme de varias cosas al mismo tiempo	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy decidido en las cosas que hago en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez pienso sobre por qué suceden las cosas	1	2	3	4	5	6	7
12	Hago las cosas de una, cada día	1	2	3	4	5	6	7
13	Puedo superar momentos difíciles porque ya he pasado por dificultades anteriores	1	2	3	4	5	6	7
14	Soy disciplinado en las cosas que hago	1	2	3	4	5	6	7
15	Mantengo el interés en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
16	Normalmente puedo encontrar un motivo para reír.	1	2	3	4	5	6	7
17	Creer en mí mismo me hace superar momentos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18	En una emergencia, las personas pueden contar conmigo.	1	2	3	4	5	6	7
19	Normalmente trato de mirar una situación desde distintos puntos de vista	1	2	3	4	5	6	7
20	A veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera hacerlas	1	2	3	4	5	6	7
21	Mi vida tiene significado	1	2	3	4	5	6	7
22	No me quedo pensando en las cosas que no puedo cambiar	1	2	3	4	5	6	7

23	Cuando estoy en una situación difícil normalmente encuentro una salida	1	2	3	4	5	6	7
24	Tengo energía suficiente para lo que necesito hacer	1	2	3	4	5	6	7
25	Es normal que existan personas a las que no les caigo bien	1	2	3	4	5	6	7

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

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

Apellidos y nombres del juez validador. Mag. VALENCIA PECHO, Diego Ismael.

D.N.I.:46196305

Especialidad del validador: Psicología Clínica y de la Salud.

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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



FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 46196305

C.P.S.C:24039

## Anexo 9

### BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN LA ASOCIACIÓN SAULO DE TARSO EN LOS AQUIJES, ICA 2022

