

# UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO DE LA UPEU

Unidad de Posgrado de Ciencias Humanas y Educación



*Una Institución Adventista*

Bienestar subjetivo y apoyo social percibido en estudiantes  
de secundaria de una institución educativa pública  
de Lima Este, 2019

Por:

Flor Victoria Leiva Colos

Asesor:

Mg. Jania Elizabeth Jaimes Soncco

**Lima, junio de 2020**

## ANEXO 07 DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA DE LA TESIS

Yo **MG. JANIA ELIZABETH JAIMES SONCCO**, identificada con DNI N° 41507632, docente en la Unidad de Posgrado de Ciencias Humanas y Educación de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión;

### DECLARO:

Que la tesis titulada: *Bienestar subjetivo y apoyo social percibido en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este, 2019*, constituye la memoria que presenta a la Maestra **Flor Victoria Leiva Colos**, para obtener el grado académico de Maestría en Educación con mención en Psicología Educativa, cuya tesis ha sido desarrollada en la Universidad Peruana Unión con mi asesoría.

Asimismo, dejo constancia de que las opiniones y declaraciones registradas en la tesis son de entera responsabilidad del autor. No comprometen a la Universidad Peruana Unión.

Para los fines pertinentes, firmo esta declaración jurada, en la ciudad de Ñaña (Lima), a los dieciséis días del mes de junio de 2020.



---

**MG. JANIA ELIZABETH JAIMES SONCCO**

Asesora

## ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS DE MAESTRO(A)

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a 16 días del mes de junio del año 2020, siendo las 4:00 p.m., se reunieron en la modalidad online sincrónica, bajo la dirección del Señor Presidente del Jurado: Dra. Gabriela Requena Cabral, el secretario: Mg. Gissel Arteta Sandoval, los demás miembros: Mg. Maritza Julia Mendoza Galarza, Mg. Sara Esther Richard Pérez y el asesor: Mg. Jania Elizabeth Jaimes Soncco, con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de Tesis de Maestro(a) titulada: Bienestar subjetivo y apoyo social percibido

estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este, 2019

del Bachiller/Licenciado(a)

Flor Victoria Leiva Colos

Conducente a la obtención del Grado Académico de Maestro(a) en:

Educación

(Nomenclatura del Grado Académico) Psicología Educativa

con Mención en

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al candidato hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del Jurado a efectuar las preguntas, cuestionamientos y aclaraciones pertinentes, los cuales fueron absueltos por el candidato. Luego se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del Jurado.

Posteriormente, el Jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

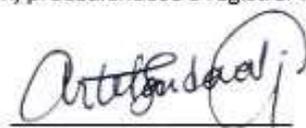
Bachiller/Licenciado (a): Flor Victoria Leiva Colos

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>19</u>	<u>A</u>	<u>Con nominación de excelente</u>	<u>Excelencia</u>

(\*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del Jurado invitó al candidato a ponerse de pie, para recibir la evaluación final. Además, el Presidente del Jurado concluyó el acto académico de sustentación, procediéndose a registrar las firmas respectivas.

\_\_\_\_\_  
Presidente

  
\_\_\_\_\_  
Secretario

\_\_\_\_\_  
Asesor

\_\_\_\_\_  
Miembro

\_\_\_\_\_  
Miembro

\_\_\_\_\_  
Bachiller/Licenciado(a)

## **Dedicatoria**

Dedico este trabajo de investigación a mi Dios, dador de vida y sabiduría; a Iván, mi esposo y fiel compañero de vida; a Vania, mi hija, quien me motiva a esforzarme más cada día y alcanzar más metas; y a mi mamá, Victoria Colos, por su apoyo incondicional y compañía mientras alcanzaba esta meta.

## **Agradecimientos**

A Dios, por su amor, cuidados y bendiciones, por proveer todo cuanto necesité para el alcance de este meta profesional.

A Iván, mi amigo, compañero y cómplice de cada sueño, por su apoyo y compañía.

A mi madre Victoria, ya que su ayuda y contribución en casa permitió la realización de esta investigación.

A la Mg. Jania Jaimes Soncco, por su asesoría, guía y contribución en la realización de esta investigación, por sus orientaciones oportunas y el tiempo brindado.

Al Psic. Wildman Vilca Quiro, por su contribución en el análisis estadístico de las variables en estudio, su apoyo fue fundamental para la elaboración de la discusión y conclusiones.

A mis amigos, por su aprecio y motivación durante el proceso de la realización de la tesis, su apoyo y buen humor fue fundamental para el logro de esta meta.

## Tabla de contenido

Dedicatoria .....	iv
Agradecimientos .....	v
Tabla de contenido .....	vi
Índice de tablas .....	viii
Índice de figuras.....	ix
Resumen.....	x
Abstract .....	xi
Capítulo I. Planteamiento del problema .....	1
1.1. Identificación del problema.....	1
1.2. Objetivos.....	6
1.3. Justificación.....	7
1.4. Presuposición Filosófica .....	8
Capítulo II. Marco teórico .....	11
2.1. Antecedentes de la investigación .....	11
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	11
2.1.2. Antecedentes nacionales .....	15
2.2. Bases Teóricas.....	18
2.2.1. Bienestar subjetivo .....	18
2.2.2. Apoyo social percibido .....	32

2.3. Hipótesis .....	46
Capítulo III. Materiales y métodos.....	47
3.1. Tipo de la investigación.....	47
3.2. Diseño de la investigación .....	47
3.3. Población y muestra .....	47
3.4. Operacionalización de variables.....	48
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	51
3.5.2. Instrumentos.....	51
a. Escala de Satisfacción con la vida (SWLS) .....	51
b. Escala de afectos positivos y negativos PANAS.....	52
c. Escala de Apoyo social familiar y de amigos (AFA-R) .....	54
3.5.3. Proceso de recolección de datos.....	55
3.6. Procesamiento y análisis de datos.....	56
3.7. Aspectos éticos .....	56
Capítulo IV. Resultados y discusión .....	57
Capítulo V. Conclusiones y Recomendaciones.....	68
Referencias.....	70
Anexos.....	92

## Índice de tablas

Tabla 1. Datos sociodemográficos de los participantes.....	47
Tabla 2. Operacionalización de la variable Bienestar Subjetivo .....	49
Tabla 3. Operacionalización de la variable Apoyo Social Percibido .....	50
Tabla 4. Nivel de Bienestar Subjetivo en los participantes .....	58
Tabla 5. Nivel de BienestarSubjetivo según sexo .....	59
Tabla 6. Nivel de Satisfacción con la vida según edad .....	60
Tabla 7. Nivel de Apoyo Social Percibido en los participantes .....	61
Tabla 8. Nivel de Apoyo Social Percibido según sexo .....	61
Tabla 9. Nivel de Apoyo Social Percibido según edad.....	62
Tabla 10. Prueba de bondad de ajuste para las variables de estudio .....	63
Tabla 11. Coeficiente de correlación entre las dimensiones de Bienestar Subjetivo y Apoyo Social Percibido .....	64

## Índice de figuras

Figura 1. Dimensión temporal del bienestar subjetivo .....	25
--	----

## Resumen

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre bienestar subjetivo y apoyo social percibido en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Lima Este, para ello, consideró la perspectiva de origen hedónica para explicar el Bienestar Subjetivo, propuesta por Diener (1984); y el Apoyo Social percibido, desde el enfoque funcional; fue un estudio de tipo cuantitativo y correlacional, donde la población estuvo compuesta por 308 estudiantes de ambos sexos con edades de 11 a 17 años, los instrumentos utilizados para medir las variables fueron la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS) de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985), Escala de afectos positivos y negativos PANAS de Watson, Clark y Tellegen (1988); ambos para medir la dimensión cognitiva y afectiva del Bienestar Subjetivo, respectivamente; y la Escala de apoyo social familiar y de amigos (AFA-R) de Gonzales y Landero (20014) para medir la variable de Apoyo Social Percibido. Los resultados señalaron que el apoyo social percibido se relaciona significativamente con la dimensión satisfacción con la vida ( $\rho=.403;p<.01$ ), del mismo modo, con la dimensión de afectos positivos ( $\rho=.093;p<.01$ ); sin embargo, existe una relación negativa con los afectos negativos ( $\rho=-.181;p<.01$ ); de este modo, se establece que existe relación significativa entre las dimensiones del bienestar subjetivo y el apoyo social percibido.

**Palabras clave:** Bienestar subjetivo, satisfacción con la vida, afectos positivos, afectos negativos, apoyo social, adolescentes.

## **Abstract**

The objective of the research was to determine the relationship between subjective well-being and social support perceived in secondary school students of a public educational institution in East Lima, for this, considered the perspective of hedonic origin to explain the Subjective Well-being, proposed by Diener (1984) ; and the perceived Social Support, from the functional approach; It was a quantitative and correlational study, where the population was composed of 308 students of both sexes with ages from 11 to 17 years, the instruments used to measure the variables were the Satisfaction with Life Scale (SWLS) of Diener, Emmons , Larsen and Griffin (1985), PANAS Positive and Negative Affects Scale by Watson, Clark and Tellegen (1988); both to measure the cognitive and affective dimension of Subjective Wellbeing, respectively; and the Family and Friends Social Support Scale (AFA-R) of Gonzales and Landero (20014) to measure the Perceived Social Support variable. The results indicated that perceived social support is significantly related to the satisfaction with life dimension ( $\rho = .403$ ;  $p < .01$ ), in the same way, with the dimension of positive affects ( $\rho = .093$ ;  $p < .01$  ); however, there is a negative relationship with negative affects ( $\rho = -.181$ ;  $p < .01$ ); Thus, it is established that there is a significant relationship between the dimensions of subjective well-being and perceived social support.

**Keywords:** Subjective well-being, life satisfaction, positive affects, negative affects, social support, adolescents.

## **Capítulo I. Planteamiento del problema**

### **1.1. Identificación del problema**

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2015) el mundo actual se caracteriza por altos niveles de complejidad y contradicción, generando tensiones en diversos ámbitos, tales como la educación, la salud, la economía, entre otros; esta situación repercute en el bienestar del ser humano, siendo una amenaza para la salud y por ende para la sociedad, el bienestar es una de las características de la salud mental, que permite afrontar las tensiones de la vida, favoreciendo su productividad y contribuyendo a su entorno, tal como lo señala la Organización mundial de la Salud (OMS, 2013), así mismo, Fredrickson (2000) enfatiza en el importante rol protector que ejerce frente a situaciones adversas y en el desarrollo de recursos personales que repercuten positivamente en la competencia social. Sin embargo, tales situaciones se han presentado desde hace mucho tiempo, coexistiendo con el ser humano, menguando el bienestar de este y generando problemas de salud, tanto a nivel físico como emocional, es así, que en la actualidad se pueden percibir altas tasas de mortalidad, enfermedad, problemas psicosociales, entre otros, que afectan al ser humano en sus diversas etapas.

La OMS (2017) señaló, en el informe sobre el Monitoreo de Avance en materia de Enfermedades no Transmisibles 2017, que el 70% de las muertes en el mundo se dan debido a las enfermedades no transmisibles (ENT) tales como el cáncer, la diabetes y las enfermedades respiratorias crónicas, siendo estas la principal causa de muerte, así mismo, señala que los factores de riesgo asociados son el consumo de tabaco, una dieta no saludable, la falta de actividad física, el uso nocivo de alcohol; todos estos asociados al sobrepeso y obesidad, aumentando la tensión

arterial, el colesterol, lo que finalmente desencadena la enfermedad; respecto al Perú, informó que 67% de muertes se dieron debido a las ENT, siendo el total de muertes 113000 individuos; así mismo, en febrero del 2018, mediante el Centro de Prensa informó los riesgos para la salud en población adolescente, indicando que durante el 2015 se registraron 1,2 millones de muertes en adolescente, considerándose la principal causa de las lesiones los accidentes de tránsito; así mismo, que cada año se registran 44 nacimientos por cada 1000 mujeres de 15 a 19 años; concluyendo que la mitad de todos los trastornos de salud mental en la etapa adulta se manifiestan por primera vez a los 14 años, sin embargo, estos no se detectan ni tratan en su etapa inicial; por otro lado, en el área de salud mental, informó que en la actualidad más de 300 millones de personas en el mundo son afectadas por la depresión, siendo esta la causa principal de discapacidad y contribuyendo a la carga mundial general de morbilidad.

En el año 2014, la OMS informó que en el Perú, 13 de cada 100 encuestados entre 18 y 65 años presentaron trastornos mentales, siendo los trastornos de mayor frecuencia la ansiedad, estado de ánimo, control de impulsos y uso de sustancias, los trastornos más prevalentes fueron la fobia específica (4,6%), el trastorno depresivo mayor (2,7%), el trastorno explosivo intermitente (1,9%); y el abuso de alcohol (1,5%), además el 90% de las personas no llegan a acceder a tratamiento por un profesional de la salud (Piazza y Fiestas, 2014). Por su parte, el Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado Hideyo Noguchi (2013) indica que los desórdenes mentales más frecuentes en Lima Metropolitana y el Callao son el episodio depresivo (17,2%), los problemas relacionados con el uso de alcohol (7,5%) y el desorden de estrés postraumático (5,1%), así mismo, que el 31% de

personas que percibieron algún problema de salud mental habían recibido atención en algún hospital general.

El Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2018) señaló que 1.300 millones de personas en el mundo experimentan pobreza multidimensional en su vida diaria, lo que representa la cuarta parte de la población mundial, siendo menores de 18 años la mitad de éstos, y el 46 % de personas consideradas pobre vive en pobreza severa, sufriendo carencias al menos en la mitad de las dimensiones que cubre los Índices de Pobreza Multidimensional. En el Perú, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2017) informó que durante el año 2017 la pobreza afectó al 21,7% de la población, representando ésta a 6 millones 906 mil peruanos, siendo la incidencia mayor en población infantil y adolescentes, esto debido a la falta de recursos en los hogares pobres, asociándose a la mal nutrición, abandono escolar y a la falta de acceso a servicios médicos, ante esta realidad la INEI señala que esta situación podría tener efecto en las oportunidades de niños, niñas y adolescente para desarrollarse en futuro; en Lima Metropolitana, la población que vive en situación de pobreza es el 13.3%, la que se ha incrementado 2.3 puntos porcentuales en relación al año 2016.

Estas realidades apuntan a lo señalado por Coll (2010), quien expresó que en las últimas décadas se han dado cambios sociales, políticos, económicos, culturales que plantean desafíos a los sistemas nacionales, por lo que es necesario implementar una forma diferente de abordar y afrontar lo que plantea el mundo actual; así también, Giddens (2000) explica que el ser humano no es ajeno a los cambios socio-históricos que suceden en el mundo, puesto que es afectado por estos cambios imprevistos, viéndose vulnerable y teniendo consecuencias en su bienestar, por lo que debe acudir a opciones que le permitan continuar con la vida

de la mejor manera, sea la etapa de desarrollo en la que se encuentre. Frente a este contexto, es importante considerar a la ciencia de la psicología positiva que en lugar de centrarse en los problemas y déficits, está interesada en explicar el funcionamiento óptimo del ser humano, así como los factores que promueven un desarrollo saludable y el bienestar (Carr, 2007).

Uno de estos factores es el bienestar subjetivo, el cual Diener (2009) define como la evaluación cognitiva y afectiva que realiza el ser humano sobre su vida, posee un carácter multidimensional, y está conformado por juicios cognitivos, referido a la satisfacción con la vida; y aspectos afectivos, que concentran los afectos positivos y negativos. A esto, Campbell, Converse, y Rodgers (1976) agregan que la satisfacción con la vida es expresada mediante el juicio global que la persona realiza sobre su trayectoria de vida, mientras que el afecto positivo y negativo son factores que se experimentan de manera independiente, de acuerdo a lo referido por Brandburn (1969). El bienestar subjetivo es poco variable en el tiempo y podría ser fuertemente dependiente del contexto (Eid y Diener, 2004), y también puede sufrir un efecto rebote ante eventos mayores de la vida (Diener, Oishi y Lucas, 2003).

Según Galindha y Pais-Ribero (2012) existen algunos factores intrapersonales y psicosociales o contextuales que ejercen influencia sobre el bienestar subjetivo del ser humano, entre los intrapersonales podemos destacar la resiliencia (Limonero, Tomás-Sábado, Fernández-Castro, Gómez-Romero, y Ardilla-Herrero, 2012), el autoconcepto (Shavelson, Hubner, y Stanton, 1947), la capacidad para establecer buenos vínculos, las estrategias de afrontamiento (Cotini, Coronel, Levin y Estevez, 2003); entre los psicosociales están el apoyo familiar o la parentalidad positiva

(Nunes, Bodden, Lemos, Lorence y Jiménez, 2014), el apoyo social percibido (Diener, 2009), entre otros.

Sobre este último, Chu, Saucer y Hafner (2010) definen el apoyo social percibido como la percepción subjetiva que se posee sobre qué tan adecuado es el soporte brindado por la red social, entendiéndose esta como familia, amistades y otros individuos del entorno. Así mismo, es el conjunto de aportaciones de tipo emocional, material, informacional y de compañía que percibe la persona de diferentes integrantes de su red social (Gracia, Herrero y Musitu, 1995).

Proctor y Linley (2014) subrayan el papel significativo que poseen los familiares y las relaciones interpersonales en la protección del bienestar, sobre todo durante la etapa de la adolescencia, pues es una etapa crucial en el desarrollo del ser humano; del mismo modo, Rodríguez-Fernández, Droguett, y Revuelta (2012) explican que el apoyo de la familia y de los pares presenta un efecto directo sobre la satisfacción con la vida; por su parte, Rodríguez-Fernández et al.(2016) exploraron la relación que mantiene el apoyo social percibido y el bienestar subjetivo, corroborando la importancia del apoyo familiar y de las amistades sobre la satisfacción con la vida y el afecto positivo, sugiriendo que el contexto familiar y de las amistades tienen un impacto diferencial sobre el bienestar subjetivo y el desarrollo positivo del ser humano. Frente a estos alcances es innegable la influencia que tiene el apoyo social percibido en etapas tempranas como la adolescencia, pues tal como lo afirma Barra (2011) presenta una relación significativa con el bienestar.

La adolescencia es una etapa donde el ser humano debe afrontar cambios físicos, psicológicos, y sociales, contando con escasa experiencia de vida para afrontar las demandas tanto académicas como sociales (Barraza, 2006), situando

al individuo en una situación de riesgo y vulnerabilidad frente a los retos y exigencias del mundo actual. Es en esta etapa donde definirá su identidad (Erikson, 2004); desde el enfoque cognitivo, el adolescente logra desarrollar la capacidad de realizar razonamientos abstractos y juicios morales más sofisticados, aunque el pensamiento aún es inmaduro (Papalia, 2005), en el ámbito social, busca la pertenencia a un grupo y los pares cobran gran importancia (Orcasita y Uribe, 2010), por ello esta dimensión social tendrá gran impacto, ya que el adolescente traslada el vínculo que tenía con sus padres hacia sus pares y amigos (Carbajal, 1993), experimentando el deseo de agradar a los demás o de seguir los valores aceptados por su entorno (Rice, 2000), anhelando mayor independencia del contexto familiar (Erwin, 1998). Contini (2006) señala que la conducta del adolescente tiende a ser disfuncional, no considerando sus recursos, descuidando el efecto que el bienestar tiene sobre su funcionamiento psicológico; es así que el adolescente contribuye a su propio desarrollo, encontrándose en un proceso de negociación con sus padres (Grotevant y Cooper, 1986), esto incrementa el número de conflictos entre padres e hijos, por lo que es una etapa difícil no solo para el adolescente, sino también para las personas que conforman su entorno (Arnett, 1999).

Frente a este escenario resulta interesante investigar si existe relación significativa entre el bienestar subjetivo y el apoyo social percibido en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este.

## **1.2. Objetivos**

### **1.2.1. Objetivo General.**

Determinar la relación entre bienestar subjetivo y apoyo social percibido en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este

### **1.2.2. Objetivo Específico.**

Determinar la relación entre satisfacción por la vida y apoyo social percibido en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este

Determinar la relación entre afecto positivo y apoyo social percibido en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este

Determinar la relación entre afecto negativo y apoyo social percibido en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este

Describir el nivel de satisfacción con la vida en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este

Describir el nivel de afectos positivos en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este

Describir el nivel de afectos negativos en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este

Describir el nivel de apoyo social percibido en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este

### **1.3. Justificación**

En la actualidad existen diversas investigaciones sobre el bienestar subjetivo, del mismo modo, respecto al apoyo social percibido, sin embargo, éstas han sido vinculadas a otras variables, existiendo una sola investigación donde relacionan ambas variables; así mismo, la mayoría de las investigaciones son realizadas en adultos; en nuestro país, no se encontraron reportes de estudios correlacionales realizados con ambas variables; aunque es importante mencionar que la variable con mayor número de investigaciones es la del bienestar subjetivo, siendo estas mayormente en universitarios y/o adultos.

En tal sentido, la presente investigación se justifica a nivel teórico porque pretende brindar información actualizada acerca del bienestar subjetivo y apoyo social percibido en una población adolescente que cursan el 3er, 4to y 5to año de secundaria, posibilitando la confirmación de la propuesta teórica que asocia estas dos variables.

En cuanto al aporte social, esta investigación pretende beneficiar en primer lugar a los estudiantes de una I.E. de Lima Este, los cuales participarán como muestra de estudio, ya que se pretende brindar información útil para la elaboración de programas de intervención que permitan el incremento del bienestar subjetivo en la población estudiada, permitiendo así un mejor desarrollo y desenvolvimiento de estos. Así mismo, los padres y profesores tendrán nuevos datos para orientar y brindar un apoyo más efectivo a los adolescentes participantes en la investigación.

El aporte metodológico consistirá en la confirmación de las propiedades psicométricas de los tres instrumentos utilizados en el estudio en población estudiantil sirviendo como referencia para posteriores estudios.

#### **1.4. Presuposición Filosófica**

El entorno social actualmente se ha convertido en una fuente de estrés y preocupación constante, el ámbito económico, la seguridad ciudadana, el ámbito político, los temas ambientales son tratados a diario en las redes sociales y noticieros; esta situación repercute en el ser humano, generando emociones y pensamientos que disminuyen los niveles de bienestar; sin embargo, es importante considerar otros aspectos frente a la realidad que nos ofrece el mundo, es necesario considerar las verdades bíblicas, que llevará al ser humano a comprender lo que sucede en el mundo actual, así como la forma adecuada de

actuar, sentir y pensar, lo que podría repercutir en la percepción de los hechos actuales y en el bienestar.

White (2007) señala que al pasar el tiempo y estar cercana la segunda venida de Cristo el ser humano será egoísta y ególatra, buscando su propia satisfacción, sin importar dañar a otros; se complacerá en las injusticias y no habrá amor hacia los semejantes; sin embargo, aquellos que adoran y reconocen a Dios, mostrarán un carácter santo que los diferenciará del resto, testificarán con sus obras y mostrarán vida y vigor. Como podemos ver, aquellos que aman y confían en Dios poseen características personales que los lleva a tener una vida que evidencia bienestar aún en tiempos de dificultad, pues tal como lo dice la Biblia en Jeremías 29:11 “Porque yo sé muy bien los planes que tengo para ustedes, afirma el Señor, planes de bienestar y no de calamidad, a fin de darles un futuro y una esperanza”; al confiar el ser humano en las promesas que Dios ha dejado en su palabra puede experimentar confianza en que todo cuanto suceda está siendo dirigido por Él con el fin de darnos bienestar y felicidad. Sin embargo, es importante considerar también la forma en cómo procede el hombre en cada situación que atraviesa, tal como lo señaló White (2007) el hombre está centrado en sí mismo, es egoísta; y generalmente no se detiene a analizar sus acciones, mucho menos las necesidades de su prójimo; sin embargo, aquel que sigue las verdades bíblicas y las pone práctica busca el bienestar de su prójimo, incluso antes de buscar el bienestar propio.

Existen personas que necesitan de apoyo y ayuda y Dios pedirá cuentas por el bien que se pudo hacer a otros, por ello el ser humano está llamado a hacer bien a los demás como una forma de brindar bienestar, incluso las acciones en favor de otros traerán beneficios al hombre, y son consideradas una doble bendición para el

que las prácticas, crea conciencia de haber hecho un bien generando tranquilidad en la mente, el espíritu goza de libertad y dicha, infundiendo vida nueva en el ser humano. Como es posible notar, las acciones en favor de otros no solo favorecen al que lo recibe, sino al que lo realiza (White, 2007).

Ante lo mencionado, hay que considerar lo siguiente, siendo que nuestro prójimo requiere de nuestra contribución para su bienestar, y nuestro prójimo es toda persona que está a nuestro alrededor (Mateo 7:12), entre ellos los adolescentes, que atraviesan cambios importantes propios de su etapa de desarrollo, cambios que jugarán un papel importante en el establecimiento de su vida adulta; como adultos responsables de ellos, ya sea como padres o parte de su entorno educativo, es importante considerar el grado de la responsabilidad de su cuidado, White (2012) señala que el cuidado de los niños y jóvenes ha sido descuidado, no permitiendo ello su adecuado desarrollo, además señala que los jóvenes requieren, bondad, paciencia, guía respecto a su forma de proceder en la vida, requieren que los que están a su cargo puedan identificar sus necesidades, todo esto con una finalidad, que sean hombres y mujeres preparados para ocupar puestos de responsabilidad en este mundo y que el cuidado y atención de estos contribuya en el desarrollo de un carácter adecuado.

Finalmente, es importante mencionar que aquellos que están llamados a contribuir en el bienestar de los adolescentes son los padres, pues es en el hogar donde se dan las principales enseñanzas, es en el entorno familiar donde se dan las importantes lecciones sobre la vida, el hogar es considerado el corazón de la sociedad, como tal, su función debe ser tomada con sumo cuidado y responsabilidad pues su alcance no solo abarca a la persona en sí misma, sino incluso a la sociedad, pues esta revela el estado de las familias (White, 2017).

## **Capítulo II. Marco teórico**

### **2.1. Antecedentes de la investigación**

#### **2.1.1. Antecedentes internacionales.**

Rodríguez-Fernández, Ramos-Díaz, Ros, Fernández-Zabala y Revuelta (2016) realizaron un investigación en España con el objetivo de explorar las relaciones del bienestar subjetivo con la resiliencia, autoconcepto y apoyo social percibido, identificando variables predictoras del bienestar subjetivo, el estudio fue ex post facto retrospectivo de tipo transversal, donde la muestra estuvo conformada por 1250 adolescentes de 12 a 15 años que fueron seleccionados aleatoriamente; los instrumentos utilizados fueron la Escala de satisfacción con la vida de Diener, Emon, Larsen y Griffin, la Escala de balance afectivo de Bradburn, la escala de resiliencia de Connor y Davidson; y la Escala de apoyo familiar y de amigos de Gonzales y Landero. Los resultados señalan que existe relación entre bienestar subjetivo y las variables resiliencia, autoconcepto y apoyo social, así mismo, el alto nivel de autoconcepto, resiliencia y apoyo familiar fueron predictores de satisfacción con la vida; el alto nivel de resiliencia, autoconcepto y apoyo de amistades fueron predictores del afecto positivo; por otro lado, bajos niveles de autoconcepto y apoyo familiar fueron predictores de afecto negativo.

En México, Luna, Laca y Mejía (2011) realizaron un estudio con el fin de examinar la relación entre el bienestar subjetivo y la satisfacción familiar en adolescentes, el estudio fue no experimental y de alcance correlacional, la muestra estuvo compuesta por 580 estudiantes de bachillerato con edades entre 15 y 19 años, los instrumentos utilizados fueron la Escala Multidimensional para la medición del bienestar subjetivo de Anguas-Plata y Reyes-Lagunes, la Escala de Satisfacción con aspectos de la vida basada en Oishi, Diener, Such y Lucas; y la

Escala de Satisfacción con la vida de familia basada en Laza, Verdugo y Guzman. Entre los resultados se encontró que la satisfacción familiar tuvo correlación positiva con diversos componentes de la satisfacción con la vida y del afecto positivo; sin embargo, la correlación fue negativa con los componentes del afecto negativo.

Verdugo- Lucero et al. (2013) realizaron un estudio en México con la finalidad de determinar la relación entre el nivel de bienestar subjetivo y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes jóvenes de Colima, el estudio fue no experimental y de alcance correlacional, la muestra estuvo compuesta por 436 estudiantes de 15 a 24 años, quienes respondieron a los siguientes instrumentos: Escala de Modos de afrontamiento de Lazarus y Folkman y la Escala Multidimensional para la medición del bienestar subjetivo de Anguas-Plata y Reyes. Los resultados indicaron que los adolescentes, tanto varones como mujeres, mantienen un promedio más alto de bienestar subjetivo que los jóvenes, y que el estilo de afrontamiento más utilizado por los evaluados es el de aceptación de la responsabilidad, mientras que el menos utilizado es la huida- evitación; así mismo, encontraron una correlación positiva entre el nivel de bienestar subjetivo y los estilos de afrontamiento al estrés, tanto en los grupos de adolescentes y jóvenes, identificando que aquellos que presentan un alto nivel de bienestar subjetivo reportan el mayor uso de cinco estilos de afrontamiento (confrontación, aceptación, huida-evitación, planificación y reevaluación positiva); sin embargo, los que presentan bajos niveles de bienestar subjetivo hacen uso de tres estilos (búsqueda de apoyo social, planificación y reevaluación positiva).

Gutierrez y Gonçalves (2013) realizaron un estudio en España con el objetivo de analizar las relaciones entre los activos para el desarrollo (autoestima, control emocional, apoyo social en la escuela, apoyo social de los amigos, y apoyo social

de la familia), el ajuste escolar y la percepción de bienestar subjetivo de adolescentes, los participantes fueron 1317 adolescente de edades comprendidas entre 14 y 18 años, estudiantes de once centros educativos públicos de la isla Santiago. El estudio fue no experimental y de alcance correlacional, los instrumentos utilizados fueron la Escala de autoestima de Rosenberg, uno de los cuatro factores de la escala de Inteligencia emocional de Wong y Law (Control emocional), la Escala de Apoyo Social de Zimet, Dahlem, Zimet y Farley; ocho ítems del cuestionario The Multidimensional student's Life Satisfaction Scale de Gilman, Huebner y Laughlin (satisfacción con la escuela); y la Escala de satisfacción con la vida de Pavot y Diener. Los resultados mostraron efectos positivos y directos de la autoestima y el apoyo de la familia sobre la satisfacción con la vida de los adolescentes, así mismo, efectos indirectos significativos del apoyo social de la escuela y la familia sobre la satisfacción con la vida, los que eran mediados por la satisfacción con la escuela.

Castellá, et al. (2012) realizaron un estudio en Argentina y Brasil con el objetivo de conocer y comparar los niveles de bienestar subjetivo de adolescentes argentinos y brasileños, este fue un estudio de diseño transversal y de tipo comparativo, la muestra estuvo conformado por 640 adolescentes de ambos sexos de 12 a 16 años, siendo el 46.3% argentinos y el 53.7% brasileños, los estudiantes pertenecieron a tres escuelas de distintas regiones de Gran Buenos Aires, provincia de Buenos Aires y tres escuelas brasileñas de distintas regiones del Estado del Grande do Soul . Los instrumentos aplicados fueron el *Personal Wellbeing Index*, la *Satisfaction with Life Scale* y la *Brief Mutidimensional Students' Life Satisfaction with Life Scale*. Los resultados evidenciaron que en comparación con los adolescentes brasileños, los adolescentes argentinos obtuvieron puntuaciones

mayores en el índice de bienestar personal y en la escala breve de satisfacción multidimensional con la vida, mientras que obtuvieron puntuaciones semejantes en la escala de satisfacción con la vida; así mismo, observaron el descenso en el bienestar de los 13 a los 16 años en las tres escalas; y se halló correlación positiva entre las tres escalas, mostrándose complementariedad en los tres instrumentos.

En Chile, Rodríguez-Fernández, Droguett y Revuelta (2012) realizaron un estudio con el fin de someter a prueba el modelo estructural que señala que el ajuste escolar y el personal (satisfacción con la vida) durante la adolescencia depende del autoconcepto académico de los estudiantes, ejerciendo el apoyo social percibido un efecto sobre el autoconcepto y ambos tipos de ajuste. La muestra estuvo conformada por 858 estudiante de 12 a 22 años de la ciudad de Iquique, los instrumentos utilizados fueron el School Adjustment Questionnaire de Moral, Sánchez-Sosa y Villareal-Gonzalez, la versión en español del Satisfaction with Life Scale de Diener, Emmons, Larsen y Griffin, el Social Support Questionnaire de Landero y González, el AF5 Questionnaire de Garcia y Musitu. Los resultados aportaron evidencias a favor de la importancia que el apoyo familiar ejerce sobre el ajuste escolar y personal, no sucediendo lo mismo con el apoyo del grupo de amigos; así también, el autoconcepto académico se mostró como variable mediadora asociada al ajuste escolar y en menos medida a la satisfacción con la vida.

Barra (2012) realizó en Chile una investigación con el objetivo de examinar la influencia de la autoestima y del apoyo social percibido sobre el bienestar psicológico, este estudio fue de tipo correlacional transeccional. La muestra estuvo compuesta por 450 estudiantes de ambos sexos de la universidad de Concepción de Chile, quienes respondieron a las Escalas de Autoestima de Rosenberg, de

Bienestar Psicológico de Ryff y el Cuestionario de Apoyo Social Percibido. Los resultados señalaron que la autoestima tiene una influencia mayor sobre el bienestar psicológico que el apoyo social percibido; así mismo, se encontraron diferencias a favor de los hombres en autoestima y a favor de las mujeres en apoyo social percibido.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales.**

Seminario (2016) realizó un estudio en Lima con el propósito de explorar la relación entre el bienestar subjetivo y las razones para vivir en un grupo de adolescentes entre 14 y 18 años que estaban internados en un centro de diagnóstico y rehabilitación de menores. El estudio fue no experimental y de tipo correlacional, los instrumentos utilizados fueron la Escala de afecto positivo y Afecto negativo (PANAS) para evaluar el componente afectivo del bienestar subjetivo, la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS) para evaluar el componente cognitivo del bienestar subjetivo, y el Inventario de Razones para vivir para adolescentes (RFL – A), analizando adicionalmente características sociodemográficas como la edad, grado de instrucción, tiempo de permanencia en el centro, relación con los compañeros, visita de familiares, y otros. Los resultados mostraron que existe correlación positiva y significativa entre el afecto positivo y el optimismo, alianza familiar y autoaceptación (áreas del RFL-A).

Mikkelsen (2009) realizó una investigación en Lima con el fin de establecer la relación entre satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento en un grupo de universitarios, el estudio fue no experimental, de tipo correlacional y diseño transeccional o transversal; los participantes fueron 362 adolescentes universitarios de edades entre 16 y 22 años, se emplearon la escala de Satisfacción con la Vida de Pavot y Diener, y la escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg

y Lewis. Los resultados reportaron correlaciones significativas entre satisfacción con la vida y los estilos y estrategias de afrontamiento, respecto a la satisfacción con la vida, los estudiantes reportaron niveles promedio de satisfacción, siendo las de mayor satisfacción el área familiar y amical; respecto al afrontamiento, se percibe mayor empleo del estilo Resolver problema y Referencia a los otros, existiendo diferencias significativas según género de los participantes.

Valenzuela (2005) realizó un estudio en Lima cuyo objetivo fue analizar la asociación de los valores y el bienestar subjetivo con la conducta de voluntariado en estudiantes universitarios, el estudio fue de tipo correlacional y diseño transversal, la muestra estuvo constituida por 521 estudiantes, quienes respondieron a los siguientes instrumentos: el Cuestionario de Retrato de valores de Schwartz, Lehmann, Burgess, Harris y Owens; la Escala de Satisfacción de vida de Diener, Emmons, Larsen y Griffin; y una encuesta breve sobre Conducta de Voluntariado que fue adaptada de la Encuesta Nacional de Donaciones y Trabajo Voluntario de Portocarrero, Millán y Loveday. Los resultados revelaron que existe relación positiva entre el voluntariado y el valor de benevolencia, así mismo, entre los valores del dominio de autotrascendencia, universalismo y benevolencia, y la Conducta de voluntariado, siendo esta estadísticamente significativa. Del mismo modo, se halló asociación significativa y positiva entre la satisfacción por la vida y la conducta de voluntariado; finalmente existe correlación significativa y positiva entre algunos valores (universalismo, benevolencia, conformidad, seguridad, autodirección, estimulación y hedonismo) y el bienestar subjetivo.

Castillo (2011) realizó una investigación en Lima con el objetivo de analizar la relación entre el soporte social y habilidades sociales académicas en 20 hijos de alcohólicos y 20 hijos de no alcohólicos de edades entre 8 y 12 años que asisten a

un centro de cuidado diurno y analizar si existen diferencias entre estos grupos. Este estudio contó con dos fases, la primera cuantitativa, y la segunda cualitativa, siendo un estudio de tipo correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de soporte Social (MOS), The Matson Evaluation of Social Skills in Youngsters (MESSY), Entrevista de soporte social de constituida en base a la Escala de Soporte Social, Medición del rendimiento académico según el Ministerio de Educación, Ficha sociodemográfica, y un Formato de llenado para profesores. Los resultados indicaron una relación positiva entre el soporte social y las habilidades sociales, señalando que existen diferencias entre el soporte social percibido entre hijos de padres alcohólicos e hijos de padres no alcohólicos, igualmente con las habilidades sociales y el rendimiento académico; hallando que existe mayor nivel de habilidades sociales en las mujeres que en los varones, donde las mujeres hijas de no alcohólicos reportaron mayores niveles de habilidades sociales que los hijos varones de no alcohólicos y que los hijos varones de alcohólicos; así mismo, las hijas de no alcohólicos obtuvieron una media mayor en la prueba de Soporte Social Percibido y una media menor los hijos de alcohólicos; también, encontraron que aunque los niveles de soporte social en los hijos de los no alcohólicos son mayores al de los hijos de los alcohólicos, ambos grupos se encontraban sobre la media; finalmente, se halló que las mujeres presentaron mayor rendimiento académico en el área verbal en comparación con los hombre, tanto en el caso de hijas de alcohólicos como en hijas de no alcohólicos; mientras que en el área de Lógico Matemática son los hombres quienes obtienen mayor nivel, tanto para los hijos varones de alcohólicos y no alcohólicos.

Baca (2013) realizó una investigación en Trujillo con el objetivo de identificar la relación entre la resiliencia y el apoyo social percibido en pacientes oncológicos que

acuden a un hospital, el diseño de la investigación fue transversal y de tipo correlacional, la muestra estuvo conformada por 100 pacientes con diagnóstico de cáncer, fueron mayores de 18 años y de ambos sexos. Los instrumentos utilizados fueron la escala de Resiliencia de Wagnild y Young, y el cuestionario Moss de apoyo social percibido de Sherbourne y Stewart. Los resultados concluyeron en que existe correlación directa entre el nivel de resiliencia y el apoyo social percibido en los pacientes con cáncer, así mismo, se observó que existe diferencia en el nivel de resiliencia según el tipo de instrucción, así también, hubo diferencias del apoyo social percibido según el tipo de cáncer.

Alva (2016) realizó en Lima un estudio con la finalidad de determinar el nivel de apoyo social percibido en la familia por la adolescente embarazada, la investigación fue de tipo cuantitativa, nivel aplicativo, de corte transversal y descriptivo, la muestra estuvo conformada por 30 adolescentes embarazadas quienes respondieron al cuestionario Moss de apoyo social en atención primaria y una encuesta preparada. Los resultados indicaron que la mayor proporción de adolescentes perciben en su entorno un nivel medio de apoyo social, llegando a la conclusión de que la mayoría de las adolescentes embarazadas tienen un nivel medio de apoyo social en la familia, el que brinda el apoyo afectivo, instrumental e informacional.

## **2.2. Bases Teóricas**

### **2.2.1. Bienestar subjetivo.**

#### **2.2.1.1. Marco Histórico.**

El bienestar subjetivo es una temática abordada por la psicología denominada "Psicología Positiva", esta se define como aquella que estudia los rasgos individuales positivos, experiencias positivas, así como instituciones y programas

que favorezcan la calidad de vida del ser humano, mientras que se va disminuyendo la presencia de patologías (Seligman, 2005); esta área de la psicología integra en su campo de estudio conceptos tales como el bienestar, la felicidad, y enfoques optimistas y positivos asociados a la salud.

Wilson (citado por Diener, Such, Lucas y Smith, 1999) realizó una amplia revisión del bienestar subjetivo en el año de 1967, llegando a la conclusión de que una persona feliz es aquella que es joven, saludable, educada, bien remunerada, extrovertida, optimista, libre, religiosa, casada, con altos niveles de autoestima, moral en el ámbito laboral, modesto en sus aspiraciones, de cualquier sexo, y cuyos niveles de inteligencia son altos; a partir de esta conceptualización se dio inicio a las investigaciones sobre este constructo. Es así que la investigación sobre el bienestar subjetivo tiene su origen en la influencia de los estudios de sociólogos e investigadores de otras áreas del saber que se interesaron en la calidad de vida del ser humano, teniendo en cuenta variables demográficas (Brandburn, 1969, Andrews y Withey, 1978); otra área de influencia fueron las investigaciones en el área de la salud mental, que buscaban estudiar la ausencia de síntomas depresivos y angustia, incluyendo la presencia de felicidad y satisfacción con la vida (Jahoda, 1958). Posteriormente, en los sesenta, los psicólogos centraron sus estudios en los factores de personalidad y su relación con la felicidad, entre ellos Wessman y Ricks; en los años setenta, psicólogos sociales y cognitivos realizaron estudios sobre la adaptación y los estándares de vida influyen en los sentimientos de bienestar (Brickman y Campbell, 1971; Praducci, 1995, citado por Diener, Oishi y Lucas, 2003). De este modo, se ha ido aportando aspectos teóricos que contribuyeron a la conceptualización y entendimiento del bienestar subjetivo; entre las teorías

tradicionales que ejercieron un importante aporte está el enfoque humanista, que estimuló el interés por los aspectos positivos del bienestar.

En la actualidad hay diversas conceptualizaciones, existiendo también un intento de unificación, entre los teóricos más destacados están Diener y Lucas quienes han tratado de unificar los diversos conceptos respecto al bienestar subjetivo, considerando que este campo comprende un estudio científico que explica la forma en que las personas evalúan sus vidas en periodos largos de tiempo, tales evaluaciones comprenden el estado de ánimo y la satisfacción con la vida (Diener, Oishi y Lucas, 2003).

#### **2.2.1.2. Marco conceptual.**

El bienestar subjetivo es la evaluación que realiza el hombre sobre su vida, siendo esta emocional y cognitiva, es considerado un indicador de la calidad de vida y es un constructo que forma parte de la Psicología Positiva, que busca estudiar la salud en términos positivos (Eid y Diener, 2004). Así mismo, Diener (1984) señala que el bienestar subjetivo está modulado por constructos cognitivos – afectivos, los que a su vez estarán asociados por un sistema de valores, moldes afectivos-cognitivos y creencias dominantes, ya sean estas individuales o sociales. De este modo, el bienestar subjetivo viene a ser los juicios y evaluaciones que derivan de la satisfacción personal que se tiene con la vida, así también, de las experiencias afectivas positivas y negativas, y del equilibrio de las mismas (Diener, 1984).

Diener, Oishi y Lucas (2003) explican que el bienestar subjetivo es el análisis científico respecto a cómo los seres humanos evalúan sus vidas en un período que puede comprender el presente y pasado; donde estas evaluaciones derivarán en reacciones emocionales, estados de ánimo y juicios, los que serán sobre la

satisfacción con la vida; concluyendo que el bienestar subjetivo podría ser denominado el estudio de la felicidad o satisfacción.

Bermúdez et al. (2013) explican que las definiciones respecto al bienestar subjetivo se pueden agrupar en tres categorías, debido a las numerosas propuestas existentes. Estas se dividen en: (1) las que enfatizan la valoración positiva que realiza el hombre sobre su propia vida, (2) la comparación que se realiza sobre las experiencias de sentimientos positivos con los negativos, y (3) las que hacen énfasis en el funcionamiento óptimo que tiene la persona.

Por su parte, D'Anello (2006) y Omar, et al. (2009) explican que el bienestar subjetivo se define como la evaluación que las personas hacen de sus vidas, de este modo, señalan que una persona que cuenta con un bienestar subjetivo alto experimentará satisfacción por la vida y emociones positivas de forma frecuente, y en menor frecuencia, emociones negativas (citado por Verdugo-Lucero, et al., 2013).

Gomez, Villegas, Barrera y Cruz (2007) definen el bienestar subjetivo como aquello que las personas piensan y sienten sobre sus vidas, así como, las conclusiones adquiridas al evaluar su existencia, las que serán de tipo afectivas y cognoscitivas.

Según Diener (1984) el bienestar subjetivo posee tres características, la primera señala su naturaleza subjetiva, ya que se trata de la experiencia personal que posee el ser humano; la segunda, es su carácter global, ya que la valoración que se realiza incluye todos los aspectos de la vida; y, en tercer lugar, la presencia de afecto positivo, siendo que no solo basta la ausencia de afectos negativos en el ser humano.

En la actualidad, existen diversas conceptualizaciones sobre el bienestar subjetivo, para la presente investigación se considerará los conceptos propuestos por Diener, quien hace referencia a la naturaleza subjetiva del bienestar, considerando el componente cognitivo (satisfacción con la vida) y emocional (afectos positivos y negativos).

### **2.2.1.3. Modelos Teóricos.**

Existen diversas teorías que explican el Bienestar subjetivo, su origen y los factores que se asocian a este constructo, sin embargo, hasta la actualidad no hay evidencia teórica exacta para explicar y/o predecir el bienestar subjetivo (Marquéz y Gonzales, 2013). A continuación, se presenta algunas teorías explicativas del constructo en estudio:

#### *a. Teoría de la determinación de Ryan y Deci (2000).*

Ryan y Deci (2000) proponen el supuesto teórico que el ser humano presenta dos características de las que depende su condición social, su desarrollo y funcionalidad, señalando que las personas pueden ser proactivas y comprometidas o inactivas o alienadas; así mismo, señala que el ser humano posee necesidades psicológicas innatas que serán la base para una personalidad automotivada e integrada, siendo el contexto social el que favorecerá o no estos procesos, de este modo, los contextos que no logran suplir las necesidades psicológicas generarán alienación y enfermedad en el ser humano; por el contrario, los contextos que si logran satisfacer las necesidades psicológicas predicen el bienestar subjetivo y el desarrollo social del individuo. Según este enfoque será importante el contenido de las metas que se plantea un individuo, siendo que estas estarán asociadas a las actividades con las que se compromete, las razones que conllevan el compromiso,

y el posterior progreso hacia las metas; estos tendrán un efecto directo sobre el bienestar subjetivo.

Según este enfoque la condición social en que se desarrolla y funciona una persona depende de cuan proactivas, comprometidas y activas son en el día a día, a su vez señala que los seres humanos tienen necesidades psicológicas básicas, universales e innatas que son: el sentirse competente, tener autonomía y las relaciones interpersonales; de acuerdo a este enfoque, la clave para el bienestar subjetivo y el desarrollo social es la consecución de estas necesidades básicas (Márquez y Gonzales, 2013).

Teniendo en cuenta este enfoque, Ryan y Deci (2000) clasifican el bienestar en base a dos concepciones, donde se considera que el estudio del bienestar coincide con antiguas corrientes psicológicas, la eudaimónica y la hedónica:

- Eudaimónica: Esta corriente fue iniciada por Aristóteles y refleja el concepto de bienestar psicológico; este enfoque sostiene que la opinión que el ser humano tiene sobre si es o no feliz no representan una autentica felicidad o satisfacción, pues el funcionamiento óptimo de las diversas áreas de la vida es lo que define la felicidad.
- Hedónica: Esta perspectiva está asociado al bienestar subjetivo, el que es considerado un constructo que posee dos componentes, uno cognitivo y otro afectivo. Desde esta perspectiva, la felicidad supone preguntar directamente a la persona qué tan satisfecha se siente con la vida y en qué grado ha experimentado estados afectivos durante periodos de tiempo determinados. Siendo que esta perspectiva considera el bienestar en términos de placer o displacer, es un aspecto importante considerar la presencia o ausencia de

afectos positivos y negativos para poder determinar si una persona experimentar bienestar o no (Moyano, Martínez y Muñoz, 2013).

Teniendo en cuenta la perspectiva hedónica, Diener (1984) explica el bienestar subjetivo, señalando que este constructo consta de un componente cognitivo, y dos afectivos (positivo y negativo) y está modulado por constructos cognitivos – afectivos, los que a su vez estarán asociados por un sistema de valores, moldes afectivos-cognitivos y creencias dominantes, ya sean estas individuales o sociales. De este modo, el bienestar subjetivo viene a ser los juicios y evaluaciones que derivan de la satisfacción personal que se tiene con la vida, así también, de las experiencias afectivas positivas y negativas, y del equilibrio de las mismas (Diener, citado por Domínguez, et al, 2011).

De acuerdo a lo señalado por Pavot, Diener, Randall y Sandvik (1991) el bienestar subjetivo posee dos componentes:

*a. Emocional.*

Este componente hace referencia a los afectos positivos y negativos, considerados factores que se experimentan de forma independiente (Bradburn citado por Rodríguez-Fernández, Ramos-Díaz, Ros, Fernández-Zabala y Revuelta, 2016).

Al hablar de bienestar subjetivo, se entiende que las personas que experimentan afectos positivos en mayor medida experimentarán mayor bienestar y por ende será más feliz, siendo que las experiencias afectivas positivas predominan sobre las negativas; así mismo, es importante señalar que el balance de este componente depende de las reacciones puntuales a eventos concretos que atraviesa el ser humano (Bradburn, 1969).

*b. Cognitivo.*

Este componente es denominado satisfacción con la vida, el que hace referencia al proceso de juicio que permite una valoración global de la vida, basándose en los propios criterios personales y en la trayectoria vital del ser humano. Según Veenhoven (1984) este componente representa la discrepancia que se percibe entre las aspiraciones y los logros, donde la evaluación de éstos va desde la sensación de realización personal hasta la experiencia vital de fracaso o frustración.

Atienza (citado por Márquez y González, 2013) explica que este componente está relacionado con el grado de contento con el desarrollo de la vida del individuo, donde compara sus logros, lo que desea obtener y sus expectativas.

Por su parte, Bryan y Veroff (1984) al referirse al bienestar subjetivo consideraron importante la dimensión temporal, sobre este, Montorio e Izal (1992) explican que el componente cognitivo, entendido como la valoración que se realiza sobre el alcance de objetivos deseados en la vida; está relacionado con una extensión temporal (ver figura 1), en comparación con los afectos que están asociados a situaciones específicas, de este modo se presenta una perspectiva cognitivo-afectivo-temporal siendo que el bienestar del ser humano se considera un estado afectivo positivo duradero así como una valoración cognitiva de este estado alrededor de un tiempo prologado (citado por García, 2002 ).



**Figura 1.** Dimensión temporal del bienestar subjetivo

Fuente: García, M.A. (2002). El Bienestar Subjetivo (p.20). *Escritos de psicología*, 6,1-39. Recuperado de [https://www.uma.es/psicologia/docs/eudemon/analisis/el\\_bienestar\\_subjetivo.pdf](https://www.uma.es/psicologia/docs/eudemon/analisis/el_bienestar_subjetivo.pdf)

Sin embargo, esta propuesta es considerada poco aceptable, tal como lo señala Chamberlain (citado por García, 2002) el aspecto del tiempo no puede ser considerada una entidad en sí misma, pues al hacer las personas una valoración de la satisfacción vital considera actitudes y sentimientos positivos y duraderos sobre sus vidas, entendiendo que la valoración del bienestar subjetivo abarca sobre todo la apreciación de los aspectos cognitivos y afectivos.

*b. El modelo multidimensional de bienestar psicológico de Ryff (1995).*

El modelo multidimensional propuesto por Ryff fue denominado Modelo Integrado de Desarrollo Personal, este enfoque hace énfasis al bienestar teniendo en cuenta el proceso y la obtención de valores que generen en la persona la sensación de autenticidad del sentirse vivo, lo que lo llevaría a crecer como persona (Romero, Brustad y García, 2007).

Este modelo señala que el bienestar psicológico está compuesto por seis factores, las que son evaluadas por el sujeto de forma continua y depende de la percepción de este, siendo esta evaluación positiva o negativa; los factores propuestos son la autoaceptación, crecimiento personal, propósito de vida, relaciones positivas con otros, dominio del medio ambiente y autonomía; este modelo sugiere que la experiencia subjetiva del bienestar cambia en el transcurso de la vida y que depende de las buenas relaciones que establece la persona (Marquéz y Gonzales, 2013). A continuación, se detallan cada una de las dimensiones (Rosa-Rodríguez, et al, 2015):

- Autoaceptación: Esta es la evaluación positiva que realiza el sujeto, basándose en el presente y pasado, manteniendo una actitud positiva hacia uno mismo.
- Autonomía: Esta está relacionada con la autodeterminación e independencia del sujeto, es la capacidad para resistir presiones sociales, regular la conducta y autoevaluarse con criterios propios.
- Crecimiento Personal: Está relacionada con la sensación de desarrollo continuo, percibiendo progreso y apreciando las mejoras personales, así como la apertura a nuevas experiencias.
- Propósito en la vida: Es la creencia de que la vida tiene un propósito y significado para la persona, por ello la persona tendrá objetivos y la sensación de llevar un rumbo en lo que hace.
- Relaciones positivas con otros: Señala la capacidad de establecer relaciones adecuadas con otros, las que son cálidas, de fuerte empatía y afecto, experimentando preocupación por el bienestar de otros.
- Dominio del entorno: Es la capacidad de manejar y controlar el ambiente utilizando de forma efectiva las oportunidades presentes, creando y eligiendo contextos que favorecen el control de las actividades.

De acuerdo a lo propuesto por esta teoría las experiencias subjetivas que derivan del bienestar cambian a través del tiempo, con el cambio de las etapas del ser humano, propio de su desarrollo; es así que investigaciones realizadas en base a esta teoría señala que el crecimiento personal y los propósitos disminuirán con el pasar de los años, siendo que estas características son propias de la adultez, por otro lado, el dominio del ambiente y la autonomía crecerán con el tiempo, es decir, en la adultez tardía y en la vejez (Cuadra y Florenzano, 2003).

*c. Teoría del Acercamiento a la Meta.*

Esta teoría ha sido investigada por diversos autores, entre ellos Brusntein en 1993, Cantor y colaboradores en 1991, Diener y Fujita en 1995, Emmons en 1986, Harlow y Cantor en 1996, Palys y Little en 1983, y Sanderosn y Cantor en 1997; de acuerdo a lo propuesto por estos investigadores, esta teoría señala que las diferencias individuales y los cambios producidos en el proceso de desarrollo tendrán impacto en el Bienestar del ser humano; donde las metas son consideradas estados internalizados que posee la persona, los que se traducen en deseos, y los valores serán la guía en la vida.

De este modo, Oishi (2000) señala que las metas y los valores definirán los marcadores de bienestar, haciendo que varíen de persona a persona, pues cada persona establece metas en base a aquello que considera importante, debido a que las metas y valores difieren de persona a persona, la fuente de satisfacción será diferente para cada individuo, así como los niveles de bienestar.

Por otro lado, Diener y Fujita (1995) señalaron, tras un estudio realizado, que los recursos que posee una persona están asociados a los niveles de bienestar, esto debido a que cuando se plantea una meta, ésta se realizará considerando si se posee los recursos para lograrlo, de este modo, la falta de recursos provocaría un cambio de metas; así mismo, señalaron que aun cuando dos personas poseen metas similares, el establecimiento de las mismas diferirán entre sí; finalmente esta teoría explica que factores tales como la cultura tendrán efecto en los predictores del Bienestar (Cuadra y Florenzano, 2003)

*d. Teoría abajo arriba (bottom-up) y arriba – abajo (top-down).*

Esta teoría se basa en los postulados explicativos de Wilson (citado por García, 2002), el primero refiere que la satisfacción inmediata de las necesidades causa

felicidad, mientras que la persistente insatisfacción produce infelicidad; la segunda, señala que el nivel de adaptación o las aspiraciones, que su vez están influidas por las experiencias pasadas, la comparación con otros, los valores personales, entre otros; tendrá efecto en el grado de realización necesario para producir satisfacción en la persona.

Es así que la teoría de abajo-arriba, que coincide con el primer postulado; se centra en identificar qué necesidad o factor externo afectan el bienestar del ser humano, esta teoría está basada en una perspectiva ascendente, asumiendo que las experiencias generales del ser humano van de situación a situación y de un día a otro día, si estas experiencias son predominantemente positivas la persona experimentará bienestar; desde esta perspectiva el bienestar puede cambiar cada día de acuerdo a las experiencias vividas. Mientras que el segundo postulado coincide con la teoría arriba – abajo, que busca descubrir los factores internos que determina la percepción que tiene el ser humano de sus circunstancias vitales, independientemente de cómo son estas en la realidad u objetivamente, así como, del modo en que estos factores afectan los juicios que tiene sobre su felicidad o bienestar; este postulado supone que existen procesos cognitivos subyacentes que predisponen al individuo a experimentar afectos que tienen efecto en la evaluación global de su vida, a su vez, estos afectos están asociados a los rasgos de personalidad de cada persona (David, Boniwell y Conley, 2013).

#### **4.1.1 Variables que influyen en el bienestar subjetivo.**

Dado el tema de estudio, es importante mencionar algunas variables asociadas al bienestar subjetivo, pues actualmente existen diversas investigaciones que relacionan el bienestar subjetivo con otras variables, a continuación, se detalla una posible clasificación de algunas de ellas a modo de categorías (García, 2002):

**a. Salud.**

La salud parece tener relación con el bienestar subjetivo, diversas investigaciones señalan que, aunque la salud es considerada como un factor de bienestar, la satisfacción con esta es la que se asocia en mayor medida con la satisfacción con la vida (Cambell et, al, 1976), así mismo, se encontró que la relación entre la salud subjetiva y el bienestar personal sufre cambios a medida que la edad avanza, por lo que el bienestar de las personas con mayor edad estará más asociadas a características personales (Struthers, Chipperfield y Perry, 1993).

**b. Variables sociodemográficas.**

El análisis de diversos estudios señala que existe un mantenimiento del bienestar a lo largo de los años, aunque existen aspectos tales como los ingresos económicos, cambios en el estado civil que se asocian con el bienestar; los estudios demuestran que el ser humano reajusta sus objetivos o metas de acuerdo a las posibilidades de cada edad (García, 2002). Otros estudios señalan que las personas mayores tienden a experimentar mayor bienestar que los más jóvenes (Diener y Suh, 1998).

En cuanto al género, la revisión de la literatura evidencia que existen escasas diferencias entre los géneros, sin embargo, es importante precisar que en el sexo femenino hay una tendencia a presentar mayores indicadores asociados a los afectos, mientras que el sexo masculino presenta mayores indicadores en el área cognitivo; esta diferencia probablemente está asociado al hecho que las mujeres tienden a expresar más abiertamente sus emociones en comparación con los hombres (Haring, Stok y Okun, 1984).

**c. Características individuales.**

Entre las características individuales más destacadas está la personalidad, existiendo diversas investigaciones que han estudiado la relación de esta con el bienestar subjetivo, donde la mayoría de los estudios se han centrado en los rasgos de personalidad propuestos por Costa y McCrae (1985), denominado Los cinco grandes factores, siendo extraversión y neuroticismo las que mayor vinculación han presentado, señalando que las personas extravertidas experimentan sentimientos y emociones más positivas, donde el umbral de activación del afecto positivo es más bajo, mientras que las personas neuróticas tienden a experimentar sentimientos y emociones más negativas y poseen umbrales más bajos para la activación del afecto negativo (citado por Bermúdez, Pérez, Ruiz, Sanjuán y Rueda, 2013); es así que Fierro y Cardenal (1996) explican que la extraversión ejerce mayor influencia sobre los afectos positivos, mientras que el neuroticismo ejercería influencia sobre los componentes negativos; de este modo, se podría afirmar lo propuesto por Diener et al. (citado por Bermúdez, Pérez, Ruiz, Sanjuán y Rueda, 2013) quienes señalaron que una parte importante del bienestar subjetivo estable es determinada por la personalidad.

Por otra parte, la autoestima está vinculada al bienestar subjetivo, de acuerdo a los estudios la autoestima está matizada por el entorno cultural, por lo que en sociedades individualistas la autoestima tiende a decaer, por ello en culturas individualistas, la autoestima se correlaciona con altos niveles de felicidad, en comparación con las culturas donde prima lo colectivo (Diener y Diener, 1995). De forma similar, la percepción de control se asocia al bienestar subjetivo, sin embargo, esta variable también está mediada por el contexto, Erez et, al. (1995) explican que las expectativas de control excesivamente altas repercuten de forma negativa sobre el bienestar subjetivo.

#### ***d. Variables comportamentales.***

Esta categoría hace referencia a las actividades llevadas a cabo por la persona y cómo estas repercuten en la satisfacción que experimentan, entre las más resaltantes está la actividad social, siendo que esta incrementa el bienestar subjetivo de acuerdo al tipo y calidad del contacto social, aunque los parámetros que afectan esta relación requieren ser más estudiados (Okun, Stok, Haring y Witter, 1984).

### **2.2.2. Apoyo social percibido.**

#### ***2.2.2.1. Marco histórico.***

El concepto de apoyo social surgió en la década de los setenta con Bowlby y Browne (citado por Aranda y Pando, 2013); Barnes trataba de explicar el acceso a puestos de trabajo, actividad y roles maritales, mientras que Bowlby sugiere el término al explicar la teoría del apego, señalando el cariño de la madre hacia los hijos y su efecto protector desde la infancia hasta la vida adulta. Es así que en Gran Bretaña y Estados Unidos surgen estudios que incluyen este concepto, relacionándolo con los procesos psicosociales, el estrés y el trabajo (Cobb, 1976); en la década de los ochenta surgen estudios en los que se señala la importancia de las redes sociales del ser humano, entendiendo estas últimas las como personas con las que se establece contacto, la comunidad, las personas de confianza; explicando su influencia en el bienestar, en el afronte de crisis, el intercambio y recepción de ayuda (Bravo, 1989; Frey, 1989; Lin y Ensel, 1989; citados por Aranda y Pando, 2013).

En la década del dos mil, los investigadores retomaron conceptualizaciones de autores de las décadas anteriores, entre ellos los de Lin, Den y Ensel, Thoits, McCubbin y Patterson; conceptos que señalan la importancia del apoyo social

percibido en el análisis de la salud y la enfermedad, considerándolo un concepto que abarca las relaciones sociales, familiares, y de qué manera éstos proveen ayuda, siendo considerado una estrategia de afronte y permitiendo la reducción del estrés ante situaciones adversas ( Aranda y Pando, 2013).

En la actualidad existen diversas perspectivas teóricas y proponen agrupar los componentes de apoyo social, donde la mayoría coincide en el hecho de que el apoyo social percibido tiene repercusión en el bienestar y la salud del ser humano (Aranda y Pardo, 2013).

#### **2.2.2.2. Marco conceptual.**

Gracia, Herrero y Musitu (citado por Musitu y Cava, 2003) señalan que es un conjunto de aportes que recibe o percibe una persona de una red social, las que pueden ser de tipo emocional, material, informacional y de compañía.

Por su parte, Vaux, et al (citado por Nava, Bezies y Vega, 2014) propone que el apoyo social percibido es un meta-constructo que está conformado por tres constructos, el apoyo como una red de recursos de apoyo, los actos de apoyo específico y la apreciación de apoyo; de acuerdo a este enfoque, los actos y las relaciones sociales serán importantes para formar una percepción de apoyo social adecuada.

Para Cobb et al (1976) el apoyo social percibido es entendido como una extensión con la que los seres humanos se perciben o creen ser amados, estimados, incluidos en un entorno familiar, grupo social y otros grupos significativos.

Para Guzmán (2002) el apoyo social es una práctica simbólica-cultural que permite al ser humano mantener o mejorar el bienestar físico, material y emocional;

y para ello se vale de las relaciones interpersonales que posee una persona en su entorno social.

Por su parte, Chu, Saucier y Hafner (2010) proponen este constructo como una percepción subjetiva que posee cada persona sobre el soporte que le brinda la red social, entendida esta última como la familia, amistades y otros individuos del entorno; Cohen (2004) agrega que es un fenómeno complejo y dinámico donde interactúan un conjunto de elementos y evoluciona en gran medida en la etapa de la adolescencia.

Finalmente, de acuerdo a lo propuesto por Lin, Dean y Ensel (1986) es considerado un conjunto de provisiones instrumentales y/o expresivas, reales o percibidas que son brindadas por una comunidad, redes sociales próximas y personas de confianza. Las que tienen un impacto en la capacidad del ser humano para afrontar situaciones consideradas estresantes o difíciles (Lin y Ensel, 1984); siendo esta la definición que se considerará en la presente investigación.

### **2.2.2.3. Modelos Teóricos.**

#### *a. Enfoque Estructural.*

Este enfoque considera las relaciones sociales, sus interconexiones y los efectos que tendrá en la salud de ser humano; para realizar este análisis considera la integración y participación social, y la estructura de las redes sociales; es así que el primero se refiere al índice cuantitativo de interacción que posee la persona en sus relaciones; mientras el segundo hace referencia a las características de las redes sociales que posee un individuo; además este enfoque considera el número de personas con las que un sujeto se relaciona, ya sea de sistemas comunitarios o en sus relaciones interpersonales (Terol, 1999).

Tal como lo señala Riquelme (1997), esta perspectiva hace énfasis a las características objetivas de la red de apoyo social, tales como el tamaño, referido al número de personas con el que se mantiene contacto; la densidad, referido a la interconexión entre los miembros; la dispersión geográfica; así como las características de los contactos. A estos, Fernández (2005) adiciona características tales como la reciprocidad, que explica el grado en que los recursos son intercambiados de forma equitativa; el parentesco; y la homogeneidad, que es la semejanza entre los miembros de una red.

*b. Enfoque Funcional.*

Este enfoque tiene en cuenta las relaciones interpersonales y las funciones que estas cumplen, tales como las emocionales, de ayuda, informativas u otras; así mismo, incluye la valoración de estas funciones, las que pueden ser globales y cognitivas, es decir aquellas que son expresadas a modo de un sentimiento de si se siente apoyo o no, así mismo, del tipo de apoyo recibido; este enfoque considera el apoyo recibido en base a una valoración subjetiva y global que el individuo realiza, considerando que esta valoración estaría influenciada por factores de personalidad, la que podría estar asociada a experiencias anteriores (Burleson et al, 1994, Saranson et al, 1990, citados por Terol, 1999). Por su parte, Riquelme (citado por Rodríguez, 2011) agrega que esta perspectiva analiza los efectos y consecuencias de las relaciones que establece y mantiene el ser humano en su red de apoyo.

Desde este enfoque el proceso de apoyo estará mediado por la percepción del sujeto, la que puede ser considerada subjetiva, debido a que se considera las representaciones o percepciones individuales del sujeto respecto a su sistema de apoyo, las que no necesariamente consideran aspectos estructurales (Cohen y

Syme, 1985, citados por Terol, 1999). Como es posible notar, el apoyo social recibido no necesariamente será acciones reales, pues no requiere la explicación de detalles específicos del mismo; sino hace énfasis a la percepción o representación mental del apoyo que se cree recibir (Gottlieb, 1985, Burleson et al., 1994, citado por Terol, 1999).

Este enfoque cuenta con diversos autores que han estudiado el apoyo social percibido y elaborado diversas clasificaciones o tipos de apoyo según esta perspectiva teórica:

*1. Funciones del apoyo social según House (1981).*

House propuso funciones o categoría de apoyo social que están orientadas a la acción en sí misma, consideradas como una transacción entre el que brinda apoyo y el o los que lo reciben, donde se considera que habrá una implicación emocional, ayuda instrumental, informacional y valorativa, todos estos serán importantes frente a la evaluación que realizará el sujeto del apoyo que recibe y percibe (Fernández-peña, 2005).

*2. Dimensiones del apoyo social según Barrón (1996).*

Según Barrón (1996) el apoyo social es un fenómeno social que debe ser abordado desde un enfoque psicosocial y comunitario influyen en la salud y bienestar del ser humano, entendiendo el apoyo social como aquel apoyo instrumental, expresivo, percibido o real que es aportado por una comunidad, red social o en relaciones íntimas, para la autora, el apoyo social posee tres dimensiones, el apoyo emocional, de estima y material, y los diferencia de los recursos o acciones de apoyo que puede recibir una persona, tratando de enfatizar la transacción o intercambio de elementos materiales y simbólicos (expresiones de afecto) en contextos sociales y ambientales; es así que considera que el apoyo

social está asociado a los recursos, conductas y evaluaciones que realiza el ser humano (citado por Gambarra, 1997).

### 3. Dimensiones del apoyo social según Tardy (1985).

Según Tardy (1985) el constructo apoyo social puede describirse conductualmente considerándolo como un apoyo activado (*enacted*), lo que permitiría diferenciar el apoyo disponible, señalando que posee cinco dimensiones, dirección, disponibilidad, descripción versus evaluación, contenido y composición de la red los que se detallarán a continuación:

- Direccionalidad del apoyo, esta dimensión hace referencia al apoyo que se recibe de otros, se brinda a otros, o si se dan ambos al mismo tiempo, señalando la importancia de hacer una distinción clara entre el brindar y recibir apoyo.
- Disposición de apoyo, esta señala la disposición del sujeto de contar con apoyo social, aunque no la utilice, es decir, señala la posibilidad de recibir apoyo versus el uso de los recursos de apoyo; es decir, hace énfasis cantidad y calidad del apoyo al que se tiene acceso, y a su vez a la utilización de estos recursos de apoyo.
- Descripción y evaluación de la calidad y naturaleza del apoyo social, esta señala el origen del apoyo recibido (familia, amigos, otros) y la satisfacción con la misma, el autor señala que esta dimensión permite medir el constructo, gracias a su función evaluativa.
- Contenido del apoyo, esta dimensión también puede ser denominada instrumental, pues hace referencia a las acciones o materiales que son brindados como apoyo, desde el enfoque funcional, esta dimensión es la más relevante, debido a que señala los recursos sociales con los que cuenta una

persona y la forma en que accede a ellos, considerándose principalmente a la familia, consideradas las relaciones primaria; y los amigos y compañeros, considerados como las relaciones secundarias (Gonzales y Landero, 2014).

- Composición de la red de apoyo, hace referencia a la fuente y origen del apoyo, los que podrían ser la familia, amigos una red artificial, entre otros.

#### *4. Importancia de contenido de los vínculos sociales desde el enfoque funcional.*

El enfoque funcional considera importante los recursos sociales que posee el ser humano, así como la forma en que puede acceder a ellos estos recursos pueden ser sociales o ambientales y se definen en términos de disponibilidad de apoyo, en especial al tratarse de la familia, los amigos y compañeros (Liem y Liem, 1978, citado por Gonzáles y Landero, 2014).

La familia, es considerada una fuente primaria en el establecimiento de relaciones debido a que es la principal fuente de satisfacción de necesidades y retroalimentación del ser humano, es así que la familia será una fuente de apoyo duradero a través del tiempo, proporcionando diversos tipos de ayuda. Por otro lado, los amigos y compañeros, representan una fuente secundaria en el establecimiento de relaciones, son parte del proceso de socialización del ser humano y en ciertas etapas del desarrollo se les atribuye mayor grado de importancia e influencia, tal como sucede en la adolescencia; aunque estas relaciones y la ayuda proporcionada por la misma será menos duradera (Gonzáles y Landero, 2014).

#### *c. Enfoque Interaccional Contextual.*

Este enfoque hace énfasis al análisis e interpretación del apoyo que recibe el sujeto en determinadas situaciones, analizando las interacciones en las relaciones

que se establece y considerando el contexto en el que se dan, la revisión teórica señala aspectos que están implicados en el proceso de apoyo social, proponiendo las siguientes (Cohen y Syme, 1985, Barrón, 1996, citado por Terol, 1999):

- Las características de los participantes, siendo que la efectividad o no del apoyo dependerá de las características del proveedor.
- El momento en que se brinda el apoyo, el que debe ser adecuado, así como el tipo de apoyo brindado, el que debe ser en función a la situación que se afronta y la fase que atraviesa; del mismo modo, los recursos de afrontamiento y necesidades específicas que posee el sujeto.
- Cambios y duración del apoyo a corto y mediano plazo.

Este enfoque propone analizar los aspectos asociados al dar y recibir apoyo, es así que Saranson et al (citado por Terol, 1999) enmarca el apoyo social considerando una perspectiva contextual situacional, intrapersonal e interpersonal, es decir, considera la situación en que se da o recibe el apoyo, cómo se interpreta y cuál es la relación entre el que provee y recibe el apoyo; así mismo, considera importante aclarar la interpretación que se da al apoyo recibido y si estas se relacionan con la percepción que tiene de sí mismo, ya que el sujeto podría sentirse no apoyado en situaciones estresantes, no necesariamente porque no hay recursos de apoyo disponibles, sino debido a que hay un desequilibrio entre lo que se da y lo que se espera, debido a como se percibe el apoyo a causa de factores de personalidad y autoestima, el tipo de relación entre el que brinda el apoyo y el que lo recibe; por otro lado, hace referencia a atender la calidad y cantidad de las relaciones de apoyo que mantiene una persona, considerando importante la sensibilidad que debe tener el que brinda apoyo, pues debe estar en la capacidad de identificar la necesidad específica de apoyo, ya que la calidad de la misma se

mide en base a la adecuación entre la necesidad de apoyo y el apoyo brindado; a su vez, esta calidad estará mediada por el tipo de relación establecida; finalmente, este enfoque considera el análisis de la comunicación como parte del proceso de apoyo, de forma más específica, considera los mensajes de apoyo, los componentes verbales y no verbales, la sofisticación y elaboración de los mensajes, y el contenido de estos; ya que estos favorecerán una mayor implicación, generando aceptación y permitiendo que el mensaje sea percibido como apoyo.

Considerando la etapa de la adolescencia, es importante mencionar algunos aspectos asociados a los vínculos y su relación con el apoyo social percibido; de acuerdo a lo propuesto por Fuligni y Eccles (1993) durante la adolescencia, se suele brindar mayor importancia a las relaciones con los iguales, sobre todo cuando las relaciones familiares (con los padres) no aportan el apoyo que el adolescente necesita; explicando que cuando los padres no favorecen la participación del adolescente en la toma de decisiones familiares, así como su autonomía e independencia, los adolescentes buscarán mayor apoyo y consejo en sus iguales.

Por el contrario, cuando las relaciones entre padres e hijos son positivas durante la adolescencia, sobre todo donde existe apoyo parental, el adolescente experimentará mayor satisfacción en sus relaciones familiares y con sus iguales; a su vez, se explica que las relaciones entre padres e hijos brindan un aprendizaje en habilidades sociales y en esquemas interpersonales que facilitan o dificultan las relaciones sociales con los pares (Dekovic y Meeus, 1997; citado por Musitu y Cava, 203).

*d. Enfoque según el mecanismo de acción.*

Desde los inicios el desarrollo de las investigaciones sobre el apoyo social ha estado asociado a temas de salud y bienestar, es así que desde los años 70 se ha

asociado el apoyo social y los efectos del positivos que en el bienestar el ser humano, es así que inicialmente los estudios realizados permitieron proponer dos modelos que son considerados clásicos en el estudio del apoyo social, en la actualidad estos modelos son diferentes pero ambos explican cómo se dan las vías de un mismo proceso, a continuación se detallará los dos modelos debido a la relevancia teórica en los estudios psicológicos del apoyo social.

*1. Teoría de los efectos principales o directos.*

Esta teoría explica que el apoyo social potenciará el bienestar y la salud, relacionando linealmente estas dos variables, los que a su vez son independientes del nivel de estrés que podría experimentar la persona. Desde este enfoque, sustentado en el Interaccionismo Simbólico por Thoits y en las teorías de Durkheim (Rodríguez, 2011) se explican los efectos directos del apoyo social de la siguiente manera:

- Las relaciones sociales proporcionan a la persona un conjunto de identidades.
- Las relaciones sociales aportan evaluaciones positivas e incrementan la autoestima.
- El apoyo social mejora los sentimientos de competencia y de control sobre el ambiente.

Por otra parte, Vaux (Citado por Hernández, 2003) señalan que el apoyo social está conformado por cinco mecanismos:

- La participación social, que facilita el desarrollo de roles e incrementa la sensación de poder y autoestima.
- La pertenencia, a una comunidad o grupo incrementa el bienestar.
- La estima social, relacionada con el autoconcepto y autoestima.

- Los eventos placenteros, que son generados gracias a la pertenencia a redes sociales y a la relación con otros.
- Las identidades sociales, que son desarrolladas gracias al reconocimiento de las redes sociales y por el sentimiento de pertenencia.

Y el modelo de Cohen (citado por Navas y Guerrero, 2016) que proponen cuatro submodelos que explican mecanismos donde la interacción social influye en el bienestar:

- Modelos basados en la información, relacionada al número de relaciones sociales que incrementarían la probabilidad de obtener información apropiada.
- Modelo basado en la identidad y autoestima, agrupando los sentimientos de control sobre el entorno y la autoestima, así como, ser parte de una red social.
- Modelo de influencia social, que explica que las personas que pertenecen a un entorno social están sometidas a un mayor control normativo.
- Modelo de recursos tangibles, señala que la integración a un entorno social permite mayor acceso a recursos materiales y económicos, limitando la exposición a factores de riesgo.

## *2. Teoría del efecto amortiguador o de los efectos protectores.*

Según López y Chacon (1999) esta teoría explica que el apoyo social actúa en situaciones de estrés, moderando así los efectos negativos que podría tener sobre el bienestar, facilitando procesos de adaptación, de acuerdo a este enfoque el apoyo social actúa de dos formas:

- Ayuda a redefinir el daño potencial del estresor y la percepción respecto a las propias capacidades de afrontamiento, logrando que la persona perciba la situación como menos amenazante.
- Reduce o elimina la experiencia de estrés, evitando la aparición de una patología.

Desde el enfoque de House (1981) el apoyo social amortigua el estrés de las siguientes maneras:

- Reduce la evaluación negativa de la situación estresante.
- Disminuye la reacción del sistema neuroendocrino.
- Facilita la adopción de conductas adaptativas.

Cohen (1988; citado por Baca,2013) explica modelos mediante el cual el apoyo social ejercería factores protectores o de interacción:

- Modelo de la información, explica que las situaciones estresantes que afronta una persona provocan respuestas en su red social, favoreciendo respuestas que aportan información sobre la naturaleza del factor estresor y modos adecuados de afronte.
- Modelos de identidad y autoestima, la disponibilidad de otros para ofrecer ayuda, mejora los recursos de afrontamiento.
- Modelos de influencia social, explica que el control y presión social influye en la forma que una persona enfrenta una situación problemática.
- Modelos de recursos tangibles, señala que los recursos materiales que brinda una red social reducen el carácter estresante de los acontecimientos.

Sin embargo, los modelos expuestos anteriormente son considerados complementarios, ya que el apoyo social podría tener un efecto directo y un efecto amortiguador,, ya que tanto el modelo de los efectos directos, como el modelo del

efecto amortiguador han logrado superar sus diferencias gracias a los estudios realizados a través de los últimos años, y aunque son comprendidos como diferentes, ambos explican las vías de un mismo proceso (Azpiazu, 2016), tal como lo señala Rodríguez (2011), quien sostiene que según este enfoque integrador el apoyo social se puede determinar según niveles de referencia:

- Nivel comunitario o macro, son los sentimientos de pertenencia e integración en un entorno social comunitario.
- Nivel medio, es el apoyo que se recibe de un entorno social próximo (redes sociales a las que pertenece el individuo), generándole un sentimiento de vinculación.
- Nivel micro o de relaciones íntimas, son las relaciones que provienen de las personas con las que mantiene el sujeto mantiene una vinculación más estrecha, generando en éste sentimientos de seguridad, compromiso y responsabilidad por su bienestar.

#### ***2.2.2.4. Factores asociados a la percepción de apoyo social percibido.***

Otros aspectos a considerar dado el estudio del apoyo social, son los factores que se relacionan con esta variable, a continuación, se hace referencia a aquellos que son considerados importantes.

##### *a. Factores culturales.*

En culturas donde prima lo colectivo el intercambio y recepción del apoyo suele recibirse forma positiva; por el contrario, en culturas donde prima el individualismo la búsqueda de apoyo entra en conflicto con los valores establecidos, siendo estos por lo general la independencia, la autoconfianza y el control interno (Green y

Rodgers, 2001; Cutrona, et al, 1997; Asili y Julian, 1998, Barrón, 1996, citados por Rodríguez, 2011).

Hernández (2003) señala que según diversos estudios que han abordado los aspectos culturales como determinando en los procesos de apoyo, existen sociedades colectivistas donde los integrantes han logrado establecer lazos de cohesión y relaciones sociales estrechas, así mismo, sociedades individualistas, donde los vínculos sociales son débiles y se da mayor importancia a la independencia y privacidad; siendo estas características importantes en los procesos de apoyo; por lo que las sociedades colectivistas están más asociadas con el intercambio de ayuda en las relaciones interpersonales y con un mayor grado de satisfacción sobre el apoyo recibido, comparación con las sociedades individualistas.

*b. Factores psicológicos.*

El apoyo social que percibe cada persona estará en concordancia con su sistema de creencias y esquemas, los que son formados en la infancia y adquieren influencia en la cantidad y calidad de interacciones en la etapa adulta. Así mismo, las personas que perciben altos niveles de apoyo de sus redes sociales y refieren sentirse satisfechas son las que son optimistas, asertivos, poseen una autoestima y adecuadas habilidades sociales; por el contrario, las personas ansiosas, con baja autoestima, con ánimo deprimido y locus de control externo, suelen experimentar niveles inferiores de satisfacción y menor apoyo de su entorno social (Sarason, Pierce, Sarason, 1990; Acuña, Bruner, 1999; Aduna, 1998, Gurung, Sarason, y Sarason, 1997; Daniels y Guppy, 1997, Gurung, et al., 1997; citados por Rodríguez, 2011).

*c. Factores sociales.*

Las situaciones que afronta el ser humano en los diversos ámbitos de su vida ejercerán impacto en el ámbito emocional, generando ansiedad y niveles altos de estrés, los que a su vez tendrán un efecto negativo en las habilidades de las personas, llevándolos a percibirse incapaces de mantener relaciones seguras, disminuyendo su bienestar y el acceso al apoyo social (Dominguez y Watking, 2003).

*d. Factores socioeconómicos.*

Cuando un entorno familiar está en un contexto de pobreza deja de ser la fuente principal de apoyo, ya que es posible que cada miembro de la familia se encuentre en un estado de precariedad, disminuyendo su capacidad de dar y recibir apoyo (Abello, Mandariaga y Hoyos de los Ríos, 1997). En tales circunstancias las redes sociales de la comunidad pueden convertirse en fuente primaria de apoyo, pudiendo ser altamente significativa (Ahluwlia, Dodds y Baligh, 1998; Latki y Curry, 2003; Orthner, Jones-Sanpei y Williamson, 2004; citado por Rodríguez, 2011).

### **2.3. Hipótesis**

#### **2.3.1. Hipótesis principal.**

Existe relación entre bienestar subjetivo y apoyo social percibido en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este

#### **2.3.2. Hipótesis derivadas.**

Existe relación entre satisfacción por la vida y apoyo social percibido en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este

Existe relación entre afecto positivo y apoyo social percibido en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este

Existe relación entre afecto negativo y apoyo social percibido en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este

## Capítulo III. Materiales y métodos

### 3.1. Tipo de la investigación

La presente investigación fue de tipo correlacional, porque tuvo como finalidad conocer la relación o grado de asociación que existe entre las variables bienestar subjetivo y apoyo social percibido, siendo su utilidad la descripción de la relación de las dos variables en un momento determinado (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

### 3.2. Diseño de la investigación

El diseño de la presente investigación fue no experimental, ya que se realizó sin manipular deliberadamente las variables, observando los fenómenos tal como se dan en su contexto natural, para posteriormente analizarlos (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

### 3.3. Población y muestra

La muestra de estudio estuvo conformada por estudiantes de ambos sexos, con edades entre 11 y 17 años que cursaban el nivel secundario de educación básica regular de una institución educativa pública, contando con 308 estudiantes. Se observa en la tabla 1 que el 56,8% fueron del sexo masculino, el 25% fueron estudiantes de 14 años de edad, y el 59.4% vive con ambos padres.

Tabla 1.

*Datos Sociodemográficos de los participantes*

	n	%
Sexo		
Masculino	175	56.8
Femenino	133	43.2
Edad		

11 años	2	0.6
12 años	55	17.9
13 años	71	23.1
14 años	78	25.3
15 años	61	19.8
16 años	34	11
17 años	7	2.3
Grado		
1ero	60	19.5
2do	69	22.4
3ero	64	20.8
4to	66	21.4
5to	49	15.9
Vive con		
Ambos padres	183	59.4
Solo un padre	71	23.1
Familia Extensa	38	12.3
Apoderado	12	3.9

---

### 3.3.1. Criterios de inclusión.

- Estudiantes matriculados en la institución educativa.
- Estudiante de 11 a 17 años de edad.
- Estudiante que brinden su consentimiento informado para participar en la investigación.
- Estudiantes cuyos cuestionarios sean válidos.

### 3.3.2. Criterios de exclusión.

- Adolescentes que no completen los datos sociodemográficos.
- Adolescentes que omitan varias preguntas en los instrumentos.
- Estudiantes menores de 11 años o mayores de 17 años.
- Estudiantes que no den su consentimiento para participar en la investigación.

### 3.4. Operacionalización de variables

Tabla 2

*Operacionalización de la variable Bienestar Subjetivo*

<b>Dimensiones</b>	<b>Sub-dimensiones</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Nº de ítems</b>	<b>Definición Operacional</b>
Componente Cognitivo	Satisfacción con la vida	Hace referencia a la satisfacción con la vida a través del juicio global que hacen las personas sobre esta	Aceptación de la vida que tiene Consecución de objetivos en la vida Satisfacción con la vida Deseo de repetir las vivencias Considerar buenas las circunstancias de la vida	1,2,3,4 y 5	La sumatoria a obtener tiene un valor entre 5 y 25 puntos. A mayor valor, mayor será la satisfacción con la vida. 1) Totalmente en desacuerdo (1 punto) 2) Desacuerdo (2 puntos) 3) Ni de acuerdo ni en desacuerdo (3 puntos) 4) De acuerdo (4 puntos) 5) Totalmente de acuerdo (5 puntos)
Componente Afectivo	Afectos Positivos	Es la dimensión donde los niveles altos se caracterizan por alta energía, concentración completa y agradable, dedicación, mientras que el bajo afecto positivo se caracteriza por la tristeza y el letargo (Watson Clark y Tellegen, 1988, citado por Grimaldo, 2003).	Interés Entusiasmo Energía Orgullo Inspiración Estimulación Decisión Atención Activo (a) Alerta	1,3,6,7,10,12,13,14,16 y 19	La sumatoria a obtener tiene un valor entre 10 y 50 puntos. A mayor valor, mayor será el afecto positivo. 1) Levemente o casi nada (1 punto) 2) Un poco (2 puntos) 3) Moderadamente (3 puntos) 4) Bastante (4 puntos) 5) Extremadamente (5 puntos)

Afectos Negativos	Hace referencia a un estado emocional donde los niveles altos incluyen la ira, culpa, temor y nerviosismo ; mientras los niveles bajos, señalan un estado de calma y serenidad (Watson Clark y Tellegen, 1988, citado por Grimaldo, 2003).	Irritabilidad Tensión Disgusto Temor Vergüenza Nerviosismo Miedo Culpa Hostilidad	2,4,5,8,9,11,15,17, 18 y 20	La sumatoria a obtener tiene un valor entre 10 y 50 puntos. A mayor valor, mayor será el afecto negativo. 1) Levemente o casi nada (1 punto) 2) Un poco (2 puntos) 3) Moderadamente (3 puntos) 4) Bastante (4 puntos) 5) Extremadamente (5 puntos)
-------------------	--	---	-----------------------------	---

Tabla 3  
*Operacionalización de la variable Apoyo Social Percibido*

Dimensión	Dimensión conceptual	Indicadores	Nº de ítems	Definición Operacional
Apoyo familiar	Hace referencia a la descripción, evaluación y satisfacción de las acciones o materiales que son percibidos como apoyo de parte de cualquier miembro de la familia.	Cuenta con algún familiar Ayuda en la solución de problemas Muestras de cariño Comunicación Apoyo ante problemas Apoyo mutuo Satisfacción con el apoyo	1,3,5,7,10, 12, 13	La sumatoria a obtener tiene un valor entre 15 y 70 puntos. A mayor valor, mayor será la percepción del apoyo social, de la misma manera para cada dimensión.
Apoyo de amigos	Hace referencia a la descripción, evaluación y satisfacción de las acciones o materiales que son percibidos como apoyo de parte de los amigos	Cuenta con algún familiar Ayuda en la solución de problemas Muestras de cariño Comunicación Apoyo ante problemas Apoyo mutuo Satisfacción con el apoyo	2,4,6,8, 9, 11, 14	1) Nunca (1 punto) 2) Pocas veces (2 puntos) 3) A veces (3 puntos) 4) Muchas veces (4 puntos) 5) Siempre (5 puntos)

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

#### **3.5.1. Técnica de muestreo.**

Para la presente investigación se hizo uso de un muestreo no probabilístico, o también denominada muestras dirigidas, donde la elección de los participantes requiere una cuidadosa y controlada selección de los participantes, lo que cumplen con ciertas características específicas que han sido detalladas en los objetivos de la investigación y han sido propuestas en el planteamiento del problema (Hernández, Fernández y Baptista, 2006).

#### **3.5.2. Instrumentos.**

La recolección de datos se realizó mediante la aplicación de los cuestionarios que miden cada variable.

##### ***a. Escala de Satisfacción con la vida (SWLS).***

Con el propósito de obtener datos para la variable Bienestar Subjetivo se utilizarán dos instrumentos, el primero para evaluar el componente cognitivo, y el segundo para evaluar los afectos positivos y negativos.

Para evaluar el componente cognitivo se hará uso de la Escala de Satisfacción con la vida, el SWLS de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985) que evalúa la satisfacción con la vida a través del juicio global que hacen las personas sobre esta; este instrumento fue adaptado al castellano por Atienza, Pons, Balaguer y García-Merita en el año 2000, quienes realizaron la traducción del instrumento y realizaron una reducción de las opciones de respuesta del instrumento (siendo la versión original de 7 opciones). El instrumento está compuesto por 5 ítems que poseen 5 opciones de respuesta en escala Likert (1 = Totalmente en desacuerdo, 5=

Totalmente de acuerdo), logrando obtener un puntaje máximo de 25 puntos (alta satisfacción) y una puntuación mínima de 5 (baja satisfacción).

Los creadores del instrumento hallaron un alfa de Cronbach de .87, una correlación ítems-test entre .57 y .75 y un coeficiente de estabilidad test-retest de .82 a los dos meses, evidenciando la confiabilidad del instrumento. En relación a la validez de constructo, se extrajo un único factor que explica el 66% de la varianza, lo que indica que cada uno de los ítems responde a un único constructo, demostrando la validez de la escala (Diener et al, 1985).

Por su parte, Atienza et al. (2000) analizó las propiedades psicométricas de la versión en castellano de esta escala en una muestra adolescente en España, el análisis factorial exploratorio mostró una estructura monofactorial que explicó el 53.7% de la varianza, así mismo, se obtuvo un alfa de Cronbach de .84, indicando una buena consistencia interna.

En el Perú, Villa (2015) realizó una investigación con la escala SWLS en una muestra de 361 adolescentes de quinto año de secundaria cuyas edades fueron comprendidas entre 14 y 17 se encontró como resultado que un solo factor explica el 55.2% de la varianza total, así mismo, los índices de correlación ítem-factor obtuvieron elevados valores de .61 a .81.

En el estudio se comprobó las propiedades psicométricas del instrumento, donde obtuvo adecuados índices de fiabilidad y validez (ver anexo 7).

#### ***b. Escala de afectos positivos y negativos PANAS.***

Para evaluar el componente afectivo se utilizará la Escala de afectos positivos y negativos PANAS de Watson, Clark y Tellegen (1988), que fue adaptada y traducida por Sandín et al. (1999); esta escala evalúa la presencia de afectos referidos a diversos periodos, los que podrían ser los que se experimentan en el

momento de la aplicación del instrumento, o los que experimentan generalmente, para la presente investigación se utilizó la referida a generalmente; los ítems están conformados por palabras que describen diversas emociones y sentimientos; y números que señalan el grado en que experimenta la emoción. De este modo, la escala está compuesta por 20 ítems, 10 ítems miden el afecto positivo (AP) y 10 el afecto negativo (AN), el rango de respuesta va de 1 (muy poco o nada) a 5 (extremadamente), la aplicación puede ser individual o grupal. El instrumento recoge información sobre la frecuencia en que los participantes han experimentado los adjetivos que se presentan en un lapso específico de tiempo. Los datos psicométricos brindados por los autores (Watson et al., citado por Gonzáles y Valdez, 2015) señala que posee adecuados niveles de validez (factorial convergente y discriminante) y confiabilidad, donde la consistencia interna fluctúa entre 0.86 a 0.90 para la escala de Afecto Positivo; y de 0.84 a 0.87 para la escala de Afecto Negativo. Así mismo, ha sido aplicado a muestra de adolescentes y niños demostrando ser una prueba útil para evaluar estas poblaciones (Sandín, 2003), las propiedades psicométricas de este instrumento fueron estudiadas en diferentes culturas tales como Holanda (Petters, Ponds y Vermeeren, 1996), Italia (Terraciano, McCrae y Costa, 2003), India (Pandey y Srivastava, 2008), España (Joiner, Sandín, Chorot, Lostao y Marquina, 1997), entre otros.

En el Perú, Grimaldo (2003) fue el primero en evidenciar la validez y confiabilidad del instrumento, se aplicó es SPANAS a una muestra de 589 estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria, se realizó el análisis de componentes principales mediante la rotación Varimax, reportando una estructura factorial de dos componentes, uno con relación al AP y otro al AN que explican el 36% de la varianza total. Posteriormente, Matos y Lens (citado por Gargurevich, 2012),

Gargurevich y Matos (2010) y Gargurevich (2010) realizaron algunos estudios, sin embargo, estos estudios fueron insuficientes para comprender las propiedades psicométricas del SPANAS. Por ello, Gargurevich y Matos (2012) estudiaron la validez de constructo y la confiabilidad del instrumento utilizando el análisis factorial confirmatorio, para estudiar cual es la estructura factorial que representa mejor a la escala, para ello aplicaron el instrumento a dos grupos de estudiantes universitarios, los resultados concluyen en que el modelo de dos factoriales correlacionales es el que mejor representa a la escala en ambos grupos (muestra 1= .50 a .84, muestra 2= .57 a .81), así mismo la escala de AP y AN demostraron ser confiables, y están correlacionadas positivamente en ambos grupos (muestra 1 = .36, muestra 2 = .24).

En el estudio se comprobó las propiedades psicométricas del instrumento, donde obtuvo adecuados índices de fiabilidad y validez (ver anexo 8).

**c. Escala de Apoyo social familiar y de amigos (AFA-R).**

Para evaluar la variable Apoyo social percibido se utilizará la Escala de apoyo social familiar y de amigos (AFA-R) de Gonzales y Landero, elaborada en el año 2014 en México, evalúa la descripción, evaluación y satisfacción de las acciones o materiales que son percibidos como apoyo de parte de cualquier miembro de la familia o amigos; por ello evalúa dos dimensiones: el apoyo familiar, que representa las relaciones primarias de las que se depende para satisfacer necesidades, son duraderas en el tiempo y proporcionan diversos tipos de apoyo; y el apoyo de amigos, consideradas relaciones secundarias asociadas al proceso de socialización y pueden ser menos duraderas. La versión inicial del instrumento contó con 20 ítems, posteriormente los autores evaluaron la redacción y contenido de cada ítem por 3 jueces, quedando la versión de 15 ítems, finalmente se valoró

la estructura factorial del instrumento, donde el instrumento quedó con 14 ítems, estos buscan medir dos dimensiones: el apoyo familiar (7 ítems) y el apoyo de amigos (7 ítems), ofrece una puntuación por áreas y una puntuación global del apoyo social percibido mediante la suma de todos los ítems, puntuación que va de 14 a 70 puntos, a mayor puntaje mayor apoyo social, esto también se aplica a cada dimensión; el formato de respuesta de tipo Likert con cinco alternativas de respuesta (1 = nunca, 2=pocas veces, 3=a veces, 4=muchas veces y 5= siempre). Para el análisis de consistencia interna utilizaron el coeficiente alfa de Cronbach, donde obtuvo un alfa de .918, al evaluar la estructura factorial del instrumento, confirmaron su estructura bifactorial, la que explica el 66.09% de la varianza, evidenciando adecuadas propiedades psicométricas.

El instrumento ha sido utilizado en diversas investigaciones en España y México, entre ellos el de Rodríguez-Fernández, Ramos-Díaz, Ros y Zuazagoitia (2018); Larañaga, Navarro, y Yubero (2018), entre otros; en el Perú aún no se ha utilizado aún este instrumento, siendo esta la primera vez.

En el estudio se comprobó las propiedades psicométricas del instrumento, donde obtuvo adecuados índices de fiabilidad y validez (ver anexo 9).

### **3.5.3. Proceso de recolección de datos.**

Para la recolección de datos se gestionó anticipadamente con los directivos de la I.E. seleccionada, a quienes se les explicó la naturaleza y objetivos de la investigación con la finalidad de obtener los permisos necesarios; de este modo, se procedió a realizar el envío de una carta, solicitando la autorización para la recolección de datos.

Una vez obtenido el permiso se procedió a la aplicación de los instrumentos, los que fueron administrados de manera grupal, en una sola sesión y en las aulas

de los estudiantes 1° a 5to grado de secundaria, aplicación que llevó a cabo durante el mes de mayo, el tiempo de duración promedio de aplicación por salón fue de 30 minutos.

Al inicio de la aplicación de los instrumentos, se informó a los participantes acerca de la investigación y sus objetivos, se solicitó su participación voluntaria, los cuales aceptaron, luego se procedió a brindar la consigna e indicaciones para el marcado de opciones y/o respuestas, absolviendo dudas de los participantes.

Concluida esta etapa se procedió al recojo y cuantificación de las pruebas, las mismas que fueron guardadas en sobres teniendo cuidado en su identificación, fecha, lugar de aplicación, grado y sección.

### **3.6. Procesamiento y análisis de datos**

Para el procesamiento de datos, se realizó la revisión de cada prueba con el objetivo de verificar que los datos estén completos, a continuación, se realizó el vaciado de pruebas en el Software estadístico SPSS versión 25, donde se realizó el análisis estadístico correspondiente. Los resultados obtenidos fueron organizados por tablas para su interpretación, para ello, se realizó en primer lugar los análisis descriptivos de cada variable, luego se procedió a realizar los análisis comparativos y contraste de hipótesis, por ello, se realizó la prueba de bondad de ajuste para precisar si las variables presentan una distribución normal, en este sentido, se utilizó para prueba de ajuste de Kolmogorov-Smirnov; posteriormente, se realizó la prueba estadística Rho de Spearman para determinar si existe relación significativa entre las variables Bienestar Subjetivo y Apoyo Social Percibido.

### **3.7. Aspectos éticos**

Como parte del procedimiento se solicitó la autorización de los directivos de la Institución Educativa, luego de los estudiantes por medio del consentimiento

informado, el que fue anexado al instrumento de evaluación. De la misma manera, al momento de la aplicación del instrumento, se dio a conocer a los participantes el objetivo de la investigación (naturaleza, tema, beneficios, otros.). De acuerdo con las normas éticas de recopilación de datos (confidencialidad y libertad de participación), se les informó que su participación era voluntaria y anónima y que podían dejar de llenar los cuestionarios en cualquier momento, si así lo deseaban (Ver anexos 6 y 9).

## **Capítulo IV. Resultados y discusión**

### **1. Análisis descriptivo**

#### **1.1. Análisis descriptivo de Bienestar subjetivo.**

##### **1.1.1. Nivel de bienestar subjetivo.**

En la tabla 4 se aprecia que el 48,1% de estudiantes presenta un nivel moderado de Satisfacción con la vida, es decir, el proceso de juicio y valoración global de la vida asociado al alcance de objetivos deseados, criterios personales y la trayectoria vital, se encuentra en niveles esperados; por otro lado, se observa que el 48,7% y 50,6% de estudiantes evidencian un nivel moderado de Afectos positivos y negativos, respectivamente; los que hacen referencia a experiencias afectivas positivas y/o negativas que se experimentan de forma independiente ante

situaciones específicas, generando mayor o menor nivel de bienestar en el sujeto que lo experimenta.

Tabla 4  
*Nivel de Bienestar Subjetivo en los participantes*

Dimensiones	Niveles	n	%
Satisfacción con la vida	Bajo	85	27,6
	Moderado	148	48,1
	Alto	75	24,4
	Total	308	100,0
Afectos Positivos	Bajo	81	26,3
	Moderado	150	48,7
	Alto	77	25,0
	Total	308	100,0
Afectos Negativos	Bajo	83	26,9
	Moderado	156	50,6
	Alto	69	22,4
	Total	308	100,0

#### **1.1.1. Nivel de bienestar subjetivo según sexo.**

En la tabla 5 se aprecia que la mayoría de los adolescentes del sexo femenino experimentan niveles moderados de satisfacción con la vida (50,4%), esto señala que el proceso de juicio y valoración global de la vida asociado al alcance de objetivos deseados, criterios personales y la trayectoria vital, se encuentra en niveles esperados; de manera similar, se observa que los afectos positivos y negativos presentan, en su mayoría un nivel moderado, sin embargo, existe un grupo importante que presenta un nivel alto de afectos negativos (27,8%), lo que sugiere que las experiencias afectivas que experimentan generan menores niveles

de bienestar. Al observar los resultados de los estudiantes del sexo masculino es posible notar resultados similares.

Tabla 5

*Nivel de Bienestar Subjetivo según sexo*

Dimensiones	Niveles	Sexo			
		Femenino		Masculino	
		n	%	n	%
Satisfacción con la vida	Bajo	40	30,1	45	25,7
	Moderado	67	50,4	81	46,3
	Alto	26	19,5	49	28,0
	Total	133	100	175	100
Afectos Positivos	Bajo	43	32,3	38	21,7
	Moderado	58	43,6	92	52,6
	Alto	32	24,1	45	25,7
	Total	133	100,0	175	100,0
Afectos Negativos	Bajo	36	27,1	47	26,9
	Moderado	60	45,1	96	54,9
	Alto	37	27,8	32	18,3
	Total	133	100,0	175	100,0

**1.1.2. Nivel de bienestar subjetivo según edad.**

La tabla 6 permite apreciar que tanto en la etapa temprana (56%), intermedia (45%) y tardía (51%) de la adolescencia presentan un nivel moderado de satisfacción con la vida; de manera similar sucede en las dimensiones de afectos positivos y negativos; siendo importante detallar que solo el 15,8% de estudiantes correspondientes a la adolescencia temprana experimentan altos niveles de afectos positivos; de forma contraria, se observa que el 17,5% y el 29,3% de estudiantes correspondientes a la adolescencia intermedia y tardía, respectivamente, presentan un nivel alto de afectos negativos, lo que señalaría que estos

adolescentes presentan experiencias afectivas negativas que generan menores niveles de bienestar.

Tabla 6

*Nivel de Satisfacción con la vida según edad*

Dimensiones	Niveles	Edad					
		Temprana		Intermedia		Tardía	
		n	%	n	%	n	%
Satisfacción con la vida	Bajo	10	17,5	64	30,5	11	26,8
	Moderado	32	56,1	95	45,2	21	51,2
	Alto	15	26,3	51	24,3	9	22,0
	Total	57	100,0	210	100,0	41	100,0
Afectos Positivos	Bajo	13	22,8	60	28,6	8	19,5
	Moderado	35	61,4	96	45,7	19	46,3
	Alto	9	15,8	54	25,7	14	34,1
	Total	57	100,0	210	100,0	41	100,0
Afectos Negativos	Bajo	17	29,8	58	27,6	8	19,5
	Moderado	30	52,6	105	50,0	21	51,2
	Alto	10	17,5	47	22,4	12	29,3
	Total	57	100,0	210	100,0	41	100,0

## 1.2. Análisis descriptivo de Apoyo Social

### 1.2.1. Nivel de apoyo social.

En la tabla 7 se observa que la mayoría de los adolescentes presentan un nivel moderado de apoyo social percibido en las dimensiones de familia (48,1%) y amigos (48,7%), lo que sugiere que perciben un conjunto de provisiones expresivas que les son brindadas por estos grupos significativos de forma independiente; finalmente, solo el 24% presenta un nivel alto de apoyo social percibido Global, lo

que señala que un grupo reducido experimenta o percibe un amplio conjunto de aportes y soporte de la red social y familiar de su entorno.

Tabla 7

*Nivel de Apoyo Social Percibido en los participantes*

Nivel de Apoyo Social Percibido	Dimensiones					
	Familia		Amigos		Global	
	n	%	n	%	n	%
Bajo	88	28,6	81	26,3	87	28,2
Moderado	148	48,1	150	48,7	145	47,1
Alto	72	23,4	77	25,0	76	24,7
Total	308	100,0	308	100,0	308	100,0

**1.2.2. Nivel de apoyo social según sexo.**

La tabla 8 permite apreciar que tanto el sexo femenino (45,1%) como masculino (48,6%) presentan un nivel moderado de apoyo social percibido; en cuanto a las dimensiones, el 24,8% de mujeres presenta un nivel alto de apoyo social percibido familiar, es decir, perciben un conjunto de provisiones expresivas que les son brindadas por el entorno familiar; mientras que el 25,6% percibe un bajo nivel apoyo social percibido de amigos. Respecto al sexo masculino, se percibe datos similares, donde solo el 22,3% presenta un nivel alto de apoyo social percibido global, es decir, perciben un conjunto de provisiones expresivas que les son brindadas por estos grupos significativos de forma independiente.

Tabla 8

*Nivel de Apoyo Social Percibido según sexo*

Dimensiones del Apoyo Social Percibido	Niveles	Sexo			
		Femenino		Masculino	
		n	%	n	%
Global	Bajo	36	27,1	51	29,1
	Moderado	60	45,1	85	48,6
	Alto	37	27,8	39	22,3

	Total	133	100,0	175	100,0
Familiar	Bajo	36	21,7	52	29,7
	Moderado	64	48,1	84	48
	Alto	33	24,8	39	22,3
	Total	133	100,0	175	100,0
Amigos	Bajo	34	25,6	47	26,9
	Moderado	56	42,1	94	53,7
	Alto	43	32,3	34	19,4
	Total	133	100,0	175	100,0

### **1.2.3. Nivel de apoyo social según edad.**

En la tabla 9 se aprecia que, en la dimensión global del apoyo social percibido, solo el 19,3% de los adolescentes en edad temprana presentan un nivel alto, es decir, perciben un conjunto de provisiones expresivas que les son brindadas por estos grupos significativos de forma independiente; por otro lado, el 31,9% de adolescentes en la edad intermedia presenta un nivel bajo de apoyo social percibido a nivel familiar; mientras que solo el 8,8% de adolescentes en la edad temprana presenta un nivel alto de apoyo social percibido de amigos.

Tabla 9

#### *Nivel de Apoyo Social Percibido según edad*

Dimensiones del Apoyo Social Percibido	Niveles	Edad					
		Temprana		Intermedia		Tardía	
		n	%	n	%	n	%
Global	Bajo	16	28,1	63	30,0	8	19,5
	Moderado	30	52,6	97	46,2	18	43,9
	Alto	11	19,3	50	23,8	15	36,6
	Total	57	100,0	210	100,0	41	100,0
Familiar	Bajo	14	24,6	67	31,9	7	17,1
	Moderado	31	54,4	94	44,8	23	56,1
	Alto	12	21,1	49	23,3	11	26,8

	Total	57	100,0	21 0	100,0	41	100,0
	Bajo	16	28,1	57	27,1	8	19,1
	Moderado	36	63,2	98	46,7	16	39,0
Amigos	Alto	5	8,8	55	26,2	17	41,5
	Total	57	100,0	21 0	100,0	41	100,0

## 2. Prueba de normalidad

Con el propósito de realizar los análisis comparativos y contrastar las hipótesis planteadas, se procedió a realizar primero la prueba de bondad de ajuste para precisar si las variables presentan una distribución normal. En ese sentido, la tabla 10 presenta los resultados de la prueba de ajuste de Kolmogorov-Smirnov (K-S), como se observa en la tabla 9 los datos correspondientes a las variables no presentan una distribución normal dado que el coeficiente obtenido (K-S) es significativo ( $p < 0.05$ ). por tanto, para los análisis estadísticos correspondientes se empleará estadística no paramétrica.

Tabla 10

*Prueba de bondad de ajuste para las variables de estudio*

Instrumento	Variables	Media	D.E.	K-S	P
Bienestar	Satisfacción con la vida	17.66	3.999	.091	.000
Subjetivo	Afectos Positivos	32.26	7.507	.050	.058
	Afectos negativos	22.54	7.167	.094	.000
Apoyo Social Percibido	Apoyo Social Percibido Global	50.47	11.109	.055	.027

\* $p < 0.05$

## 3. Correlación entre Bienestar Subjetivo y Apoyo Social Percibido

En la tabla 11 se aprecia una relación altamente significativa entre el nivel de satisfacción con la vida y el apoyo social percibido ( $\rho = .403; p < .01$ ), es decir, los estudiantes que presentan un mayor nivel de satisfacción con la vida a su vez presentan mayores niveles de apoyo social percibido; respecto a la dimensión de

afectos positivos, se observa que presenta una relación altamente significativa con el apoyo social percibido ( $\rho=.393;p<.01$ ), es decir, los estudiantes que presentan mayores niveles de afectos positivos a su vez presentan mayores niveles de apoyo social percibido. De forma contraria, los estudiantes que presentan mayores niveles en afectos negativos presentan menor nivel de apoyo social percibido ( $\rho=-.181;p<.01$ ).

Tabla 11

*Coefficiente de correlación entre las dimensiones de Bienestar Subjetivo y Apoyo Social Percibido*

	Apoyo Social Percibido	
	Rho	P
Satisfacción con la vida	.403	.000
Afectos Positivos	.393	.000
Afectos Negativos	-.181	.001

## 2. Discusión

La presente investigación ha explorado la relación entre los componentes de la variable bienestar subjetivo y el apoyo social percibido, siendo esta la hipótesis general, a la que se dará respuesta mediante el análisis de los objetivos específicos. En este sentido, se halló relación significativa entre apoyo social percibido y la dimensión satisfacción con la vida ( $\rho=.403;p<.01$ ), es decir, al experimentar mayor nivel de apoyo social percibido, se experimentará mayor nivel de satisfacción con la vida. La satisfacción con la vida es la dimensión cognitiva del bienestar subjetivo, siendo considerado el juicio global que realiza una persona sobre su trayectoria de vida (Pavot y Diener, 2013). Teniendo en cuenta esta base teórica, Barrón y Sánchez (2001) señalan que las personas que sienten apoyo de

la familia y amigos presentan menores índices de trastornos del estado de ánimo, contribuyendo de este modo en los niveles de bienestar; y de manera más específica sobre la satisfacción con la vida (Rodríguez-Fernández et al. 2012). Así mismo, Barra y Chavarría (2014) explican que la valoración subjetiva de la calidad del apoyo social existente es un factor de protección del bienestar que puede experimentar el adolescente. Los resultados de la presente investigación son similares a los hallados por Suldo y Huebner (2006), donde encontraron que los niveles de satisfacción con la vida se relacionaban significativamente con la percepción que tenían los adolescentes respecto al apoyo social de sus padres, profesores, compañeros y amigos. Por su parte, Rodríguez-Fernández, et al. (2016) hallaron que el apoyo de la familia determina el componente cognitivo del bienestar subjetivo, señalando a esta variable como predictor de la satisfacción con la vida.

A continuación, se revisará los resultados referente a la relación entre el apoyo social percibido y la dimensión afectiva del bienestar subjetivo; respecto a la segunda hipótesis, se halló relación significativa entre apoyo social percibido y la dimensión afectos positivos ( $\rho=.093; p<.01$ ), es decir, mayores niveles de apoyo social percibido están relacionados con mayores niveles de afectos positivos. Los afectos positivos, son parte de la dimensión afectiva del bienestar subjetivo, el que se considera una respuesta de tipo emocional y se experimenta de forma independiente a los afectos negativos (Pavot y Diener, 2013). Según Barra (2004) el apoyo social actúa como un amortiguador ante las situaciones tensas o de estrés, fortalece la autoestima, la autoeficacia y las conductas de resolución de problemas, de este modo, se relaciona con el bienestar debido a que promueve las emociones positivas. Una investigación realizada por Rodríguez-Fernández et al. (2012) corroboró la importancia del apoyo familiar y de las amistades en el bienestar de

los adolescentes, señalando que el apoyo de los amigos está asociado a las emociones positivas, debido a que existe un impacto diferencial de las fuentes de apoyo sobre el bienestar subjetivo, pues al parecer, cuando los adolescentes realizan evaluaciones afectivas lo hacen considerando el apoyo de sus iguales, mientras que al realizar la valoración cognitiva de sus vidas, lo hacen considerando el apoyo de la familia.

Respecto a la tercera hipótesis, se encontró relación significativa entre el apoyo social percibido y los afectos negativos, siendo esta relación negativa ( $\rho = -.181; p < .01$ ), es decir, mayores niveles de apoyo social percibido están relacionados con menores niveles de afectos negativos. Vargas y Barrera (2002) explican que durante la adolescencia se va adquiriendo mayor independencia y autonomía, sin embargo, la presencia y apoyo de los padres constituyen un factor importante para el ajuste social y emocional de los hijos. Por otra parte, Blum señala que los adolescentes, son parte de la población más propensa a sufrir depresión o desarrollar trastornos clínicos, debido a que en esta etapa se llevan a cabo procesos de cambios físicos, psicológicos, socioculturales y cognitivos que demanda el desarrollo de estrategias de afrontamiento (Citado por Orcasita y Uribe, 2010). Ante esta realidad del desarrollo de la población adolescente, Pardo, et al. (2004) indican que la relación entre los padres y los adolescentes son predictores del desarrollo o no de síntomas depresivos, por ello, la falta de vínculos fuertes, de apoyo y soporte emocional de los padres hacia los hijos vulneran el desarrollo emocional de los menores, generando dificultades en el bienestar psicológico de los mismos.

De este modo, se afirma la hipótesis general planteada en la presente investigación, siendo que se encontró relación significativa entre la dimensión

cognitiva (satisfacción con la vida) y el apoyo social percibido; del mismo modo, entre la dimensión afectiva (afectos positivos y afectos negativos) y el apoyo social percibido. En este sentido, la evidencia teórica señala que la cantidad y calidad del apoyo social tienen efectos significativos sobre el bienestar y la salud del ser humano (Dolbier y Steinhard, 2000); esto se da debido a que proporciona estabilidad, predictibilidad y control, llevando a la persona a sentirse mejor y motivándolo a cuidar de sí mismo y a interactuar de forma más positiva con otros; es así que la combinación de estos factores tienen efectos positivos en el bienestar y en la salud física (Uchino, 1993). Tal como lo señala Barra (2004) el apoyo social percibido tiene efectos positivos en el bienestar y en la salud del adolescente debido a que refuerza la autoestima, permitiendo una percepción más positiva del entorno; así mismo, permite el acceso al apoyo emocional, material e informacional que permiten al adolescente enfrentar situaciones de riesgo propias de la etapa de desarrollo (Orcasita y Uribe, 2010); por su parte, Rodríguez, et al. (2016) señalan que el apoyo de la familia y del círculo de amigos determina de manera diferenciada cada uno de los componentes del bienestar subjetivo, de este modo, el apoyo familiar es predictor de la satisfacción con la vida y el apoyo del círculo de amigos es predictor del afecto positivo; finalmente, un estudio transcultural (Brannan, et al., 2012) demostró que el apoyo familiar predice de forma significativa cada uno de los componentes del bienestar subjetivo, mientras que el apoyo percibido en los amigos fue predictor de niveles más altos de estado de ánimo positivo y reducciones del estado de ánimo negativo.

## **Capítulo V. Conclusiones y Recomendaciones**

### **1. Conclusiones**

De acuerdo a los datos y resultados presentados en esta investigación sobre la relación entre el bienestar subjetivo y apoyo social percibido en estudiantes de una institución educativa pública de Lima Este, se presenta las conclusiones obtenidas tras el proceso de investigación:

1. En relación al objetivo general, se halló relación significativa entre las dimensiones del bienestar subjetivo y el apoyo social percibido en los estudiantes dl nivel secundario de una institución educativa pública de Lima Este.

2. Se encontró relación significativa entre el apoyo social percibido y la dimensión satisfacción con la vida ( $\rho=.403;p<.01$ ), es decir, al experimentar mayor nivel de apoyo social percibido, se experimentará mayor nivel de satisfacción con la vida
3. Se encontró relación significativa entre apoyo social percibido y la dimensión afectos positivos ( $\rho=.093;p<.01$ ), es decir, mayores niveles de apoyo social percibido están relacionados con mayores niveles de afectos positivos
4. Se encontró relación significativa entre el apoyo social percibido y los afectos negativos, siendo esta relación negativa ( $\rho=-.181;p<.01$ ), es decir, mayores niveles de apoyo social percibido están relacionados con menores niveles de afectos negativos.

## **2. Recomendaciones**

Al finalizar la presente investigación se hacen las siguientes recomendaciones:

Para otras investigaciones:

1. Ampliar la muestra de estudio con la finalidad de analizar el comportamiento de las variables estudiadas en grandes poblaciones y poder generalizar los resultados.
2. Tener en cuenta analizar la relación entre el bienestar y el apoyo social percibido de los docentes (no considerado en el presente estudio); el apoyo social percibido y su relación con los trastornos del estado de ánimo, ajuste social y emocional.
3. Considerar poblaciones en situación de riesgo, de tal manera que se pueda comparar los resultados obtenidos.

Para la institución educativa:

4. De acuerdo a los resultados obtenido, capacitar a los docentes y personal de la I.E. para el abordaje situaciones que repercutan en los niveles de bienestar de los estudiantes.
5. Realizar talleres para fortalecer y/o desarrollar las relaciones interpersonales y la inteligencia emocional en los estudiantes.
6. Promover actividades de integración entre padres e hijos, de este modo fomentar la interacción y unidad entre estos.

### **Referencias**

- Abello, R., Mandariaga, C. & Hoyos de Los Rios, O. (1997). Redes sociales como mecanismo de supervivencia: un estudio de casos en sectores de extrema pobreza. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 29, 115-137. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80529106>
- Alva, L. (2016). *Nivel de apoyo social percibido en la familia por la adolescente embarazada usuaria de un Hospital General de Lima Metropolitana 2015* (Tesis para optar el título profesional de Licenciatura). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima. Recuperado de [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/4939/3/Alva\\_sa.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/4939/3/Alva_sa.pdf)

- Andrews, F. & Witmey, S. (1978). *Social Indicators of Well-Being*. New York: Plenum. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=4g7rBwAAQBAJ&printsec=frontcover&q=Social+Indicators+of+Well-Being&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiR-7Do0PTeAhXF2FMKHcR7AVsQ6AEIJzAA#v=onepage&q=Social%20Indicators%20of%20Well-Being&f=false>
- Aranda, C. y Pando, M. (2013). Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social. *Revista IIPSI*, 16(1), 233-245. Recuperado de <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/viewFile/3929/3153>
- Arnett, J. J. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. *American Psychologist*, 54, 317-326. Recuperado de [http://jeffreymarney.com/Arnett\\_1999\\_AmPsy.pdf](http://jeffreymarney.com/Arnett_1999_AmPsy.pdf)
- Atienza, F., Pons, D., Balaguer, I. y García-Merita, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12 (2), 314-319. Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=296>
- Azpiazu, L. (2016). *El ajuste escolar: Un modelo explicativo en función de variables contextuales y personales* (Tesis para optar el grado de Doctor). Universidad del País Vasco, España. Recuperado de <https://addi.ehu.es/handle/10810/20732>
- Baca, D. (2013). *Resiliencia y apoyo social percibido en pacientes oncológicos que acuden a un hospital de Trujillo* (Tesis para optar el grado de maestría). Universidad Nacional mayor de San Marcos, Lima. Recuperado de [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/3575/1/Baca\\_rd.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/3575/1/Baca_rd.pdf)

- Barra, Q. (2004). Apoyo social, estrés y salud. *Psicología y Salud*, 14(2), 237-243.  
Recuperado de [https://www.researchgate.net/profile/Enrique\\_Barra\\_Almagia/publication/235746796\\_Social\\_support\\_stress\\_and\\_health\\_Apoyo\\_social\\_estres\\_y\\_salud/links/09e4151311a000386c000000/Social-support-stress-and-health-Apoyo-social-estres-y-salud.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Enrique_Barra_Almagia/publication/235746796_Social_support_stress_and_health_Apoyo_social_estres_y_salud/links/09e4151311a000386c000000/Social-support-stress-and-health-Apoyo-social-estres-y-salud.pdf)
- Barra, Q. (2012). Influencia de la autoestima y del apoyo social percibido sobre el bienestar psicológico de estudiantes universitarios chilenos. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 8(1), 29-38. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67923973002>
- Barra, E. y Chavarría, P. (2014). Satisfacción Vital en adolescentes: Relación con la autoeficacia y el Apoyo Social Percibido. *Terapia Psicológica*, 32(1), 41-46.  
Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v32n1/art04.pdf>
- Barraza A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del Estrés Académico. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 9 (3). Recuperado de: <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/principal.html>
- Barrón, A., y Sánchez, E. (2001). Estructura social, apoyo social y salud mental. *Psicothema*, 13(1), 17-23. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72713103>
- Bermúdez, J., Pérez-García, A., Ruiz, J., Sanjuán, P. y Rueda, B. (2013). Psicología de la personalidad. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.  
Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=QEWwBAAQBAJ&lpg=PP1&hl=es&pg=PT3#v=onepage&q&f=false>
- Bermúdez, J., Pérez-García, A.M., Ruiz, J.A., Sanjuán, P. y Rueda, B. (2013). Psicología de la personalidad. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia. Recuperado de

[https://books.google.com.pe/books?id=QEWwBAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=QEWwBAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

- Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine. Recuperado de [http://www.norc.org/PDFs/publications/BradburnN\\_Struc\\_Psych\\_Well\\_Being.pdf](http://www.norc.org/PDFs/publications/BradburnN_Struc_Psych_Well_Being.pdf)
- Brannan, D., Biswas-Diener, R., Mohr, C. Mortazavi, S. y Stein, N. (2012). Friends and family: A cross-cultural investigation of social support and subjective well-being among college students. *The journal of positive Psychology*, 1-11. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/235980173\\_Friends\\_and\\_family\\_A\\_cross-cultural\\_investigation\\_of\\_social\\_support\\_and\\_subjective\\_well-being\\_among\\_college\\_students](https://www.researchgate.net/publication/235980173_Friends_and_family_A_cross-cultural_investigation_of_social_support_and_subjective_well-being_among_college_students)
- Bryan, F. y Veroff, J. (1984). Dimensions of subjective mental health in american men and women. *Journal of health and Social Psychology*, 43, 543 – 67.
- Campbell, A., Converse, P. y Rodgers, W. (1976). *The quality of American Life: Perceptions, evaluations, and satisfactions*. New York: Russell Sage Foundation. Recuperado de <https://babel.hathitrust.org/cgi/pt?id=mdp.39015071884634;view=1up;seq=10>
- Carbajal, G. (1993). *Adolescer: La aventura de una metamorfosis. Una visión psicoanalítica de la adolescencia*. Bogotá: Tiresias
- Carr, A. (2007). *Psicología Positiva: la ciencia de la felicidad*. España: Ediciones Paidós Ibérica, S.A.
- Castellá, J., Saforcada, E., Tonon, G., Rodríguez, L., Mozobancyk, S. y Bedin, L. (2012). Bienestar subjetivo de los adolescentes: un estudio comparativo entre Argentina y Brasil. *Psychosocial Intervention*, 21(3), 273-280. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179824562004>

- Castillo, J. (2011). *Relación entre el soporte social, habilidades sociales y académicas en hijos de padres alcohólicos y no alcohólicos* (Tesis para optar el título de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/1177>
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314. Recuperado de [https://journals.lww.com/psychosomaticmedicine/Citation/1976/09000/Social\\_Support\\_as\\_a\\_Moderator\\_of\\_Life\\_Stress.3.aspx](https://journals.lww.com/psychosomaticmedicine/Citation/1976/09000/Social_Support_as_a_Moderator_of_Life_Stress.3.aspx)
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist*, 59(8), 676–684. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.59.8.676>
- Coll, C. (2010). Enseñar y aprender en el mundo actual: desafíos y encrucijadas. - *Pensamiento Iberoamericano*, 7, 47-66. Recuperado de [http://www.educacionysociedad.org/images/img\\_noticias/docu4e92a454ee178\\_10102011\\_452am.pdf](http://www.educacionysociedad.org/images/img_noticias/docu4e92a454ee178_10102011_452am.pdf)
- Contini, N. (2006). *Pensar la adolescencia de hoy: de la psicopatología al bienestar psicológico*. Buenos Aires: Paidós
- Contini, N., Coronel, P., Levin, M. y Estevez, A. (2003). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes escolarizados de Tucumán. *Revista de Psicología de la PUCP*, 21(1), 179-200. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/3723/3705>
- Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003). El bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1),83-96. Recuperado de [www.revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/article/download/17380/18144](http://www.revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/article/download/17380/18144)

- Chu, P., Saucier, D. y Hafner, E. (2010). Meta-analysis of the relationship between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology, 29*(6), 624-645. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2010.29.6.624>
- David, S.A., Boniwell, I. & Conley, A. (2013). *The Oxford Handbook of Happiness*. United Kingdom:Oxford University Press. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=ljATDAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=Oxford+Handbook+of+Happiness&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiw8cH0m\\_zeAhUNjlkKHbRwAA8Q6AEIJzAA#v=onepage&q=Oxford%20Handbook%20of%20Happiness&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=ljATDAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=Oxford+Handbook+of+Happiness&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiw8cH0m_zeAhUNjlkKHbRwAA8Q6AEIJzAA#v=onepage&q=Oxford%20Handbook%20of%20Happiness&f=false)
- Diener E. (2009). Subjective Well-Being. En: Diener E. (eds) *The Science of Well-Being*. Social Indicators Research Series: Vol. 37. Recuperado de [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-90-481-2350-6\\_2#citeas](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-90-481-2350-6_2#citeas)
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*, 542-575. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 653–663. Recuperado de <https://eddiener.com/articles/950>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., y Griffin, S. (1985). The satisfaction with Life Scale. *Journal of personal Assessment, 49*(1), 71 – 76. Recuperado de <http://fetzer.org/sites/default/files/images/stories/pdf/selfmeasures/SATISFACTION-SatisfactionWithLife.pdf>
- Diener, E., Y Fujita, F., (1995). Resources, Personal striving, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and*

*Social Psychology*, 68; (5), 926 – 935. Recuperado de [https://internal.psychology.illinois.edu/reprints/index.php?page=send\\_email&site\\_id=24](https://internal.psychology.illinois.edu/reprints/index.php?page=send_email&site_id=24)

Diener, E., Oishi, S. y Lucas, R. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology* Palo Alto, 54, 403-425. Recuperado de <http://people.virginia.edu/~so5x/Diener,%20Oishi,%20&%20Lucas%202003%20Ann.%20Review.pdf>

Diener, E. y Suh, E. (1998). Subjective well-being and age: An international analysis. *Annual review of gerontology and geriatrics*, 17, 304-324. Recuperado de <http://psycnet.apa.org/record/1997-36657-011>

Diener, E., Such, E., Lucas, R. & Smith, H. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302. Recuperado de <https://media.rickhanson.net/Papers/SubjectiveWell-BeingDiener.pdf>

Dolbier, C. y Steinhardt, M. (2000). The development and validation of sense of support scale. *Behavioral Medicine*, 25, 169-179. Recuperado de <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.846.3376&rep=rep1&type=pdf>

Dominguez, M., Mandujano, N., López, G., Domínguez, R., González, M., Sotomayor, M. y Fraijo, B. (2011). Escala de Bienestar Subjetivo en Cuidadores Familiares de Adultos Mayores. *Revista de Psicología*, 29(2), 265-287. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/233752480\\_Escala\\_de\\_Bienestar\\_Subjetivo\\_en\\_Cuidadores\\_Familiares\\_de\\_Adultos\\_Mayores\\_EBEMSCFAM](https://www.researchgate.net/publication/233752480_Escala_de_Bienestar_Subjetivo_en_Cuidadores_Familiares_de_Adultos_Mayores_EBEMSCFAM)

Domínguez, S. & Watkins, C. (2003). Creating networks for survival and mobility: Social capital among african-american and latin american low income

mothers. *Social Problems*, 50(1), 111- 135. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/fead/c7b80bf763b907ebca3b1623c724b10c5f14.pdf>

Durá, E. y Garcés, J. (1991). La Teoría del apoyo social y sus implicaciones para el ajuste psicosocial de los enfermos oncológicos. *Revista de Psicología Social*, 6(2), 257-271. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/111762.pdf>

Eid, M. y Diener, E. (2004). Global judgments o subjective Well-Being: Situational variability and long term stability. *Social Indicators Research Dordrecht*, 65(3).

Erez, A., Johnson, D.E. & Judge, T.A. (1995). Self-deception as a mediator of the relationship between dispositions and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 19(5), 597-612. Recuperado de <http://www.timothy-judge.com/Erez%20et%20al.%20PAID.pdf>

Erwin, P. (1998). Friendship in childhood and adolescence. London: Routledge

Erikson, E.H. (2004). Sociedad y Adolescencia. México: Siglo XXI Editores, S.A. de C.V. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=laC-RSCOo5AC&printsec=frontcover&dq=Erikson,+E.H.+\(1963\).+Childhood+and+society.+New+York:+Norton&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjkwIHAzrbeAhWLTvkkHXGPBSkQ6AEILjAB#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=laC-RSCOo5AC&printsec=frontcover&dq=Erikson,+E.H.+(1963).+Childhood+and+society.+New+York:+Norton&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjkwIHAzrbeAhWLTvkkHXGPBSkQ6AEILjAB#v=onepage&q&f=false)

Fernández-Peña, R. (2005). Redes sociales, apoyo social y salud. *Revista de recerca i Investigació en antropología*, 3. Recuperado de [http://revista-redes.rediris.es/Periferia/english/number3/periferia\\_3\\_3.pdf](http://revista-redes.rediris.es/Periferia/english/number3/periferia_3_3.pdf)

Fierro, A. y Cardenal, V. (1996). Dimensiones de personalidad y satisfacción personal. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 49(1), 65-81. Recuperado de

[https://www.uma.es/psicologia/docs/eudemon/investigacion/dimensiones\\_de\\_personalidad\\_y\\_satisfaccion\\_personal.pdf](https://www.uma.es/psicologia/docs/eudemon/investigacion/dimensiones_de_personalidad_y_satisfaccion_personal.pdf)

Fredrickson, B. (2000). Cultivating Positive Emotions to Optimize Health and Well-Being. *Prevention & Treatment*, 3(1). Recuperado de <https://www.wisebrain.org/papers/CultPosEmot.pdf>

Fulgini, A.J. y Eccles, J.S. (1993). Perceived parent-child relationships and early adolescents' orientation toward peers. *Developmental Psychology*, 29 (4), 622-632. Recuperado de <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.495.3082&rep=rep1&type=pdf>

Galinha, I. C. y Pais-Ribeiro, J. (2012). Cognitive, affective and contextual predictors of subjective well-being. *International Journal of Wellbeing*, 2(1), 34–53. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.5502/ijw.v2i1.3>

Gambarra, H. (1997). Reseña de Apoyo Social de Ana Barrón. *Psicothema*, 9(2), 457-461. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/727/72709222.pdf>

Gracia, E., Herrero, J. y Musitu, G. (1995). *El apoyo social*. Barcelona: PPU

García-Alandete, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *Enclaves del pensamiento*, 8(16),13-29. Recuperado de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-879X2014000200013](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-879X2014000200013)

Gargurevich, R. (2010). Propiedades psicométricas de la Versión Internacional de la Escala de Afecto Positivo y Negativo-forma corta (I-Panas-SF) en estudiantes universitarios. *Persona*, 13, 31-42. Recuperado de <http://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/view/263/250>

Gargurevich, R. y Matos, L. (2010). Propiedades psicométricas del Cuestionario de Autorregulación Emocional Adaptado para el Perú (ERQP). *Revista de*

- Psicología*, 12, 192-215. Recuperado de [http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/rev\\_psicologia\\_cv/v12\\_2010/pdf/a09.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/rev_psicologia_cv/v12_2010/pdf/a09.pdf)
- Gargurevich, R. y Matos, L. (2012). Validez y confiabilidad de la escala de afecto positivo y negativo (SPANAS) en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología*, 14(2), 208-217. Recuperado de [http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/rev\\_psicologia\\_cv/v14\\_2012\\_2/pdf/a06v14n2.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/rev_psicologia_cv/v14_2012_2/pdf/a06v14n2.pdf)
- García, M. (2002). El bienestar subjetivo. *Escritos de Psicología*, 6, 18-39. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=281674>
- Giddens, A. (2000). *Runaways world: How globalization is reshaping our lifes*. New York: Routledge. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=dYC2SdogrxC&printsec=frontcover&dq=how+globalization+is+reshaping+our+lives&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjM4f7g\\_43fAhVB1VkKHaPuBGsQ6AEIJzAA#v=onepage&q=how%20globalization%20is%20reshaping%20our%20lives&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=dYC2SdogrxC&printsec=frontcover&dq=how+globalization+is+reshaping+our+lives&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjM4f7g_43fAhVB1VkKHaPuBGsQ6AEIJzAA#v=onepage&q=how%20globalization%20is%20reshaping%20our%20lives&f=false)
- Gómez, V., Villegas, C., Barrera, F. y Cruz, J. (2007). Factores predictores de bienestar subjetivo en una muestra colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39, 311-325. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80539208>
- González, M. y Landero, R. (2014). Propiedades Psicométricas de la Escala de Apoyo Social Familiar y de amigo (AFAR – R) en una muestra de estudiantes. *Acta de investigación Psicológica*, 4(2), 1469-1480. Recuperado de <http://www.elsevier.es/es-revista-acta-investigacion-psicologica-psychological-111-articulo-propiedades-psicometricas-escala-apoyo-social-S2007471914703874>

- González, N. y Valdez, J. (2015). Validez de las escalas de afecto positivo y negativo (PANAS) en niños. *Liberabit*, 21(1). Recuperado de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272015000100004](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272015000100004)
- Green, B. & Rodgers, A. (2001). Determinants of social support among low-income mothers: A longitudinal analysis. *American Journal of Community Psychology*, 29(3), 419-442. Recuperado de <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1010371830131>
- Grimaldo, M. P. (2003). Validez y confiabilidad de la Escala de Afecto Negativo y Positivo (SPANAS). *Cultura*, 21, 341-363. Recuperado de [https://www.researchgate.net/profile/Mirian\\_Grimaldo2/publication/236220220\\_Propiedades\\_Psicometricas\\_de\\_la\\_Escala\\_PANAS\\_X/links/00b49517170d4f1fe0000000/Propiedades-Psicometricas-de-la-Escala-PANAS-X.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Mirian_Grimaldo2/publication/236220220_Propiedades_Psicometricas_de_la_Escala_PANAS_X/links/00b49517170d4f1fe0000000/Propiedades-Psicometricas-de-la-Escala-PANAS-X.pdf)
- Grotevant, H. y Cooper, C. (1986). Individuation in family relationships: A perspective on individual differences in the development of identity and role-taking skill in adolescence. *Human Development*, 28, 82-100. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/232482513\\_Individuation\\_in\\_Family\\_Relationships](https://www.researchgate.net/publication/232482513_Individuation_in_Family_Relationships)
- Gutierrez, M. y Gonçalves, T. (2013). Activos para el desarrollo, ajuste escolar y bienestar subjetivo de los adolescentes. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 13(3), 339-355. Recuperado de <http://www.ijpsy.com/volumen13/num3/366/ajuste-escolar-y-bienestar-en-adolescentes-ES.pdf>

- Guzmán, J. (2002). *Redes de apoyo social a personas mayores: Marco Conceptual*. Presentado en la Reunión de expertos en Redes de Apoyo Social a Personas Mayores, CEPAL, Santiago de Chile, del 9 al 12 de diciembre.
- Haring, M.J., Stock, W.A. y Okun, M.A. (1984). A research synthesis of gender and social class as correlates of subjective well-being. *Human Relations*, 37, 645-657. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/247716425\\_A\\_Research\\_Synthesis\\_of\\_Gender\\_and\\_Social\\_Class\\_as\\_Correlates\\_of\\_Subjective\\_Well-Being](https://www.researchgate.net/publication/247716425_A_Research_Synthesis_of_Gender_and_Social_Class_as_Correlates_of_Subjective_Well-Being)
- Hernández, S. (2003). *La otra cara de la inmigración: necesidades y sistemas de apoyo*. España: Universidad de Almería. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=gapMAQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=gapMAQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación (5ª ed.)*. México: McGraw-Hill/Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- House, J.S. (1981). *Work Stress and Social Support*. United States: Addison-Wesley Publishing Company, Inc. Recuperado de <https://babel.hathitrust.org/cgi/pt?id=mdp.39015071886035;view=2up;seq=6;size=125>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2017). Informe Técnico de Evolución de la Pobreza Monetaria 2007 – 2017. Recuperado de [https://www.inei.gob.pe/media/cifras\\_de\\_pobreza/informe\\_tecnico\\_pobreza\\_monetaria\\_2007-2017.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/cifras_de_pobreza/informe_tecnico_pobreza_monetaria_2007-2017.pdf)
- Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado Hideyo Noguchi. (2013). Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Lima Metropolitana y Callao – Replicación 2012. *Análes de Salud Mental*, 24. Recuperado de

<http://www.inism.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/2012%20ASM%20-EESM%20-LM.pdf>

- Jahoda, M. (1958). *Current Concepts of Positive Mental Health*. New York: Basic Books. Recuperado de [https://journals.lww.com/joem/Citation/1959/10000/CURRENT\\_CONCEPTS\\_OF\\_POSITIVE\\_MENTAL\\_HEALTH.12.aspx](https://journals.lww.com/joem/Citation/1959/10000/CURRENT_CONCEPTS_OF_POSITIVE_MENTAL_HEALTH.12.aspx)
- Joiner, T., Sandín, B., Chorot, P., Lostao, L., y Marquina, G. (1997). Development and factor analytic validation of the SPANAS among women in Spain: (More) cross-cultural convergence in the structure of mood. *Journal of Personality Assessment*, 68, 600-615. Recuperado de [https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa6803\\_8](https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa6803_8)
- Larrañaga, E., Navarro, R. y Yubero, S. (2018). Factores socio-cognitivos y emocionales en la agresión del ciberacoso. *Comunicar*, 56(26), 19-28. DOI: <https://doi.org/10.3916/C56-2018-02>
- Limonero, J., Tomás-Sábado, J., Fernández-Castro, J., Gómez-Romero, M. y Ardilla-Herrero, A. (2012). Estrategias de afrontamiento resilientes y regulación emocional: Predictores de satisfacción con la vida. *Behavioral Psychology*, 20(1), 183–196
- Lin, N. Dean, A. y Ensel, W. (1986). *Social Support, Life Events, and Depression*. United State: Academic Press, Inc.
- López, M. y Chacon, F. (1999). *Intervención Psicosocial y servicios sociales: Un enfoque participativo*. España: Editorial Síntesis.
- Luna, A., Laca, F. y Mejía, J. (2011). Bienestar subjetivo y satisfacción con la vida de familia en adolescentes mexicanos de bachillerato. *Psicología Iberoamericana*, 19(2), 17-26. Recuperado de <https://www.researchgate.net/profile/Alejandro>

\_Luna\_Bernal/publication/263810739\_Bienestar\_subjetivo\_y\_satisfaccion\_con\_la\_vida\_de\_familia\_en\_adolescentes\_mexicanos\_de\_bachillerato/links/0deec53bf443e986d0000000.pdf

Marra, G. (2012). Un aporte de la resiliencia a la clínica psicoanalítica. *Psicología: teoría e práctica*, 14 (3), 168-179. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v14n3/v14n3a14.pdf>

Márquez, S. y Garatachea, N. (2012). Actividad física y salud. En Márquez, M. y González, R. (Eds.). *Actividad física y bienestar subjetivo* (pp. 71-76). España: Ediciones Diaz de Santos. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=isxZr7nS2n8C&pg=PA71&lpg=PA71&dq=Actividad+f%C3%ADsica+y+bienestar+subjetivo+Marquez+y+Gonzales&source=bl&ots=AbYRrEa5RN&sig=LP1aVFS1MoxSewICRmJYN2OXsV8&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjSlrWToffeAhXQo1kKHWpxBtAQ6AEwCHoECAIQAQ#v=onepage&q=Actividad%20f%C3%ADsica%20y%20bienestar%20subjetivo%20Marquez%20y%20Gonzales&f=false>

Mikkelsen, F. (2009). *Satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima* (Tesis para optar el título de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/416>

Moreno, A. (2015). *La adolescencia*. Barcelona: Editorial UOC

Moyano, N.M., Martínez, M. y Muñoz, M.P. (2013). Propiedades Psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 22(2). Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/2819/281931436008/>

- Musitu, G. y Cava, M. (2003). El rol del apoyo social en el ajuste de los adolescentes. *Intervención Psicosocial*, 12(2), 179-192. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179818034005>
- Nava, C., Bezies, R. y Vega, C. (2014). Adaptación y validación de la escala de percepción de apoyo social de Vaux. *Liberabit*, 21(1), 49-58. Recuperado de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272015000100005](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272015000100005)
- Navas, M. y Guerrerp, A. (2016). *Salud, familia y bienestar*. España: Universidad de Almería. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=woPuDQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=woPuDQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Nunes, C., Bodden, D., Lemos, I., Lorence, B. y Jiménez, L. (2014). Prácticas parentales y calidad de vida en adolescentes holandeses y portugueses: Un estudio transcultural. *Revista de Psicodidáctica*, 19(2) Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1387/RevPsicodidact.10493>
- Oishi, S. (2000). Goals as Cornerstones of subjective well-being: Linking individuals and cultures. En: Diener, E. y Suh, E. M., (Eds.), (2000) *Culture and Subjective Well-being*, 87 - 112, Cambridge, MA: MIT Press. Recuperado de <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download;jsessionid=E7681B539E4AF2703EFF21184BE6EE0C?doi=10.1.1.207.9507&rep=rep1&type=pdf>
- Orcasita, L. y Uribe, A. (2010). La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psicología: avances de la disciplina*, 4(2), 69-82. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v4n2/v4n2a07.pdf>
- Okun, M., Stock, W.A., Haring, M.J. y Witter, R.A. (1984). The social activity/subjective well-being relation: A quantitative synthesis. *Research on Aging*, 6, 45-65.

- Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/240691021\\_The\\_Social\\_Activity\\_Subjective\\_Well-Being\\_Relation\\_A\\_Quantitative\\_Synthesis](https://www.researchgate.net/publication/240691021_The_Social_Activity_Subjective_Well-Being_Relation_A_Quantitative_Synthesis)
- Organización Mundial de la Salud. (2013). Salud Mental un estado de Bienestar. Recuperado de [http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/es/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/)
- Organización Mundial de la Salud. (2014). Informe sobre la situación mundial de las enfermedades no transmisibles 2014. Recuperado de [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/149296/1/WHO\\_NMH\\_NVI\\_15.1\\_spa.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/149296/1/WHO_NMH_NVI_15.1_spa.pdf)
- Organización Mundial de la Salud. (2017). Monitoreo de Avances en materia de las enfermedades no transmisibles 2017. Recuperado de <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/259806/9789243513027-spa.pdf?sequence=1>
- Organización Mundial de la Salud. (febrero, 2018). Centro de Prensa: Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones. Recuperado de <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2015). Replantear la educación ¿Hacia un bien común mundial? Francia: UNESCO. Recuperado de: <http://unesdoc.unesco.org/images/0023/002326/232697s.pdf>
- Pandey, R. y Srivastava, N. (2008). Psychometric evaluation of a hindi version of positive-negative affect schedule. *Industrial Psychiatry Journal*, 17(1), 49-54
- Papalia, D. (2005). *Desarrollo Humano*. México: Mc Graw-Hill
- Papalia, D. (2009). *Psicología del desarrollo: De la infancia a la adolescencia*. México: Mc Graw-Hill Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Parolari, F. (2005). *Psicología de la adolescencia*. Brasil: Sociedad de San Pablo.

- Pardo, A., Sandoval, A. y Umbarilla, D. (2004). Adolescencia y depression. *Revista Colombiana de Psicología*, 13,17-32. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/804/80401303.pdf>
- Pavot, W., Diener, E., Randall, C. y Sandvink, E. (2010). Further Validation of the Satisfaction with Life Scale: Evidence for the Cross-Method Convergence of Well-Being Measures. *Journal of personality Assessment*, 57, 149-161. Recuperado de [https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa5701\\_17](https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa5701_17)
- Pavot, W. y Diener, E. (2013). Happiness experienced: the science of subjective well-being. En S.A. David, I. Boniwell y A. Conley Ayers (Eds.), *The Oxford Handbook of Happiness* (pp. 134-151). New York: Oxford University Press. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=ljATDAAAQBAJ&pg=PR10&dq=the+oxford+handbook+of+happiness&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwifl9\\_\\_lMXIAhVLwVkkHWERAOUQ6AEIJzAA#v=onepage&q=the%20oxford%20handbook%20of%20happiness&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=ljATDAAAQBAJ&pg=PR10&dq=the+oxford+handbook+of+happiness&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwifl9__lMXIAhVLwVkkHWERAOUQ6AEIJzAA#v=onepage&q=the%20oxford%20handbook%20of%20happiness&f=false)
- Peeters, D., Ponds, R., y Vermeeren, M. (1996). Affectiviteit en zelfbeoordeling van depressie en angst. *Tijdschrift voor Psychiatri*, 3, 240–250. Recuperado de [http://www.tijdschriftvoorpsychiatrie.nl/assets/articles/articles\\_904pdf.pdf](http://www.tijdschriftvoorpsychiatrie.nl/assets/articles/articles_904pdf.pdf)
- Piazza, M. y Fiestas, F. (2014). Prevalencia anual de trastornos y uso de servicios de salud mental en el Perú: Resultados del estudio mundial de salud mental,2005. *Rev Perú Med Exp Salud Pública*, 31 (1), 30-38. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v31n1/a05v31n1.pdf>
- Padr6z, F., Gutierr6z, C. Y. y Medina, M.A. (2015). Propiedades Psicom6tricas de la Escala de Satisfacci6n con la Vida (SWLS) de Diener en poblaci6n de

Michoacán (México). *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(2), 221-230.  
doi: [dx.doi.org/10.12804/apl33.02.2015.04](http://dx.doi.org/10.12804/apl33.02.2015.04)

Proctor, C. y Linley, P. (2014). Life satisfaction in youth. En G. A. Fava, C. Ruini, G. A. Fava, y C. Ruini (Eds.), *Increasing Psychological Well-Being in Clinical and Educational Settings: Intervention and Cultural Contexts* (pp. 199–215). New York: Springer Science. Recuperado de [http://dx.doi.org/10.1007/978-94-017-8669-0\\_13](http://dx.doi.org/10.1007/978-94-017-8669-0_13)

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (septiembre,2018). Centro de prensa: La mita de los pobres del mundo son niños y niñas. Recuperado de [http://www.undp.org/content/undp/es/home/news-centre/news/2018/half-of-world\\_s-poor-are-children.html](http://www.undp.org/content/undp/es/home/news-centre/news/2018/half-of-world_s-poor-are-children.html)

Rice, P. (2000). *Adolescencia: desarrollo, relaciones y cultura*. Madrid: Prentice Hall.

Riquelme, A. (1997). *Depresión en residencias geriátricas: Un estudio empírico*.

Murcia: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia.

Recuperado de

<https://books.google.com.pe/books?id=zgeeBIsnD0gC&printsec=frontcover&dq=Deppresi%C3%B3n+en+residencias+geri%C3%A1tricas:+Un+estudio++emp%C3%ADrico&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjxrIHXslbfAhXLuVkkHTONDC0Q6AEIKTAA#v=onepage&q=Deppresi%C3%B3n%20en%20residencias%20geri%C3%A1tricas%3A%20Un%20estudio%20%20emp%C3%ADrico&f=false>

Rodríguez-Fernández, A., Droguett, L. y Revuelta, L. (2012). School and Personal Adjustment in Adolescence: The role of academic Self-Concept and Perceived Social Support. *Revista de Psicodidáctica*, 17(2), 397-414. Recuperado de

<http://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/173549/3002-23631-2-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Rodríguez, S. (2011). Adaptación a niños del cuestionario MOS de apoyo social percibido. *Liberabit*, 17(2), 117-128. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/228454057\\_ADAPTACION\\_A\\_NINOS\\_DEL\\_CUESTIONARIO\\_MOS\\_DE\\_APOYO\\_SOCIAL\\_PERCIBIDO\\_ADAPTATION\\_TO\\_CHILDREN\\_FROM\\_SOCIAL\\_PERCEIVED\\_SUPPORT](https://www.researchgate.net/publication/228454057_ADAPTACION_A_NINOS_DEL_CUESTIONARIO_MOS_DE_APOYO_SOCIAL_PERCIBIDO_ADAPTATION_TO_CHILDREN_FROM_SOCIAL_PERCEIVED_SUPPORT)
- Rodríguez-Fernández, A., Droguett, L. y Revuelta, L. (2012). Ajuste escolar y personal en la adolescencia: El papel del autoconcepto académico y del apoyo social percibido. *Revista de Psicodidáctica*, 17(2). Recuperado de doi: 0.1387/Rev.Psicodidact.3002.
- Rodríguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Ros, I., Fernández-Zabala, A. y Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y apoyo social percibido. *Suma Psicológica*, 23, 60-69. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0121438116000047>
- Rodríguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Ros, I. y Zuazagoitia, A. (2018). Implicación escolar de estudiantes de secundaria: La influencia de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *Educación XX1*, 21(1), 87-108. Doi: 10.5944/educXX1.16026
- Romero, A.E., Brustad, R.J. y García, A. (2007). Bienestar Psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el deporte. *Revista Iberoamericana de Psicología y el deporte*, 2(2), 31-52. recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3111/311126258003.pdf>

- Rosa-Rodríguez, Y., Negrón, C. N., Maldonado P. Y., Toledo O. N., y Quiñones B. A. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(1), 31-43. doi: [dx.doi.org/10.12804/apl33.01.2015.03](https://doi.org/10.12804/apl33.01.2015.03)
- Ryan, R.M. & Deci, E.L. (2000). Selfdetermination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well – being. *American Psychologist*. 55, 68 – 78. Recuperado de [https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000\\_RyanDeci\\_SDT.pdf](https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_RyanDeci_SDT.pdf)
- Sandín, B., Chorot, P., Lostao, L., Joiner, T., Santed, M. y Valiente, R. (1999). Escala PANAS de afecto positivo y negativo: validación factorial y convergencia transcultural. *Psicothema*, 11 (1), 37-51. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72711104>
- Sandín, B. (2003). Escalas PANAS de afecto positivo y negativo para niños y adolescentes (PANASN). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8, 173 – 182. Recuperado de [http://aepcp.net/arc/06.2003\(2\).Sandin.pdf](http://aepcp.net/arc/06.2003(2).Sandin.pdf)
- Seminario, C. (2016). *Bienestar subjetivo y razones para vivir en adolescentes en conflicto con la ley penal* (Tesis para optar el título de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/7168>
- Shavelson, R., Hubner, J. y Stanton, G. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46(3), 407–441. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.2307/1170010>
- Struthers, C., Chipperfield, J. y Perry, R. (1993). Perceived health barriers and health value in senior: Implications for well-being and mortality. *Journal of Applied Social Psychology*, 23(19), 1619 – 1637.

- Suldo, S., y Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research*, 78, 179-203. Recuperado de <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-005-8208-2>
- Tardy, C. (1985). Social Support Measurement. *American Journal of community Pshychology*, 13(2). Recuperado de <https://page-one.springer.com/pdf/preview/10.1007/BF00905728>
- Terol, C. (1999). *Apoyo Social y Salud en pacientes oncológicos* (Tesis par optar el título de doctor). Universidad Miguel Hernández, España. Recuperado de <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/689/7/TESIS%20TEROL-CANTERO-MC.pdf>
- Terracciano, A., McCrae, R., y Costa, P. (2003). Factorial and construct validity of the Italian Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). *European Journal of Psychological Assessment*, 19, 131–141. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2868265/>
- Toits, P.A. (1982). Conceptual, methodological and theoretical problems in studying social supports as a buffer against life stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 23, 145-159. Recuperado de [https://www.jstor.org/stable/2136511?seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/2136511?seq=1#page_scan_tab_contents)
- Uchino, B., Cacioppo, J. y Kiecolt-Glaser, J. (1996). The relationship between social support and physiological processes: A review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*, 19, 488-531. Recuperado de <http://pni.osumc.edu/KG%20Publications%20%28pdf%29/100.pdf>
- Urbano, C. y Yuni, J. (2005). *Psicología del desarrollo: enfoque y perspectivas de curso vital*. Córdoba: Editorial Brujas.

- Valenzuela, R. (2005). *Valores y Bienestar Subjetivo en estudiantes voluntarios de una universidad privada de Lima* (Tesis para optar el título de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/616>
- Vargas, E. y Barrera, F. (2002). Adolescencia, relaciones románticas y actividad sexual: Una Revisión. *Revista Colombiana de Psicología*, 11, 115-134. Recuperado de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1203/1753>
- Veenhoven, R. (1984). *Conditions of Happiness*. Dordrecht:Reidel. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=cRIACQAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=Conditions+of+Happiness.&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiQnbSvuffeAhXP1IkKHckQDY8Q6AEIJzAA#v=onepage&q=Conditions%20of%20Happiness.&f=false>
- Vera, A. (1997). *La evaluación psicológica en el año 2000*. España: TEA Ediciones, S.A.
- Verdugo- Lucero, J., Ponce, B., Guardado-Llamas, R., Meda-Lara, R. Uribe-Alvarado, J. y Guzmán-Muñoz, J. (2013). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11 (1), 79-91. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77325885021>
- Villa, I. (2015). *Estilo de Pensamiento Rumiatario y Bienestar Subjetivo en escolares de quinto año de secundaria* (Tesis para optar el título de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/6528>

- Watson, D., Clark, L. y Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scale. *Journal of personality and social psychology*, 54 (6), 1063. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/06eb/820dd34865181f12033b7538f35e7327a9b5.pdf>
- White, E. (2007). *Mente, Carácter y personalidad*. Tomo 1. Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana
- White, E. (2007). *Testimonios para la iglesia*. Tomo 1. Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana
- White, E. (2012). *Mensaje para los jóvenes*. Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana

## **Anexos**

## Anexo 1

### Matriz instrumental

Título	Variable	Dimensión	Indicadores	Fuente de Información	Instrumento
Bienestar Subjetivo y Apoyo Social Percibido en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este	Bienestar Subjetivo	Cognitiva: Juicio Global sobre la vida	Aceptación de la vida que tiene Consecución de objetivos en la vida Satisfacción con la vida Deseo de repetir las vivencias Considerar buenas las circunstancias de la vida	Estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una I.E. de Lima Este	Escala de Satisfacción con la vida, el SWLS de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985)
		Afectivo: Afecto Positivo	Interés 1 Entusiasmo 3 Energía 6 Orgullo 7 Inspiración 10 Estimulación 12 Decisión 13 Atención 14 Activo (a) 16 Alerta 19	Estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una I.E. de Lima Este	Escala de afectos positivos y negativos PANAS de Watson, Clark y Tellegen (1988)
		Afectivo: Afecto Negativo	Irritabilidad 2 Tensión 4 Disgusto 5 Temor 8 Vergüenza 9 Nerviosismo 11 Miedo 15 Susto 17 Culpa 18	Estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una I.E. de Lima Este	

			Hostilidad 20		
	Apoyo Social Percibido	Familiar	Cuenta con algún familiar (1) Ayuda en la solución de problemas (3) Muestras de cariño (5) Comunicación (7) Apoyo ante problemas (10) Apoyo mutuo (12) Satisfacción con el apoyo (13)	Estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una I.E. de Lima Este	Escala de apoyo social familiar y de amigos (AFA-R) de Gonzales y Landero (2014)
		Amigos	Cuenta con algún amigo (2) Ayuda en la solución de problemas (4) Muestras de cariño (6) Comunicación (8) Ayuda en tareas (9) Apoyo ante problemas (11) Satisfacción con el apoyo (14)		

## Anexo 2

### Matriz de Consistencia

Título	Problema	Objetivo	Hipótesis	Variables	Diseño y método
Bienestar Subjetivo y Apoyo Social Percibido en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este	General ¿Existe relación significativa entre bienestar subjetivo y apoyo social percibido en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este?	Determinar la relación entre bienestar subjetivo y apoyo social percibido en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este	Existe relación significativa entre bienestar subjetivo y apoyo social percibido en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este	Bienestar Subjetivo Apoyo social Percibido	Tipo: Cuantitativo, Correlacional  Diseño: No experimental de corte transversal
	Específicos 1. ¿Existe relación significativa entre satisfacción por la vida y apoyo familiar en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este? 2. ¿Existe relación significativa entre afecto positivo y apoyo familiar en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este? 3. ¿Existe relación significativa entre afecto negativo y apoyo familiar en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de	1.Determinar la relación entre satisfacción por la vida y apoyo familiar en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este 2.Determinar la relación entre afecto positivo y apoyo familiar en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este 3.Determinar la relación entre afecto negativo y apoyo familiar en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este	1.Existe relación significativa entre satisfacción por la vida y apoyo familiar en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este 2.Existe relación significativa entre afecto positivo y apoyo familiar en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este 3.Existe relación significativa entre afecto negativo y apoyo familiar en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una		

	<p>una institución educativa de Lima Este?</p> <p>4. ¿Existe relación significativa entre satisfacción por la vida y apoyo de amigos en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este?</p> <p>5. ¿Existe relación significativa entre afecto positivo y apoyo de amigos en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este?</p> <p>6. ¿Existe relación significativa entre afecto negativo y apoyo de amigos en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este?</p>	<p>4.Determinar la relación entre satisfacción por la vida y apoyo de amigos en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este</p> <p>5.Determinar la relación entre afecto positivo y apoyo de amigos en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este</p> <p>6.Determinar la relación entre afecto negativo y apoyo de amigos en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este</p>	<p>institución educativa de Lima Este</p> <p>4.Existe relación significativa entre satisfacción por la vida y apoyo de amigos en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este</p> <p>5.Existe relación significativa entre afecto positivo y apoyo de amigos en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este</p> <p>6.Existe relación significativa entre afecto negativo y apoyo de amigos en estudiantes de 3er a 5to año de secundaria de una institución educativa de Lima Este</p>		
--	---	--	---	--	--

### Anexo 3

#### Operacionalización de variables

#### Matriz de operacionalización de la variable Bienestar Subjetivo

Dimensiones	Sub-dimensiones	Definición conceptual	Indicadores	N° de items	Definición Operacional
Componente Cognitivo	Juicio Global sobre la vida	Hace referencia a la satisfacción con la vida a través del juicio global que hacen las personas sobre esta	Aceptación de la vida que tiene Consecución de objetivos en la vida Satisfacción con la vida Deseo de repetir las vivencias Considerer buenas las circunstancias de la vida	1,2,3,4 y 5	La sumatoria a obtener tiene un valor entre 5 y 25 puntos. A mayor valor, mayor será la satisfacción con la vida. 1) Totalmente en desacuerdo (1 punto) 2) Desacuerdo (2 puntos) 3) Ni de acuerdo ni en desacuerdo (3 puntos) 4) De acuerdo (4 puntos) 5) Totalmente de acuerdo (5 puntos)
Componente Afectivo	Afectos Positivos	Es la dimension donde los niveles altos se caracterizan por alta energía, concentración completa y agradable, dedicacion, mientras que el bajo afecto positive se caracteriza por la tristeza y el letargo (Watson Clark y Tellegen, 1988, citado por Grimaldo, 2003).	Interés Entusiasmo Energía Orgullo Inspiración Estimulación Decisión Atención Activo (a) Alerta	1,3,6,7,10,12,13,14,16 y 19	La sumatoria a obtener tiene un valor entre 10 y 50 puntos. A mayor valor, mayor será el afecto positivo. 1) Levemente o casi nada (1 punto) 2) Un poco (2 puntos) 3) Moderadamente (3 puntos) 4) Bastante (4 puntos) 5) Extremadamente (5 puntos)
	Afectos Negativos	Hace referencia a un estado emocional donde los niveles altos incluyen la ira, culpa, temor y nerviosismo; mientras los niveles bajos, señalan un	Irritabilidad Tensión Disgusto Temor Vergüenza Nerviosismo	2,4,5,8,9,11,15,17,18 y 20	La sumatoria a obtener tiene un valor entre 10 y 50 puntos. A mayor valor, mayor será el afecto negativo. 1) Levemente o casi nada (1 punto) 2) Un poco (2 puntos) 3) Moderadamente (3

		estado de calma y serenidad (Watson Clark y Tellegen, 1988, citado por Grimaldo, 2003).	Miedo Culpa Hostilidad		puntos) 4) Bastante (4 puntos) 5) Extremadamente (5 puntos)
--	--	---	------------------------------	--	---

#### Anexo 4

#### **Matriz de operacionalización de la variable Apoyo Social Percibido**

<b>Dimensión</b>	<b>Dimensión conceptual</b>	<b>Indicadores</b>	<b>N° de items</b>	<b>Definición Operacional</b>
Apoyo familiar	Hace referencia a descripción, evaluación y satisfacción las acciones o materiales que son percibidos como apoyo de parte de cualquier miembro de la familia,	Cuenta con algún familiar Ayuda en la solución de problemas Muestras de cariño Comunicación Apoyo ante problemas Apoyo mutuo Satisfacción con el apoyo	1,3,5,7,9,11, 13	La sumatoria a obtener tiene un valor entre 15 y 70 puntos. A mayor valor, mayor será la percepción del apoyo social, de la misma manera para cada dimension. 1) Nunca (1 punto) 2) Pocas veces (2 puntos) 3) A veces (3 puntos) 4) Muchas veces (4 puntos) 5) Siempre (5 puntos)
Apoyo de amigos	Hace referencia a descripción, evaluación y satisfacción las acciones o materiales que son percibidos como apoyo de parte de los amigos	Cuenta con algún familiar Ayuda en la solución de problemas Muestras de cariño Comunicación Apoyo ante problemas Apoyo mutuo Satisfacción con el apoyo	2,4,6,8,9,11,14	

## Anexo 5

### Instrumentos de investigación

Apreciado estudiante, mediante la presente solicitamos tu participación voluntaria para responder las siguientes encuestas, las que tienen por objetivo recopilar información correspondiente a la forma de pensar y sentir de jóvenes que cursan el nivel secundario. Al responder estarás brindando tu consentimiento para el uso de esta información, si tienes alguna duda al respecto puedes acercarte a la persona que está a cargo de la aplicación de las encuestas. Agradecemos tu colaboración y participación.

#### 1. Datos personales:

Grado / Sección: \_\_\_\_/\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Sexo:  1 Femenino  2 Masculino

Vive con: 1 Ambos padres  2 Un solo padre  3 La familia extensa  4 Apoderado

Nº de amigos: \_\_\_\_\_

#### 2. A continuación, responde a las preguntas de acuerdo a las indicaciones brindadas.

#### ESCALA SWLS

Por favor, indica tu grado de acuerdo con cada frase rodeando con un círculo el número apropiado (sólo uno por afirmación), sé sincero con tu respuesta. Usa la siguiente escala:

1	2	3	4	5
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

Nº	Ítem	1	2	3	4	5
1	En la mayoría de los aspectos mi vida es como quiero que sea	1	2	3	4	5
2	Hasta ahora he conseguido de la vida las cosas que considero importante	1	2	3	4	5
3	Estoy satisfecho con mi vida	1	2	3	4	5
4	Si pudiera vivir mi vida otra vez, la repetiría tal y como ha sido	1	2	3	4	5
5	Las circunstancias de mi vida son buenas	1	2	3	4	5

#### ESCALA AFA-R

A continuación, encontrarás una serie de situaciones en las que deberás contestar según lo que percibes en tu familia y amigos/as. Para responder sigue la escala de 1 a 5.

1	2	3	4	5
Nunca	Muy pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Siempre

Nº	Ítem	1	2	3	4	5
1	Cuentas con alguien de tu familia para poder platicar cuando lo necesitas	1	2	3	4	5
2	Cuentas con algún amigo (a) con quien puedas platicar cuando lo necesitas	1	2	3	4	5
3	Cuentas con alguien de tu familia que te ayude a resolver algún problema	1	2	3	4	5
4	Cuentas con algún amigo(a) que te ayude a resolver algún problema	1	2	3	4	5
5	Tus padres te demuestran cariño y afecto	1	2	3	4	5
6	Cuentas con algún amigo(a) que te demuestre afecto	1	2	3	4	5
7	Confías en tu familia para hablar de las cosas que te preocupan	1	2	3	4	5

8	Confías en algún amigo(a) para hablar de las cosas que te preocupan	1	2	3	4	5
9	Alguien de tus amigos te ayuda en las tareas de la escuela o trabajo	1	2	3	4	5
10	Alguien de tu familia te apoya cuando tienes problemas en la escuela	1	2	3	4	5
11	Alguien de tus amigos (as) te apoya cuando tienes problemas en la escuela	1	2	3	4	5
12	En mi familia se habla de los problemas de todos y nos apoyamos todos (papas, hijos y hermanos)	1	2	3	4	5
13	Estás satisfecho con el apoyo que recibes de tu familia	1	2	3	4	5
14	Estás satisfecho con el apoyo que recibes de tus amigos (as)	1	2	3	4	5

### ESCALA SPANAS

A continuación, te presentamos varias palabras que describen diferentes sentimientos y emociones que tú has sentido en este último mes. Lee cada una de ellas y marca la alternativa que consideres conveniente. Recuerda que no hay respuestas correctas, ni incorrectas. Usa la siguiente escala:

1	2	3	4	5
Levemente o casi nada	Un poco	Moderadamente	Bastante	Extremadamente

N°	Ítem	1	2	3	4	5
1	Interesado (a)	1	2	3	4	5
2	Irritable	1	2	3	4	5
3	Entusiasmado (a)	1	2	3	4	5
4	Tenso (a), con malestar	1	2	3	4	5
5	Disgustado (a), molesto (a)	1	2	3	4	5
6	Fuerte, enérgico (a)	1	2	3	4	5
7	Orgulloso (a)	1	2	3	4	5
8	Temeroso (a), atemorizado (a)	1	2	3	4	5
9	Avergonzado (a)	1	2	3	4	5
10	Inspirado (a)	1	2	3	4	5
11	Nervioso (a)	1	2	3	4	5
12	Estimulado (a)	1	2	3	4	5
13	Decidido (a)	1	2	3	4	5
14	Atento (a)	1	2	3	4	5
15	Miedoso (a)	1	2	3	4	5
16	Activo (a)	1	2	3	4	5
17	Asustado (a)	1	2	3	4	5
18	Culpable	1	2	3	4	5
19	Alerto (a), despierto (a)	1	2	3	4	5
20	Hostil	1	2	3	4	5

## Anexo 6

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Título de los cuestionarios:**

**ESCALA DE SATISFACCIÓN CON LA VIDA (SWLS)  
ESCALA DE AFECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS (SPANAS)  
ESCALA DE APOYO SOCIAL FAMILIAR Y DE AMIGOS (AFA-R)**

Recibe un cordial saludo, mi nombre es Flor Victoria Leiva Colos, estudiante de maestría de la Escuela de Posgrado y Unidad de Posgrado de Ciencias Humanas y Educación de la Universidad Peruana Unión. Estos cuestionarios tienen como propósito de recopilar información correspondiente a la forma de pensar y sentir de jóvenes que cursan el nivel secundario. La información que usted proporcionará será utilizada para estudiar la relación entre el Apoyo Social Percibido y el Bienestar subjetivo, entendido este último según las dimensiones Satisfacción con la vida y Afectos positivos y negativos. Su participación es totalmente voluntaria y no será obligatorio llenar los cuestionarios si es que no lo desea. Si decide participar en este estudio, por favor responda los cuestionarios, así mismo, puede dejar de llenar el cuestionario en cualquier momento, si así lo decide.

Cualquier duda o consulta que usted tenga posteriormente puede escribirme a [flovileco@upeu.edu.pe](mailto:flovileco@upeu.edu.pe).

***He leído los párrafos anteriores y reconozco que al llenar y entregar este cuestionario estoy dando mi consentimiento para participar en este estudio***

## Anexo 7

### Propiedades psicométricas de la Escala Satisfacción con la vida (SWLS)

#### **Fiabilidad de la escala de Satisfacción con la vida (SWLS)**

La fiabilidad global de la escala se valoró calculando el índice de la consistencia interna mediante el coeficiente Alpha de Cronbach, la consistencia interna global de la escala (5 ítems) en la muestra estudiada es de .735 el cual es indicador de una adecuada fiabilidad.

#### **Validez de constructo de Satisfacción con la vida (SWLS)**

Como se observa en la tabla 2 los coeficientes de correlación Producto-Momento de Pearson (r) entre cada uno de los ítems y el constructo en su globalidad son significativos y altos, lo cual confirma que la escala presenta validez de constructo.

Tabla 2

*Correlaciones ítems – test de la escala*

Ítems	Satisfacción con la vida	
	r	p
Ítem 1	.729	.000
Ítem 2	.628**	.000
Ítem 3	.790**	.000
Ítem 4	.663**	.000
Ítem 5	.707**	.000

**Anexo 8**  
**Propiedades psicométricas de la escala de afectos positivos y negativos (PANAS)**

***Fiabilidad de la escala afectos positivos y negativos***

La fiabilidad global de la escala y de sus dimensiones se valoró calculando el índice de la consistencia interna mediante el coeficiente Alpha de Cronbach. La tabla 1 permite apreciar que la consistencia interna de la Escala Global (20 ítems) en la muestra estudiada es de .806; así mismo, la dimensión Afectos Positivos (.804) y Afectos Negativos (.818) presenta adecuados índices de fiabilidad.

Tabla 1

*Estimaciones de consistencia interna de la escala de afectos positivos y negativos*

Dimensiones	Nº de ítems	Alpha
Afectos Positivos y Negativos	20	.806
Afectos Positivos	10	.804
Afectos Negativos	10	.818

***Validez de constructo de la escala de afectos positivos y negativos***

Como se observa en la tabla 2 los coeficientes de correlación Producto-Momento de Pearson (r) entre las dos dimensiones son significativos y altos, lo cual confirma que la escala presenta validez de constructo.

Tabla 2

*Correlaciones sub test – test de la escala*

Ítems	Afectos Negativos	
	r	p
Afectos Positivos	.147	.010

## Anexo 7

### Propiedades psicométricas de la escala de Apoyo Social Percibido (AFA-R-) *Fiabilidad de la escala de Apoyo Social Percibido*

La fiabilidad global de la escala y de sus dimensiones se valoró calculando el índice de la consistencia interna mediante el coeficiente Alpha de Cronbach. La tabla 1 permite apreciar que la consistencia interna global de la escala (14 ítems) en la muestra estudiada es de .883 el cual es indicador de una adecuada fiabilidad. Asimismo, se aprecia que las dimensiones presentan adecuados niveles de fiabilidad.

Tabla 1

#### *Estimaciones de consistencia interna de la escala de Apoyo Social Percibido*

Dimensiones	Nº de ítems	Alpha
Apoyo Social Percibido Global	14	.883
Familiar	7	.895
Amigos	7	.889

#### *Validez de constructo de la escala de Apoyo Social Percibido*

Como se observa en la tabla 2 los coeficientes de correlación Producto-Momento de Pearson (r) entre cada uno de las dimensiones y el constructo en su globalidad son significativos y altos, lo cual confirma que la escala presenta validez de constructo.

Tabla 2

#### *Correlaciones sub test – test de la escala*

Ítems	Apoyo Social Percibido	
	r	p
Familiar	.817	.000
Amigos	.800	.000

## Anexo 10

### Baremos de los instrumentos utilizados

<b>Estadísticos</b>							
		T_S	T_Ap	T_An	T_AS_Fam	T_AS_Ami	T_AS_Global
N	Válido	309	309	309	309	309	309
	Perdidos	0	0	0	0	0	0
Percentiles	1	5.10	13.10	10.00	9.00	7.10	20.40
	2	8.00	14.20	10.20	10.00	9.00	26.00
	3	9.00	17.30	11.00	11.00	10.00	29.00
	4	10.00	19.00	12.00	12.40	11.00	30.00
	5	10.00	20.00	12.00	13.00	12.00	31.00
	10	12.00	23.00	14.00	16.00	16.00	35.00
	15	14.00	24.00	15.00	18.00	18.00	39.00
	20	15.00	26.00	16.00	19.00	19.00	41.00
	25	15.00	27.00	17.00	21.00	20.00	44.00
	30	16.00	29.00	18.00	22.00	21.00	45.00
	35	17.00	30.00	19.00	23.00	23.00	47.00
	40	17.00	31.00	20.00	24.00	24.00	48.00
	45	17.00	32.00	21.00	25.00	24.00	50.00
	50	18.00	32.00	22.00	26.00	26.00	51.00
	55	18.00	33.00	22.00	27.00	27.00	52.00
	60	19.00	35.00	24.00	28.00	28.00	53.00
	65	19.00	35.00	25.00	29.00	29.00	55.00
	70	20.00	36.00	27.00	31.00	30.00	57.00
	75	20.00	37.50	28.00	32.00	30.50	59.50
	80	21.00	38.00	29.00	33.00	31.00	61.00
85	22.00	40.00	31.50	34.00	32.00	63.00	
90	23.00	41.00	32.00	35.00	33.00	65.00	
95	24.00	45.00	35.00	35.00	35.00	68.00	
96	24.00	45.60	35.00	35.00	35.00	68.00	
97	25.00	47.40	36.70	35.00	35.00	68.00	
98	25.00	48.00	39.40	35.00	35.00	69.80	
99	25.00	49.90	41.90	35.00	35.00	70.00	

Bajo	1-15.	1-27.	1-17.	1-21.	1-20.	1-44.
Moderado	16-20.	28-37.	18-28.	22-32	21-30	45-59
Alto	21 a más	38 a más	29 a más	33 a más	31 a más	60 a más

## Anexo 9

Autorización de la I.E. para la aplicación de los instrumentos a los estudiantes.



ÑANA

I.E.I. N° 0059 SANTA MARÍA GORETTI

### AUTORIZACIÓN

El director de la I.E.I N° 0059 Santa María Goretti de Ñaña, Lima.

#### HACE CONSTAR:

La Psicóloga FLOR VICTORIA LEIVA COLOS identificada con DNI 44796465, estudiante de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión sede Lima, tienen autorización para aplicar los instrumentos de la Investigación que lleva por título "BIENESTAR SUBJETIVO Y APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA ESTE", para optar el título de Magister en Educación con mención en Psicología Educativa.

Se expide la presente constancia a petición del interesado para los fines que vea conveniente.

Lima, Ñaña, 01 de abril de 2019



Dr. Wilan Montalvo Fritas  
DIRECTOR