

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**Escuela Profesional de Psicología**



**Resiliencia y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular  
Cristiano de Arequipa, 2023**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo

**Autor:**

Lucero Gladys Suaña Roque

**Asesor:**

Mg. Santos Armandina Farceque Huancas

**Juliaca, noviembre de 2023**

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Santos Armandina Farceque Huancas, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

### **DECLARO:**

Que la presente investigación titulada: **“RESILIENCIA Y FELICIDAD EN ADOLESCENTES DE UN COLEGIO PARTICULAR CRISTIANO DE AREQUIPA, 2023”** del autor **Lucero Gladys Suaña Roque**, tiene un índice de similitud de 10% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Juliaca a los 19 días del mes de octubre del año 2023



---

Mg. Santos Armandina Farceque Huancas

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

297



En la ciudad de Arequipa, a veintiocho días del mes de noviembre de 2023 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Arequipa, con el fin de sustentar la tesis de grado de la candidata Mg. Helen Sosa Flores Mamani y los demás miembros Mg. Juan Carlos Lidia Zela Mamani y el(a) asesor(a) Mg. Santa Amantina Faroque Huancas.

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulada Resiliencia y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023

de este(s) (a) (s) bachiller(es) al Lucero Gladys Suaña Roque

conducente a la obtención del título profesional de

(Nombre del Título Profesional)

Psicólogo

con mención en

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (los) (a) (s) candidato(s) hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por el(los) (a) (s) candidato(s). 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:

Candidato (a): Lucero Gladys Suaña Roque

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Liberal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>19</u>	<u>A</u>	<u>Excelente</u>	<u>Excelencia</u>

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Liberal	Cualitativa	

(\*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al(los) (a) (s) candidato(s) a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

[Firma]  
Presidente

[Firma]  
Membro

[Firma]  
Candidata (a)

[Firma]  
Secretario

[Firma]  
Membro

[Firma]  
Candidato (a)

## **AGRADECIMIENTOS Y DEDICATORIA**

“Quiero ofrecer mi gratitud a mi amado padre celestial, quién guía mis pasos siempre, me cuida y tiene grandes planes y propósitos para mi vida, gracias a su preciosa voluntad he llegado hasta aquí, agradezco también a mi querida madre Gladys Roque Ayque, quién me apoyó en todo momento a pesar de las dificultades, este logro también es de ella, gracias a mi querido padre, hermana y sobrinos. Quiero hacer una mención especial a mi tía Florencia y abuelo Evaristo con quienes nos veremos hasta la mañana gloriosa. Gracias querida Upeu, alma máter y maestros queridos por su formación tan valiosa como profesional con valores y también como persona al servicio de la humanidad”.

## INDICE

1	Introducción .....	8
2	Materiales y métodos .....	20
2.1	Metodología de investigación, diseño, corte, tipo .....	20
2.2	Participantes .....	20
2.3	Instrumentos.....	20
2.3.1	Escala de resiliencia de Wagnild y Young.....	20
2.3.2	Escala de felicidad de Lima (EFL).....	22
2.4	Proceso de análisis de datos .....	24
3	Resultados .....	25
3.1	Resultados descriptivos y de distribución.....	25
3.2	Análisis de correlación.....	26
3.3	Análisis predictivo .....	27
3.3.1	Supuestos de la regresión lineal .....	27
3.3.2	Coefficientes beta .....	28
4	Discusión .....	29
5	Referencias.....	33
6	Figuras y tablas .....	35

## **Resiliencia y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023**

### **Resumen**

El objetivo de la presente investigación es determinar si existe relación entre resiliencia y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, la población estuvo constituida por 75 adolescentes de 1ro, 2do, 3ro, 4to y 5to de secundaria, todos ellos de sexo masculino y femenino pertenecientes a un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, el primer instrumento utilizado fue la Escala de resiliencia de Wagnild y Young de 1988 consta de 25 ítems y evalúa 5 dimensiones, construido en una escala tipo Likert, el segundo instrumento, Escala de Felicidad de Lima (EFL) de Reynaldo Alarcón (2006) consta de 27 ítems y evalúa 4 dimensiones, construido en una Escala tipo Likert. **Método:** La presente investigación corresponde a un diseño no experimental, de corte transversal, enfoque cuantitativo ya que se miden las variables en un determinado contexto: se analizan las mediciones obtenidas utilizando métodos estadísticos y se extrae una serie de conclusiones y es de tipo de estudio correlacional. **Resultados:** Se ha descubierto una correlación positiva y moderada entre la resiliencia y felicidad ( $R=0.667$ ;  $p<0.001$ ), en otras palabras, tener muy desarrollada una resiliencia implica también, tener una considerable felicidad; por cuanto se acepta la hipótesis alterna. Y, en respuesta a los objetivos específicos, se ha encontrado relación directa, moderada y significativa entre todas las dimensiones de resiliencia y felicidad, por ejemplo la dimensión ecuanimidad y felicidad mostraron un coeficiente  $R=0.552$  con  $p<0.001$ ; la dimensión perseverancia mostró una relación directa de  $R=0.594$  con  $p<0.001$ ; la relación entre felicidad y la dimensión autoconfianza muestra un coeficiente de  $R=0.562$  con  $p<0.001$ ; la dimensión satisfacción personal se relaciona muy significativamente con la felicidad con un  $r=0.530$  con  $p<0.001$ ; y, la dimensión sentirse bien sólo ha demostrado una relación directa de  $R=0.659$  con  $p<0.001$ .

**Palabras clave:** Resiliencia, felicidad, ecuanimidad, perseverancia, autoconfianza, satisfacción personal, soledad existencial.

## **Abstract**

The objective of this research is to determine if there is a relationship between resilience and happiness in adolescents of a Christian private school in Arequipa, the population consisted of 75 adolescents of 1st, 2nd, 3rd, 4th and 5th year of high school, all of them male and female, belonging to a Christian private school in Arequipa, The first instrument, Wagnild and Young's 1988 Resilience Scale, consists of 25 items and evaluates 5 dimensions, constructed on a Likert-type scale. The second instrument, the Lima Happiness Scale (EFL) by Reynaldo Alarcón (2006) consists of 27 items and evaluates 4 dimensions, constructed on a Likert-type scale. Method: The present research corresponds to a non-experimental design, cross-sectional, quantitative approach since the variables are measured in a certain context: the measurements obtained are analyzed using statistical methods and a series of conclusions are drawn and it is a correlational study. Results: A positive and moderate correlation was found between happiness and resilience ( $R=0.667$ ;  $p<0.001$ ), in other words, having highly developed resilience also implies having considerable happiness; therefore, the alternative hypothesis is accepted. And, in response to the specific objectives, a direct, moderate and significant relationship was found between all the dimensions of resilience and happiness, for example the dimension of equanimity and happiness showed a coefficient  $R=0.552$  with  $p<0.001$ ; the dimension of perseverance showed a direct relationship of  $R=0.594$  with  $p<0.001$ ; the relationship between happiness and the self-confidence dimension shows a coefficient of  $R=0.562$  with  $p<0.001$ ; the personal satisfaction dimension is very significantly related to happiness with an  $r=0.530$  with  $p<0.001$ ; and, the feeling good dimension has only shown a direct relationship of  $R=0.659$  with  $p<0.001$ .

**Key words:** Resilience, happiness, equanimity, perseverance, self-confidence, personal satisfaction, existential loneliness.

## **1 Introducción**

La adolescencia es una etapa caracterizada por oportunidades para el sano desarrollo integral de los individuos, pero por ella atraviesan con gran riesgo y vulnerabilidad para que ocurra lo contrario, pero esto dependiendo de la capacidad del adolescente de adaptarse a esta etapa de grandes cambios en las dimensiones físicas, psicológicas y sociales y de superar los problemas de la vida y la adversidad. En algunos casos, los diferentes cambios y sucesos ocurridos durante la adolescencia pueden ser causa de estrés, y, en determinadas ocasiones, si no se reconocen y controlan, estos sentimientos pueden causar problemas de salud mental, repercutiendo en el estado de felicidad del individuo (Aguirre, 2004)

En relación con lo anterior, la Organización Mundial de la Salud (OMS) advierte del inicio temprano en la mitad de los problemas de salud mental (antes de los 14 años), así como de la no detección y falta de tratamiento en la mayoría de los casos. A este respecto, resalta la importancia de ayudar a crear resiliencia mental desde edades tempranas, “para poder hacer frente a los retos que plantea el mundo actual”. En este sentido, expone los beneficios de la promoción y la protección de la salud del adolescente, no solo para la salud a corto y a largo plazo, sino también para la economía y la sociedad (Organización mundial de la salud, 2018).

En la problemática actual de nuestros adolescentes en Arequipa se observa que presentan pensamientos negativos, incapacidad de enfrentar situaciones adversas, muchas veces no evalúan las alternativas de solución adoptando una posición de víctima (Cruz & Málaga, 2020).

Actualmente observamos a adolescentes envueltos en drogas, una encuesta aplicada a alumnos de 23 colegios nacionales de la región Arequipa por la Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (DEVIDA), reveló que de los adolescentes que ingresan al primer año de secundaria, el 16.8% consumió drogas legales (alcohol y/o tabaco) y 1.5% drogas ilegales (marihuana, pasta básica de cocaína, éxtasis, entre otros). En el segundo grado, la cifra aumenta a 18.6% en drogas legales y 3.7% en drogas ilegales. En quinto año



el consumo de drogas legales alcanza el 54.7% y el 8.2% en drogas ilegales (DEVIDA, 2019).

Ahora, al hablar sobre la felicidad en adolescentes, hemos observado en el ejercicio de nuestra labor, muchos problemas de conducta, adicción a sustancias, problemas emocionales, en especial, autoestima baja, relaciones interpersonales de riesgo, conductas de riesgo y en los casos más graves adolescentes que han intentado acabar con su vida en su mayoría debido a problemas familiares, ya sea divorcio de los padres, abandono o negligencia de los mismos, en nuestra observación los adolescentes carecen de la capacidad de resiliencia porque a causa de estos problemas, en su mayoría familiares, no pueden hacerles frente y se quedan allí, estando en ese estado de problema, y por tanto, no logran alcanzar ese estado afectivo de satisfacción plena llamado felicidad

Esto es algo realmente preocupante porque según Jensen (2018) nos menciona que los eventos muy estresantes durante la adolescencia pueden repercutir en la juventud, generando trastornos del ánimo como depresión entre otros. Y esto precisamente es lo que nos motiva a realizar la presente investigación al ver que los adolescentes carecen de la capacidad de resiliencia no pueden lograr la felicidad y esto repercutirá en un futuro en nuestra sociedad al tener jóvenes y adultos con problemas de salud mental (Jensen, 2018).

La realización de la presente investigación beneficiará a nivel social al promover la importancia de la capacidad de resiliencia para que los adolescentes alcancen la felicidad, superando y haciendo frente a sus problemas, a nivel metodológico la presente investigación tiene utilidad, ya que podrían realizarse futuras investigaciones que usarán metodologías compatibles, de manera que se posibilitaran análisis conjuntos, comparaciones entre periodos temporales, a nivel profesional este estudio pretende contribuir a los estudios que se realizan a nivel regional, nacional sobre la importancia de la capacidad de resiliencia en adolescentes como un elemento esencial para superar sus problemas familiares y lograr la felicidad.

A nivel Latinoamérica encontramos el estudio de Gonzales, López y Valdez (2013) un estudio con adolescentes para identificar diferencias de resiliencia entre hombres y mujeres y su relación con la felicidad después de vivenciar hechos tanto positivos como negativos

del pasado reciente y que son referidos por los participantes. La población estuvo compuesta por cien adolescentes de la Ciudad de Toluca, Estado de México, hombres y mujeres, entre 15 y 19 años de edad, participaron de la investigación aplicándose el cuestionario de resiliencia para adolescentes (González-Arratia, 2011), la escala de felicidad (Alarcón, 2006) y la escala de Corsini (2004). Los resultados indican que no hay diferencias significativas entre hombres y mujeres. Se reporta relación positiva entre las variables resiliencia y felicidad.

Asimismo, podemos encontrar la investigación de Toro y Chávez cuyo objetivo fue identificar los niveles de resiliencia en adolescentes en un contexto escolarizado, se trabajó con una muestra de 302 estudiantes de una preparatoria de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, México. Los resultados obtenidos en la investigación arrojaron prevalencia de los niveles bajos en cuatro dimensiones de la resiliencia, excepto en estructura personal en donde prevaleció el nivel medio bajo, seguido del nivel medio alto, el alto y finalmente el bajo (Toro & Chávez, 2017).

Por último, encontramos la investigación de Tarazona, Rosado, Zeballos y Saltos cuyo objetivo fue identificar los niveles de resiliencia en adolescentes de hogares disfuncionales y funcionales. Para ello, se encuestaron a 66 estudiantes de 10° año de la Unidad Educativa Fiscal Mixta “Pedro Zambrano Barcia”, Ecuador, cuyos resultados muestran que existe una correlación entre los adolescentes de los hogares disfuncionales y funcionales, quienes a pesar de las dificultades mantienen una moderada resiliencia (Tarazona et al., 2020).

A nivel nacional, Huincho (2020) en su estudio “Nivel de felicidad y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña” tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre estas dos variables. La muestra se conformó por 52 estudiantes universitarios. El diseño de la investigación es no experimental, de nivel correlacional y de corte transversal. Los instrumentos utilizados fueron la escala factorial para medir la felicidad de Reynaldo Alarcón y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young con la adaptación a nuestro medio por Novella. Respecto a los resultados, se pudo observar una correlación positiva ( $r = 0.391$ ) y significativa ( $p\text{-valor} = 0.004$ ) entre felicidad y resiliencia. Esto indica que, a mayor felicidad, mayor resiliencia. Asimismo, la correlación entre ambas variables muestra una magnitud baja. Por lo tanto, se pudo comprobar la hipótesis principal que establece que existe correlación estadísticamente significativa entre felicidad y resiliencia.

También, tenemos la investigación realizada por Sánchez que nos muestra los niveles de resiliencia en adolescentes de hogares sustitutos de Lima Metropolitana. Los resultados a nivel general, muestran que los adolescentes de los dos hogares sustitutos puntuaron 132.5, ubicándose en un nivel bajo de resiliencia, asimismo, un 58.3 % de los adolescentes se encuentran debajo del nivel promedio de resiliencia (Sanchez, 2020).

Por último, Sopla (2019) en su estudio Crianza parental y felicidad en adolescentes de la Institución Educativa Jaime White de Puerto Maldonado, 2018, tuvo por objetivo determinar la relación existente entre las variables crianza parental y felicidad en adolescentes de la institución educativa Jaime White de Puerto Maldonado, Perú. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Estilos de crianza parental diseñada por Steimberg en 1993, adaptada en el Perú por Merino y Arndt en el 2004 y la Escala de Felicidad de Lima creada el 2006 por Reynaldo Alarcón. La muestra estuvo conformada por 311 estudiantes de la institución educativa Jaime White de Puerto Maldonado, de los cuales 186 fueron hombres y 125 mujeres, entre los 10 y 16 años de edad. Se concluye que las ideas, creencias, valores, actitudes y hábitos de comportamiento que los padres transmiten durante la formación de sus hijos, proporciona para ellos un clima emocional adecuado que se manifiesta en un estado afectivo de satisfacción plena.

A nivel local, en cuanto a nuestra ciudad Arequipa, Huanca (2020) en su estudio Resiliencia y violencia en el enamoramiento en adolescentes de las Instituciones Educativas; I.E. La Campiña y Manuel Benito Linares de Arequipa tuvo como finalidad determinar la relación existente entre la Resiliencia y violencia en el enamoramiento en adolescentes de las Instituciones Educativas; I.E. La Campiña y Manuel Benito Linares de Arequipa, se incluyó a los grados de tercero, cuarto y quinto de secundaria. El tipo de investigación utilizado es un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional. La muestra estuvo compuesta de 123 adolescentes escolares entre 15 y 18 años. Los instrumentos que se utilizaron fueron la Escala de Resiliencia de Wagnild, G. y Young, H. y el Inventario de Conflicto en las Relaciones de Noviazgo entre Adolescentes de Wolfe y Werkerle (CADRI). El índice de correlación indica que hay una correlación significativa débil ( $r = -0.27$ ) con un valor de significancia de 0.02, lo que significa que, a mayores niveles de resiliencia, menores niveles de violencia en el enamoramiento.

Por su parte Montalvo (2021) realizó una investigación que tuvo por objetivo determinar la relación entre el clima social familiar y la felicidad en estudiantes de 3°, 4° y 5° de

secundaria de un colegio público de Arequipa. Esta fue una investigación de tipo correlacional, donde participaron 158 estudiantes de ambos sexos, que fueron evaluados con los cuestionarios de la Escala de Clima Social Familiar (FES) y la Escala de Felicidad de Lima (EFL). Los resultados evidenciaron la existencia de una correlación significativa, positiva y débil ( $r=,170$ ;  $x=0.033$ ,  $x<0.05$ ) entre el clima social familiar y la felicidad, es decir, que los estudiantes que concibieron un mejor clima social familiar en sus hogares también presentaron niveles más altos de felicidad.

Por último, tenemos a Silva y Gárate (2015) que en su estudio “Resiliencia y felicidad en estudiantes de la escuela superior técnica de sub-oficiales de policías de charcani – arequipa” con el propósito de evaluar la relación entre las variables de resiliencia y felicidad en una muestra de 169 estudiantes de la Escuela Técnico Superior de Sub-Oficiales de la PNP – Charcani, de ambos sexos, con edades entre los 17 y 25 años. Se utilizó el Inventario de Factores Personales de Resiliencia (I.F.P.R.) relacionándolos con los resultados generales y los factores de la Escala de Felicidad de Lima (E.F.L). Los resultados muestran correlación positiva significativa entre las variables resiliencia y la felicidad, asimismo relaciones positivas de diferente magnitud entre el factor sentido positivo de la vida y la resiliencia; lo mismo que entre los factores autoestima, empatía y autonomía, con la felicidad.

En la presente investigación hemos postulado como objetivo general determinar si existe relación entre resiliencia y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023. El primer objetivo específico es determinar si existe relación entre autoconfianza y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023. El segundo objetivo específico es determinar si existe relación entre ecuanimidad y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023. El tercer objetivo específico es determinar si existe relación entre perseverancia y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023. El cuarto objetivo es determinar si existe relación entre satisfacción personal y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023. Y como último objetivo determinar si existe relación entre sentirse bien solo y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023.

Asimismo, en cuanto a nuestra hipótesis general se propone: Existe relación entre resiliencia y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023. Y como hipótesis específicas tenemos como la primera hipótesis específica: Existe relación

entre autoconfianza y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023. Como segunda hipótesis: Existe relación entre ecuanimidad y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023. Como tercera hipótesis Existe relación entre perseverancia y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023. Como cuarta hipótesis: Existe relación entre satisfacción personal y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023. Y como última hipótesis específica: Existe relación entre sentirse bien solo y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023.

Ahora veamos la teoría de nuestras variables, comencemos por la variable resiliencia, la palabra “resiliencia” proviene del latín resilio, que quiere decir “volver atrás”, “volver de un salto”, “volver al estado inicial”, “rebotar”, anteriormente fue usado en el campo de la ingeniería civil para referirse a la cualidad de elasticidad y plasticidad de una sustancia, actualmente es utilizado con frecuencia en el campo de la psicología (Greene & Conrad, 2022).

Según Aguirre (2004) la resiliencia es la aptitud de sobreponerse de las fatalidades, mejorar y llegar a alcanzar una existencia tanto apreciada como fructífera.

Es el resultado de la persona que ha pasado por varias situaciones frustrantes y que se ha podido adaptar satisfactoriamente. La habilidad para afrontar eficientemente los problemas, de una manera que no afecte a las demás personas.

Al respecto Fergus y Zimmerman (Citado en Robles, 2018) menciona que para ser resilientes se tiene que disponer del apoyo de la familia u otras personas para poder superar las diferentes consecuencias de las situaciones adversas.

Ciertos autores mencionan que el estudio científico de la resiliencia se inició con el estudio de Anthony (1970; como se citó en Manciaux, 2003). Quien utilizó la metáfora de las tres muñecas: de cristal, de plástico y acero; donde la primera, se rompe frente a un martillazo; en la segunda sólo aparece una cicatriz imborrable; y, en la tercera no ocurre nada. Transcurrió cierto tiempo y se movió el énfasis en un inicio de estudiar las cualidades personales que permitían superar la adversidad (autoestima y autonomía) se presentaba un mayor énfasis en estudiar los factores externos de la persona.

Para Grotberg (1995; como se citó en Panez, Silva & Silva, 2000) la resiliencia es la “capacidad de una persona universal para afrontar las dificultades de la vida, superarlas e

incluso ser transformadas por ellas. La resiliencia es parte del desarrollo de la evolución y debiera ser fomentada desde que son niños”.

Dentro de los tipos de resiliencia, tenemos los siguientes: Resiliencia Individual, todo individuo que toma los sucesos dolorosos que aparecen en su vida con una acción positiva y alentadora formando así el carácter personal. Resiliencia familiar, la capacidad de enfrentar las situaciones complicadas recibiendo el apoyo de la familia, aumentando de esa manera la autoestima familiar. Resiliencia social o comunitaria, está conformado por todas las personas conocidas por la persona que pasa por una situación complicada. Resiliencia grupal, la destreza para sobrellevar los acontecimientos dolorosos personales como sociales, manifestándose los procesos intra psíquicos y comunitarios a la vez (Huanca, 2020).

Teoría del rasgo de personalidad:

Según Wagnild y Young (1993; como se citó en Shaikh & Kauppi, 2010) la resiliencia es “un rasgo de personalidad que dura, incluye cinco factores que están relacionados entre sí. Dentro de estos factores encontramos a la ecuanimidad, la perseverancia, la autoconfianza, la satisfacción personal y la soledad existencial” (p. 158).

Por otro lado, Wagnild y Young (1993), afirman que las dimensiones de la resiliencia serían las que se presentan a continuación: Ecuanimidad, es un estado de estabilidad emocional donde la persona enfrenta situaciones abrumadoras y no se ve afectado por la experiencia de dolor u otros fenómenos que pueden causar pérdida del equilibrio de la mente que la puedan conllevar a la ansiedad y depresión, es una perspectiva de equilibrio de la vida y las experiencias; por lo tanto, es considerada como un moderador de las respuestas extremas ante la adversidad. Sentirse bien sólo, es cuando una persona le encuentra el sentido a su vida y disfruta de las experiencias vividas, las situaciones estresantes las toma como aprendizajes para construir futuros con esperanza, es comprender que la vida es única, que el sentirse bien da un sentido de libertad y felicidad. Confianza en sí mismo, es creer en uno mismo, en nuestras cualidades y capacidades; así mismo es considerada como la habilidad de depender de uno mismo y de reconocer nuestras propias fuerzas, fortalezas, limitaciones y errores. Perseverancia, es el acto de persistencia para conseguir lo deseado, a pesar del desaliento y obstáculos, la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida en base a metas y objetivos planificados. Satisfacción personal, se refiere que la persona le brinda un valor y sentido positivo a su vida, comprendiendo que la vida

tiene un significado, por el cual se debe ser persistente para conseguir lo anhelado (Wagnild & Young, 1993).

La resiliencia también tiene factores y Wagnild y Young (1993), refieren que los factores de resiliencia son: Factor I, competencia personal; está conformado por la autonomía, invencibilidad, ingenio, confianza en sí mismo, poderío, decisión y tesón. Factor II, aceptación de uno mismo y de la vida, el cual refleja el equilibrio, la capacidad de adaptarse, la flexibilidad y una óptica de vida sólida que concuerda con aceptar la vida y un pensamiento de positivismo a pesar de enfrentar situaciones adversas.

En cuanto a la resiliencia en la adolescencia, Erikson (1985), refiere que la adolescencia es la etapa que se caracteriza por ser el periodo en el cual los adolescentes consolidan su identidad en función de la diferenciación entre pares y adultos; cada etapa de la vida es diferente, en cada una de ellas hay situaciones estresantes.

La adolescencia es una etapa especial de crisis por los cambios bio-psico-sociales por los que atraviesa, es por ello que en esta etapa se pondrá a prueba si el adolescente ha desarrollado la capacidad de la resiliencia lo que le permitirá sobreponerse a estas dificultades y cambios, y si no fue así se involucrará en distintas conductas autodestructivas que no le permitirán lograr la plenitud en su vida.

Los niños y los adolescentes resilientes cuentan con características y son las siguientes:

**Competencia social:** Los niños y adolescentes resilientes se relacionan con su entorno social de manera positiva, se muestran activos, flexibles y son fácilmente adaptables al ambiente aún durante la infancia. Estos niños muestran las siguientes cualidades: están listos para responder a diferentes estímulos, se comunican con facilidad, son empáticos, solidarios, amables, afectuosos, y muestran comportamientos pro sociales. En este sentido, el adolescente resiliente puede establecer relaciones positivas con otros seres humanos (Munist, et al, 1998).

**Resolución de problemas:** Las investigaciones demuestran que la capacidad de resolución de problemas se puede identificar desde la niñez temprana donde permite observar que el niño es resiliente. Esta capacidad involucra la habilidad para pensar en abstracto reflexiva y flexiblemente. Los estudios muestran que los adultos con problemas psicológicos no habrían desarrollado eficientemente la resiliencia durante la infancia y adolescencia.

Autonomía: Los niños resilientes, son capaces de distinguir claramente por sí mismos, de tomar sus propias decisiones. Por lo tanto, estos niños comprenden que ellos no han causado el problema y que su vida, puede ser muy diferente.

Sentido de propósito a futuro: El sentido de propósito y de futuro, se relaciona con la autonomía, el sentido de autoeficacia, así como con la confianza, que uno puede tener algún grado de control sobre el ambiente. Dentro de esta categoría engloba cualidades protectoras: expectativas saludables hacia el futuro, orientación hacia la consecución de las mismas motivaciones para los logros, fe en un futuro mejor, y sentido de la anticipación y de la coherencia. Este último factor parece ser uno de los más poderosos predictores de resultados positivos en cuanto a resiliencia (Munist et al.,1998).

Ahora veamos el marco teórico de la variable felicidad, el concepto de felicidad en la psicología contemporánea es mejor entendido si se toma en cuenta la opinión de Seligman (2006) quien la relaciona con la vida placentera, significativa y de compromiso, pues además incorpora las ideas de que la felicidad se sustenta por las relaciones de calidad que una persona tiene, así como por sus éxitos y logros (Seligman, 2006).

Diener (2000) define la felicidad como un bienestar subjetivo en la que cada individuo realiza una evaluación consciente, positiva y total de su propia vida

Por su parte Locke define a la felicidad como el grado máximo o más grande placer de ser capaces de alcanzar y la desgracia el dolor mayor. Seligman propuso que la felicidad es el bienestar que genera satisfacción en la vida; Veenhoven agregó diciendo que es el grado en el cual un individuo evalúa la calidad global de su vida presente como un todo positivamente (citado por López, 2011).

Para Ovalle & Martínez (1992) la felicidad viene a ser el bienestar psicobiosocial (Ovalle & Martinez, 1992).

De acuerdo con Alarcón (2006) se refiere a la felicidad como un estado afectivo de satisfacción plena, lo cual experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado (Alarcón, 2006). En esta definición: La felicidad significa sentimientos de satisfacción que vivencia un individuo. Es un estado de la conducta; por tanto, la felicidad es de carácter temporal. La felicidad supone la posesión de un bien, es decir la, felicidad no



tiene sentido sin el bien que es fuente de felicidad. Es generada por bienes de naturaleza variada (materiales, éticos, estéticos, psicológicos, religiosos, sociales etc.

Por otro lado, la felicidad de una persona está relacionada con algunos aspectos (Alarcón, 2006): Tener bienestar, entendido como las conexiones que se realizan entre el cuerpo y la mente y que afecta el estado de ánimo y viceversa, no se puede sentir bien si no se satisface la primera y esencial necesidad básica: la fisiológica. Vivir en un medio ambiente adecuado. se refiere a los factores externos como la seguridad, la disponibilidad de alimentos, la libertad, el clima, la belleza, y el hogar, el ser humano necesita sentirse protegido para poder ser feliz. Placer, todos los seres humanos tienen que vivir experiencias temporales como la alegría, el sexo, el amor y la alimentación para sentirse bien. Tener relaciones, dado que el ser humano es una especie social, las relaciones sociales que establece son la base de la construcción de la personalidad y, tal y como dice Seligman (2011), deben de ser positivas. Afán de superación, es necesario tener metas y las motivaciones para luchar por ellas y cumplirlas, es decir, es necesario vivir aventuras, elaborar planes y ser curiosos con el mundo que nos rodea. Compromiso, el ser humano necesita en su interior implicarse en aquella actividad que está realizando, prestando atención a sus actitudes internas y no basándose solo en las circunstancias externas. Por lo que, para ser feliz, hay que estar comprometido en lo que se hace de forma activa. Éxito y logro, toda persona necesita establecerse metas con las que perseguir sus sueños y, además, sentirse competente y autónomo. Gracias a ellas puede seguir creciendo como persona e incluso de forma profesional. Para ello, la confianza en sí mismo es muy importante. Estima, el ser humano necesita quererse y sentirse querido para tener una motivación en su labor profesional. Si no consigue tenerla puede afectar su autoestima y por ende su felicidad. Elasticidad, es tener la capacidad de adaptarse a los cambios que se presentan a lo largo de la vida y saber superarlos de forma positiva.

En nuestro estudio se tomará como teoría base la definición de Alarcón (2006) quien conceptualiza la felicidad como un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado.

Por otro lado, Alarcón (2006) explica que la felicidad viene a ser por un sentimiento de satisfacción que vive la persona, puede ser duradera, pero a la vez predecible es así que describe cuatro dimensiones.

La felicidad tiene 4 dimensiones y son las siguientes:

Sentido positivo de la vida: Relacionado con la ausencia de estados depresivos, pesimismo e intranquilidad. De acuerdo con Frankl (citado por García-Alandete, 29 Lozano, Nohales y Martínez, 2013) la principal motivación humana es que la vida tenga sentido y el sentido de vida se relaciona con la capacidad de experimentar libertad y responsabilidad, con la autodeterminación y con la percepción positiva de la vida, del futuro y de uno mismo, en concordancia con la satisfacción vital y la autorrealización. Ryff y Keyes (1995) explica que un componente sensible de la salud mental y el desarrollo personal es la creencia y el sentimiento de que la vida es valiosa. Por tanto, si experimentan ausencia de sentido, las personas desarrollan estados cognitivos, emocionales y sentimientos de desesperanza, falta de control sobre su vida y metas vitales, y una actitud pesimista y negativa hacia la vida. Por otro lado, experimentar sentido de vida está asociada a la capacidad de afrontamiento exitoso ante la adversidad, debido a un buen desarrollo de autonomía, determinación, propósito vital, compromiso personal con metas claras.

Satisfacción con la vida: Es el contraste entre las metas y la percepción de logro de esas metas. Veenhoven (1994) lo conceptualiza como el grado en que una persona evalúa la calidad global de su vida en conjunto de forma positiva, es decir, cuánto le gusta la vida que lleva. La valoración sobre satisfacción con la vida se puede estimar como un conjunto de elementos que incluye satisfacción en componentes específicos como la salud, familia, trabajo, amistades, tiempo libre, entre otros, (Padrós, Gutiérrez y Medina, 2015).

Realización personal: Evidencia tranquilidad emocional sobre la base de una orientación hacia metas que la persona considera como importantes para su vida. Estas metas se especifican de acuerdo a condiciones culturales (valores) e individuales (personalidad). Además, es considerado como la tendencia básica del ser humano, se hace referencia a la mayor realización posible de las potencialidades únicas de cada persona y todo lo que puede llegar a ser (Bernal, 2002). Por su parte, Moreno (citado por López, Garrido, Rodríguez y Paino 2002), enfoca a la autorrealización como una orientación productiva, en la que el hombre busca construir antes que destruir, se acepta como persona antes de conformarse y perderse en la masa. Además, la autorrealización es necesaria para el bienestar, para la salud individual y para el logro de bienestar social.

Alegría de vivir: Hace referencia al optimismo y a la alegría como expresiones de felicidad. El optimismo es la tendencia a esperar que el futuro depare resultados favorables lo que nos permite hacer frente a los problemas con actitud positiva. Segura y Ramos (2009) añade que

la alegría es una emoción originada por experiencias favorables y tiene una semejanza con la euforia, el júbilo, el placer y la satisfacción. Asimismo, cuando suceden hechos desagradables y una persona se encuentra con estados de humor positivos, su capacidad para afrontar el malestar suele ser positivo, más adaptativo, hasta el punto de no darle importancia a lo sucedido.

La felicidad cuenta con tres determinantes, Para Lyubomirsky (2005) los determinantes son:

El primer determinante de la felicidad es el componente genético, como ejemplo cita la existencia de gemelos, en ellos la felicidad es similar, estos estudios determinan que el 50% de la felicidad del ser humano depende de la herencia genética con la que se nace.

El segundo determinante son las circunstancias externas o demográficas del individuo, el lugar donde nace o se desarrolla, la edad o género, así mismo la historia que acompañó el desarrollo de la persona, aquí se puede incluir los traumas o experiencias placenteras que aportan a la construcción de felicidad.

El tercer determinante, son las actividades deliberadas, aquellas que se realizan diariamente o rutinarias, estos hábitos de comportamiento son las que definen al individuo, pueden ser actividades que requieren un nivel de compromiso y que nada ha sido probado en el sentido de que proveen un empuje sostenido a los niveles de felicidad.

Ahora, abordaremos específicamente la teoría de felicidad en adolescentes:

Toribio, González, Valdez González y Van (2012) hallaron que los niveles de felicidad en los adolescentes pueden alcanzar condiciones adecuadas de salud ya que son capaces de percibir satisfacción personal con sus vidas en cuanto a lo que poseen y logran.

Desde otro punto de vista, Caprara et al. (2006) determinaron que la percepción de los adolescentes sobre el manejo de sus relaciones, familiares y entre sus pares, han sido determinantes para que estos puedan expresar pensamientos positivos y un mayor grado de felicidad (Montalvo, 2021).

## **2 Materiales y métodos**

### **2.1 Metodología de investigación, diseño, corte, tipo**

La presente investigación corresponde a un diseño no experimental, de corte transversal, enfoque cuantitativo ya que se miden las variables en un determinado contexto: se analizan las mediciones obtenidas utilizando métodos estadísticos y se extrae una serie de conclusiones y es de tipo de estudio correlacional (Roberto Hernández, 2014).

### **2.2 Participantes**

La población estuvo conformada por 75 adolescentes de 12 a 18 años de edad, pertenecientes a los grados de 1ro, 2do, 3ro, 4to y 5to de secundaria de un colegio particular cristiano, todos ellos de sexo masculino y femenino.

Se trabajó con toda la población objetivo, ya que por el número de unidades que la integran, resulta accesible en su totalidad, por tanto no fue necesario extraer una muestra (Arias, 2012).

### **2.3 Instrumentos**

#### **2.3.1 Escala de resiliencia de Wagnild y Young**

Escala de resiliencia de Wagnild y Young en 1988. Esta escala fue creada por Wagnild y Young (1988) tiene la finalidad de medir nivel de resiliencia. La prueba evalúa cinco dimensiones (Ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción personal) y está compuesta por 25 ítems puntuados en una escala de formato tipo Likert de 7 alternativas cuyo intervalo están entre 1 y 7 puntos, donde: 1, es totalmente en desacuerdo; 2, muy en desacuerdo; 3, bastante en desacuerdo; 4, ni en desacuerdo, ni de acuerdo; 5, bastante de acuerdo; 6, muy de acuerdo; 7, totalmente de acuerdo (Citado por Gomez, 2019).

Asimismo, la escala fue adaptada al contexto peruano por Castilla y Col, en el año 2014 en una población de 427 personas comprendidas entre 11 y 42 años, obteniendo una validez de 0.81 y una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0,906 (Pineda, Conza, & Quispe, 2021).

## Validez

La validez concurrente es demostrada por los altos índices de correlación de la E.R. con mediciones establecidas de constructos vinculados con la resiliencia. Según el criterio de Kaiser, se identifican cinco factores.

La validez del contenido se da a priori, los ítems seleccionados fueron aquellos que reflejaban las definiciones de resiliencia, a cargo de investigadores, psicometristas y dos enfermeras; los ítems tienen una redacción positiva. La validez concurrente resulta de correlacionar altamente con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia como: Depresión  $r = -0.36$ , Satisfacción de vida  $r = 0.59$ , Moral  $r = 0.54$ , Salud  $r = 0.50$ , Autoestima  $r = 0.57$ , y Percepción al estrés  $r = -0.67$ . Se utilizó en ésta investigación el análisis factorial para valorar la estructura interna del cuestionario, con la técnica de componentes principales y rotación oblimin, que nos mostró cinco factores que no están correlacionados entre sí (Cruz & Málaga, 2020).

## Confiabilidad

La tabla 1 muestra los índices de confiabilidad por consistencia interna bajo las fórmulas alfa de Cronbach y Omega de Mc Donal; los hallazgos han comprobado que la escala de resiliencia posee un coeficiente entre los rangos de 0.891 a 0.895 siendo el valor más bajo pronosticado al 95% 0.850, dados estos valores se comprueba una buena consistencia interna. En cuanto a sus dimensiones, se comprueba que ecuanimidad ( $\alpha = 0.442$  [IC95% 0.198-0.622];  $\omega = 0.529$  [IC95% 0.312-0.668]); satisfacción personal ( $\alpha = 0.341$  [IC95% 0.045-0.558];  $\omega = 0.449$  [IC95% 0.149-0.621]) y sentirse bien sólo ( $\alpha = 0.485$  [IC95% 0.256-0.653];  $\omega = 0.505$  [IC95% 0.329-0.680]) muestran valores que denotan mala consistencia interna, a excepción de las dimensiones de perseverancia ( $\omega = 0.707$  [IC95% 0.606-0.807]) y confianza en sí mismo ( $\alpha = 0.765$  [IC95% 0.668-0.838];  $\omega = 0.768$  [IC95% 0.687-0.850]) que muestran que el instrumento es confiable.

**Tabla 1**

*Análisis de confiabilidad por consistencia interna al 95% de confianza*

Dimensión	Alfa de cronbach	Omega de Mc Donal
Ecuanimidad	0.442 [IC95% 0.198-0.622]	0.529 [IC95% 0.312-0.668]

Perseverancia	0.695 [IC95% 0.572-0.788]	0.707 [IC95%0.606-0.807]
Confianza en sí mismo	0.765 [IC95%0.668-0.838]	0.768 [IC95% 0.687-0.850]
Satisfacción personal	0.341 [IC95% 0.045-0.558]	0.449[IC95% 0.149-621]
Sentirse bien solo	0.485[IC95%0.256-0.653]	0.505[IC95% 0.329-0.680]
Factor general	0.891 [IC95%850-922]	0.895 [IC95% 0.861–0.929]

*Nota.* Los valores pronosticados al 95%

### 2.3.2 Escala de felicidad de Lima (EFL)

El autor es Reynaldo Alarcón, su administración es individual y colectiva, aplicada en una duración de 20 minutos, dirigido para niños, adolescentes y adultos, así mismo tiene la finalidad de medir la felicidad en las sub escalas: ausencia de sufrimiento profundo, satisfacción con la vida, realización personal y alegría de vivir. Al respecto a la Escala, está compuesta por 27 ítems de tipo Likert, con cinco alternativas: totalmente de acuerdo; de acuerdo; ni acuerdo ni desacuerdo; desacuerdo; y totalmente en desacuerdo. Al extremo positivo se le otorga 5 puntos, y al extremo negativo 1 punto. Los ítems fueron desarrollados en forma favorable o desfavorable a la felicidad; en el cuestionario los ítems están distribuidos aleatoriamente. La EFL fue administrada a 709 estudiantes de varias universidades de la ciudad de Lima, varones y mujeres, con una edad media de 23.10 años. Se puede observar que los valores de tendencia central son muy cercanos entre ellos. Por otro lado, la Escala presenta dimensiones de la felicidad, El análisis factorial ha logrado identificar cuatro factores latentes tras el constructo felicidad, señalando que se trata de un comportamiento complejo que está integrado por dimensiones claramente distinguibles. En lo que sigue, vamos a describir cada uno de los factores identificados. Factor 1. Ausencia de sufrimiento profundo. Indica ausencia de estados depresivos, fracaso, pesimismo, intranquilidad, vacío existencial. Ejemplos de los ítems que integran este factor son los siguientes: La felicidad es para algunas personas, no para mí. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia. Me siento un fracasado. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos. Las respuestas de rechazo a lo que afirman las oraciones, indican grados de felicidad, que reflejan actitudes y experiencias positivas hacia la vida. En este sentido, la felicidad significa estar libre de estados depresivos profundos, tener sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida. Factor 2. Satisfacción

con la Vida. Los seis ítems de este factor expresan satisfacción con lo que se ha alcanzado y la persona cree que está donde tiene que estar, o porque se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida. Expresiones como las condiciones de mi vida son excelentes; me siento satisfecho con lo que soy, la vida ha sido buena conmigo, trasuntan estados subjetivos positivos de satisfacción, que son generados por la posesión de un bien deseado. Factor 3. Realización Personal. Los reactivos de este factor expresan lo que podríamos llamar felicidad plena, y no estados temporales del estar feliz. Me considero una persona realizada, Creo que no me falta nada, Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida. Estas frases señalan autosuficiencia, autarquía, tranquilidad emocional, placidez, todas son condiciones para conseguir el estado de felicidad completa. El concepto de realización personal guarda correspondencia con la definición de

Felicidad que supone la orientación hacia metas que considera valiosas para su vida. Factor 4. Alegría de Vivir. La denominación que lleva este factor obedece a la naturaleza de sus ítems, ellos refieren optimismo, alegría que en buena cuenta es expresión de felicidad y lo maravilloso que es vivir. En cuanto a la validez se evaluó Mediante Análisis Factorial exploratorio, Componentes Principales y Rotación Varimax. Los ítems se agrupan coherentemente en 4 factores, con altas saturaciones factoriales (varían de .413 a .689). Asimismo, en lo que respecta a la confiabilidad coeficiente Alfa de Cronbach = .914 (ítems estandarizados), Método de Mitades de Spearman-Brown,  $r = .889$  Coeficiente de Guttman Split-half,  $r = .887$  Correlaciones ítem-Escala: Media  $r = .494$ ,  $p < .001$  (Calderón, 2016).

### **Validez**

Para la validez y confianza de este instrumento se usó la rotación varimax agrupa cuatro factores en 27 ítems, los cuatro componentes con valores Eigen varían entre 1.50 a 8.59. La saturación factorial de cada ítem es alta y están entre .684 y .405 para la validez (Alarcón, 2006).

### **Confiabilidad**

La tabla 2 presenta la confiabilidad instrumental de la escala de felicidad de Lima procesados a partir de Alfa de Cronbach y Omega de Mc Donal. Los hallazgos han demostrado que el instrumento alcanzó valores esperados en la confiabilidad

( $\alpha=0.928$ [IC95%0.901-0.949];  $\omega= 0.929$ [IC95%0.906-0.952]). Sus dimensiones tales como sentido positivo de la vida ( $\alpha= 0.872$  [IC95%0.822-0.910];  $\omega=0.874$ [IC95%0.831-0.916]), satisfacción con la vida ( $\alpha=0.794$ [IC95%0.713-0.857];  $\omega= 0.811$  [IC95%0.746-0.877]), realización personal ( $\alpha=0.744$ [IC95%0.636-0.825];  $\omega=0.744$ [IC95%0.655-0.833]) y alegría de vivir ( $\alpha=0.687$ [IC95%0.551-0.788];  $\omega= 0.701$ [IC95%0.592-0.811]) han demostrado una confiabilidad independiente por factor aceptable, por cuanto el instrumento es confiable.

**Tabla 2**

*Análisis de confiabilidad por consistencia interna al 95% de confianza*

Dimensión	Alfa de cronbach	Omega de McDonal
Sentido positivo de la vida	0.872 [IC95%0.822-0.910]	0.874[IC95%0.831-0.916]
Satisfacción con la vida	0.794[IC95%0.713-0.857]	0.811 [IC95%0.746-0.877]
Realización personal	0.744[IC95%0.636-0.825]	0.744[IC95%0.655-0.833]
Alegría de vivir	0.687[IC95%0.551-0.788]	0.701[IC95%0.592-0.811]
Factor general	0.928[IC95%0.901-0.949]	0.929[IC95%0.906-0.952]

#### 2.4 Proceso de análisis de datos

Los datos que se recolectaron fueron cargados al programa JAMOVI y JASP con el fin de extraer los índices de confiabilidad por consistencia interna usando alfa de Cronbach y Omega de Mc Donal. Seguidamente se han comprobado los tipos de distribución de las variables usando las medidas de dispersión tales como la asimetría y curtosis cuyos valores no deberían exceder el 1.5 para identificarlos como variables de distribución normal (Pérez & Medrano, 2010). Los hallazgos han demostrado que todas las variables son normales, por cuanto se optó por un análisis de correlación paramétrica como es el caso del coeficiente R de Pearson para responder directamente las preguntas de investigación, asimismo se analizó la predictibilidad de los componentes de resiliencia sobre la felicidad, con previas comprobaciones de supuestos (Bilà-Baños, Torrado-Fonseca & Reguant-Álvarez, 2019).



### 3 Resultados

#### 3.1 Resultados descriptivos y de distribución

La tabla 3 tiene como finalidad precisar la distribución analizando las medidas de distribución como asimetría y curtosis por cada variable de estudio. Los principales hallazgos han demostrado que la variable felicidad muestra una asimetría ( $As=-0.268$ ) y curtosis ( $K=0.1831$ ) que no exceden del 1.5, por cuanto su distribución es normal con una leve tendencia a mostrar sujetos con puntajes por encima de la media ( $X=93.2$ ;  $Ds =18.63$ ) (Pérez &Medrano, 2010). Otro descubrimiento indica que la muestra tiene una leve tendencia a mostrar sujetos por debajo de la media ( $X=121.9$ ;  $Ds =22.61$ ), aun así, posee una distribución normal debido a una asimetría y curtosis que no exceden el 1.5. En cuanto a las dimensiones del test “Escala de resiliencia” se ha observado una distribución normal en todos los casos debido a que los valores de asimetría están dentro de los rangos normales, por ejemplo ecuanimidad muestra una asimetría de  $As=0.115$  y  $K=-0.3627$ ; la dimensión perseverancia muestra una asimetría de  $As= -0.100$  con  $K=0.5567$ ; confianza en sí mismo muestra una asimetría de  $As=-0.100$  con  $K=-0.3384$ ; satisfacción personal presenta una asimetría de  $As=-0.503$  con  $K=0.7099$  y, sentirse bien solo presenta una asimetría  $As=0.278$  con  $K=-0.4881$ ; pero se encontró que la muestra tiene tendencia a mostrar una considerable muestra de sujetos que se encuentran por sobre la media en los componentes tales como perseverancia, confianza en sí mismo y satisfacción personal; y por el contrario la distribución en las dimensiones como ecuanimidad y sentirse bien sólo ha demostrado una leve tendencia a mostrar sujetos con puntajes por debajo de la media por la presencia de asimetría positiva en estos componentes. En suma, todas las variables analizadas en este estudio son normales por cuanto existe la necesidad de contrastar los objetos de estudio con métodos paramétricos, en este caso el R de Pearson (Hernández et. al, 2014).

**Tabla 3**

*Análisis descriptivo de resiliencia y felicidad*

	Media	DE	Asimetría		Curtosis	
			Asimetría	EE	Curtosis	EE
Felicidad	93.2	18.63	-0.268	0.277	0.1831	0.548

### *Análisis descriptivo de resiliencia y felicidad*

	Media	DE	Asimetría		Curtosis	
			Asimetría	EE	Curtosis	EE
Resiliencia	121.9	22.61	0.231	0.277	0.0139	0.548
Ecuanimidad	18.6	4.27	0.115	0.277	0.3627	0.548
Perseverancia	34.1	6.94	-0.100	0.277	0.5567	0.548
Confianza en sí mismo	29.1	7.17	-0.100	0.277	0.3384	0.548
Satisfacción personal	19.7	4.14	-0.503	0.277	0.7099	0.548
Sentirse bien solo	20.4	4.17	0.278	0.277	0.4881	0.548

*Nota.* La abreviatura K y As en la interpretación representan la curtosis y asimetría respectivamente; los datos positivos en la asimetría indican una tendencia a mostrar la mayoría de los sujetos por debajo de la media y, por el contrario, una asimetría negativa indica una distribución con leves incrementos de sujetos por encima de la media.

### **3.2 Análisis de correlación**

La tabla 4 presenta las correlaciones entre felicidad y resiliencia (como objetivo general) y las correlaciones entre felicidad y las dimensiones de resiliencia (como objetivos específicos) a su vez que armoniza con las recomendaciones dadas en la tabla 3, la cual indica que las variables en análisis requieren de un estadístico de correlación paramétrico por R de Pearson. Los hallazgos han dejado al descubierto una correlación positiva y moderada entre la felicidad y resiliencia ( $R=0.667$ ;  $p<0.001$ ), en otras palabras y con una confianza al 95%, tener muy desarrollada una resiliencia implica también, tener una considerable felicidad; por cuando se acepta la hipótesis alterna. Y, en respuesta a los objetivos específicos, se ha encontrado relación directa, moderada y significativa entre todas las dimensiones de resiliencia y felicidad, por ejemplo la dimensión ecuanimidad y felicidad mostraron un coeficiente  $R=0.552$  con  $p<0.001$ ; la dimensión perseverancia mostró una relación directa de  $R=0.594$  con  $p<0.001$ ; la relación entre felicidad y la dimensión confianza en sí mismo muestra un coeficiente de  $R=0.562$  con  $p<0.001$ ; la dimensión satisfacción personal se relaciona muy significativamente con la felicidad con un  $r=0.530$

con  $p < 0.001$ ; y, la dimensión sentirse bien sólo ha demostrado una relación directa de  $R = 0.659$  con  $p < 0.001$ . En resumen, tanto en el objetivo general, como en los específicos se ha demostrado una relación significativa, por cuando se acepta la hipótesis alterna para el objetivo general y para los específicos.

**Tabla 4**

*Correlación entre resiliencia y felicidad*

	Felicidad	
	R de Pearson	Significancia (p)
Resiliencia	0.667	0.000
Ecuanimidad	0.552	0.000
Perseverancia	0.594	0.000
Confianza en sí mismo	0.562	0.000
Satisfacción personal	0.530	0.000
Sentirse bien solo	0.569	0.000

*Nota.* La significancia “p” refleja el grado de significancia al 95%.

### 3.3 Análisis predictivo

#### 3.3.1 Supuestos de la regresión lineal

Bilà-Baños, Torrado-Fonseca & Reguant-Álvarez (2019) remarcan la necesidad de verificar el cumplimiento de cinco supuestos de la regresión lineal múltiple cuyo principal propósito es explicar el comportamiento de la felicidad por los componentes de resiliencia. Los hallazgos demuestran que entre las variables si existe linealidad (Véase la tabla 2) por tal motivo se cumple con el supuesto de la linealidad. Otro resultado ha demostrado que la data cumple con la normalidad de las variables, así como de los residuos no estandarizados (Ver anexo 1); en cuanto a la independencia de los errores se comprobó una solución de Durvin Watson cuyo valor ( $Dw = 2.20$ ) no excede el 2.5, por cuanto se comprueba el cumplimiento de este supuesto. La data también cumple con el supuesto de la multicolinealidad debido a valores VIF son menores a 10 y los valores de Tolerancia son mayores a 0.10; finalmente, se han observado que los gráficos de dispersión de puntos entre los valores pronosticados y los residuos no se comportan bajo un patrón lineal. En suma, la data cumple con los requerimientos para analizar el comportamiento de felicidad.

### 3.3.2 Coeficientes beta

Se comprobó la predictibilidad de las dimensiones de resiliencia sobre la felicidad usando regresión lineal con previos análisis de supuestos; sin embargo, la tabla 4 ha demostrado que todas las dimensiones (ecuanimidad, perseverancia, confianza en sí mismo, satisfacción personal y sentirse bien solo) tienen significancias mayores a 0.05; por lo tanto, se acepta la hipótesis nula indicando que las dimensiones de resiliencia no predicen el comportamiento de la felicidad.

**Tabla 5**

*Coefficientes del Modelo predictivo de felicidad*

Predictor	Estimador	EE	t	p	Estimador Estándar
Constante	21.5561	9.784	2.203	0.031	
Ecuanimidad	0.7572	0.551	1.375	0.174	0.1736
Perseverancia	0.5938	0.385	1.542	0.128	0.2212
Confianza en sí mismo	0.0585	0.404	0.145	0.885	0.0225
Satisfacción personal	0.8276	0.531	1.559	0.124	0.1838
Sentirse bien solo	0.9468	0.596	1.588	0.117	0.2122

*Nota.* Las significancias son interpretadas a partir del 95% de confianza.

#### 4 Discusión

El presente estudio formuló la siguiente hipótesis general: Existe relación entre resiliencia y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023, hipótesis que fue comprobada gracias a los resultados obtenidos en esta investigación, ya que han dejado al descubierto una correlación positiva y moderada entre la felicidad y resiliencia ( $R=0.667$ ;  $p<0.001$ ), en otras palabras y con una confianza al 95%, tener muy desarrollada una resiliencia implica también, tener una considerable felicidad; por cuando se acepta la hipótesis, estos resultados asimismo son similares a los del estudio de Gonzales, López y Valdez (2013) estudio realizado con adolescentes titulado “Resiliencia y felicidad: el impacto de hechos vitales negativos y positivos en adolescentes” para identificar diferencias de resiliencia entre hombres y mujeres y su relación con la felicidad después de vivenciar hechos tanto positivos como negativos del pasado reciente y que son referidos por los participantes. La población estuvo compuesta por cien adolescentes de la Ciudad de Toluca, Estado de México, hombres y mujeres, entre 15 y 19 años de edad, participaron de la investigación aplicándose el cuestionario de resiliencia para adolescentes (González-Arratia, 2011), la escala de felicidad (Alarcón, 2006) y la escala de Corsini (2004). Se reporta en los resultados una relación positiva entre las variables resiliencia y felicidad.

Asimismo, una investigación realizada en nuestro país también reafirma los resultados obtenidos en nuestra investigación, fue realizada por Huincho (2020) en su estudio “Nivel de felicidad y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña” tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre estas dos variables. La muestra se conformó por 52 estudiantes universitarios. El diseño de la investigación es no experimental, de nivel correlacional y de corte transversal. Los instrumentos utilizados fueron la escala factorial para medir la felicidad de Reynaldo Alarcón y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young con la adaptación a nuestro medio por Novella. Respecto a los resultados, se pudo observar una correlación positiva ( $r = 0.391$ ) y significativa ( $p\text{-valor} = 0.004$ ) entre felicidad y resiliencia. Esto indica que, a mayor felicidad, mayor resiliencia. En esta investigación la diferencia se podría ver en las edades de los participantes ya que esta población se considera joven y no adolescente, pero que de igual manera se obtuvieron los mismos resultados.

También en la ciudad de Arequipa tenemos una investigación que ratifica nuestros resultados. Silva y Gárate (2015) realizaron una investigación con el propósito de evaluar la

relación entre las variables de resiliencia y felicidad en una muestra de 169 estudiantes de la Escuela Técnico Superior de Sub-Oficiales de la PNP – Charcani, de ambos sexos, con edades entre los 17 y 25 años. Se utilizó el Inventario de Factores Personales de Resiliencia (I.F.P.R.) relacionándolos con los resultados generales y los factores de la Escala de Felicidad de Lima (E.F.L). Los resultados muestran correlación positiva significativa entre las variables resiliencia y la felicidad. En esta investigación también podríamos rescatar que la población fue joven y no adolescente pero que se obtuvieron similares resultados.

Al continuar con nuestra discusión, ahora analizaremos la relación de cada una de las 5 dimensiones de la variable resiliencia con la variable felicidad, empezaremos con la dimensión ecuanimidad y felicidad, mostraron un coeficiente  $R=0.552$  con  $p<0.001$  que muestra una relación directa, moderada y significativa, estos resultados son corroborados con el estudio de Gonzales, López y Valdez (2013) un estudio con adolescentes titulado “Resiliencia y felicidad: el impacto de hechos vitales negativos y positivos en adolescentes” En este estudio todas las dimensiones, incluida la dimensión ecuanimidad, presentó correlación positiva con el total de la variable felicidad.

En cuanto a la dimensión perseverancia y felicidad mostró una relación directa, moderada y significativa de  $R=0.594$  con  $p<0.001$  estos resultados son corroborados con la investigación de Silva y Gárate (2015) ellos realizaron una investigación con el propósito de evaluar la relación entre las variables de resiliencia y felicidad. Los resultados muestran correlación positiva significativa entre todas las dimensiones de la resiliencia, incluida la perseverancia y la felicidad.

Ahora pasamos a analizar la relación de la dimensión confianza en sí mismo y felicidad, mostrando una relación directa, moderada y significativa con un coeficiente de  $R=0.562$  con  $p<0.001$  estos resultados son similares a los del estudio de Gonzales, López y Valdez (2013) un estudio con adolescentes titulado “Resiliencia y felicidad: el impacto de hechos vitales negativos y positivos en adolescentes” cuyos resultados fueron que todas las dimensiones de la resiliencia, dentro de ellas la dimensión confianza en sí mismo, presentó correlación positiva con la variable felicidad.

En lo que respecta a la dimensión satisfacción personal se relaciona muy significativamente con la felicidad con un  $r=0.530$  con  $p<0.001$  estos resultados son ratificados con el estudio de Silva y Gárate (2015) ellos realizaron una investigación con el propósito de evaluar la relación entre las variables de resiliencia y felicidad. Los resultados muestran correlación positiva significativa entre todas las dimensiones de la resiliencia, incluida la satisfacción personal y la variable felicidad.

Y por último la dimensión sentirse bien solo ha demostrado una relación directa de  $R=0.659$  con la variable felicidad estos resultados son reafirmados con el estudio de Gonzales, López y Valdez (2013) un estudio con adolescentes titulado “Resiliencia y felicidad: el impacto de hechos vitales negativos y positivos en adolescentes” cuyos resultados fueron que todas las dimensiones de la resiliencia, dentro de ellas la dimensión sentirse bien solo presentó correlación positiva con la variable felicidad.

### **Conclusiones**

Según los resultados obtenidos en la presente investigación se concluye que:

- a) Se acepta la hipótesis general, ya que, si existe relación entre resiliencia y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023, y dicha correlación es positiva y moderada ( $R=0.667$ ;  $p<0.001$ ).
- b) En cuanto a las hipótesis específicas se ha encontrado relación directa, moderada y significativa entre todas las dimensiones de resiliencia en relación con la variable felicidad.
- c) Con respecto al primer objetivo específico, se acepta la primera hipótesis, ya que la relación entre la dimensión autoconfianza y la variable felicidad muestra relación directa, moderada y significativa con un coeficiente de  $R=0.562$  con  $p<0.001$ .
- d) Con respecto al segundo objetivo específico, se acepta la segunda hipótesis, ya que la dimensión ecuanimidad y la variable felicidad mostraron relación directa, moderada y significativa con un coeficiente  $R=0.552$  con  $p<0.001$ .
- e) Con respecto al tercer objetivo específico, se acepta la tercera hipótesis, ya que la dimensión perseverancia y la variable felicidad mostraron una relación directa de  $R=0.594$  con  $p<0.001$ ;

- f) Con respecto al cuarto objetivo específico, se acepta la cuarta hipótesis, ya que la dimensión satisfacción personal se relaciona muy significativamente con la variable felicidad con un  $r=0.530$  con  $p<0.001$ .
- g) Con respecto al quinto objetivo específico, se acepta la quinta hipótesis, ya que la dimensión sentirse bien solo y la variable felicidad han demostrado una relación directa de  $R=0.659$  con  $p<0.001$ .

### **Recomendaciones**

- Se recomienda realizar más investigaciones con las variables de nuestra investigación: resiliencia y felicidad en población adolescente, las cuales se han encontrado pocos estudios y sería muy bueno desarrollar más el estudio de estas variables para resaltar su importancia en adolescentes.
- Se sugiere realizar más investigaciones con nuestras variables en instituciones con mayor número de alumnado, ya que esa fue una de las limitaciones de nuestro estudio.
- Se recomienda a los colegas psicólogos que hacen trabajo con adolescentes poder dar talleres, programas de intervención en la variable resiliencia, ya que como hemos visto, según nuestros resultados, esta capacidad es crucial para que puedan lograr la tan anhelada felicidad que muchas personas buscan.



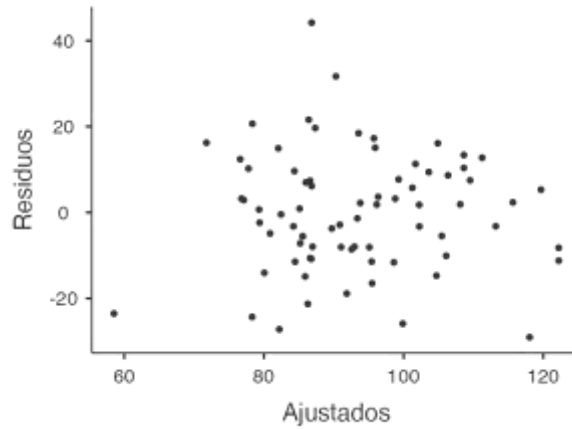
## 5 Referencias

- (DEVIDA), C. N. (2019). *Desde los 11 años escolares arequipeños consumen alcohol y tabaco*. Arequipa.
- Aguilar, F. (2020). Relaciones intrafamiliares y felicidad en adolescentes de una institución educativa de Trujillo.
- Aguirre, O. (2004). Resiliencia y relación con el desarrollo. *España:Publican*.
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una Escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*.
- Arenas, L. (2018). Resiliencia y su relación con variables personales,. *Boletín criminológico*.
- Arias, F. (2012). *El proyecto de investigación*. Caracas: Episteme.
- Calderón, V. (2016). Propiedades psicométricas de la escala de felicidad de Lima en estudiantes de secundaria. *Revista De investigación De Estudiantes De psicología*.
- Cruz, S., & Málaga, K. (2020). Resiliencia y rendimiento académico en estudiantes de la Institución Educativa de Señoritas Arequipa. *Alicia Concytec*.
- Diener, E. (2000). The science of hapiness and a proposal for a national index. *América Psychologist*.
- Erikson, E. (1985). El ciclo vital completado. *Editorial Paidós*.
- Gonzalez, N., López, A., & Valdez, J. (2013). Resiliencia y felicidad: el impacto de hechos vitales negativos y positivos en adolescentes. *Pensando Psicología*.
- Greene, R., & Conrad, A. (2022). Basics assumptions and terms. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2002483.pdf>.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* . Interamericana editores.
- Huanca, M. (2020). Resiliencia y violencia en el enamoramiento en adolescentes.
- Huanca, M. (2020). Resiliencia y violencia en el enamoramiento en adolescentes de las Instituciones Educativas.
- Huincho, M. (2020). Nivel de felicidad y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña. *UPLA Institucional*.
- Infocop online*. (30 de 11 de 2018). Obtenido de Infocop online: [https://www.infocop.es/view\\_article.asp?id=7731](https://www.infocop.es/view_article.asp?id=7731)
- Jensen, F. (17 de Octubre de 2018). Consejos de una madre neurocientífica para tu hijo adolescente. F. Jensen, neuróloga. (Z. Marcos, Entrevistador)
- Montalvo, L. (2021). Relacion entre el clima social familiar y felicidad en un colegio público de Arequipa.
- Montalvo, L. (2021). Relación entre el clima social familiar y felicidad en un colegio público de Arequipa.
- Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M., Suarez, E., Infante, F., & Grotberg, E. (1998). Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes. *Organización Panamericana de la salud*.
- Ovalle, O., & Martinez, J. (1992). La felicidad como medida de binestar y calidad de vida, una perspectiva económica. *Punto de vista*.
- Pérez, E. (2010). Análisis factorial exploratorio. *Dialnet*.
- Pineda, V., Conza, N., & Quispe, M. (2021). Resiliencia y bienestar psicológico durante la pandemia covid-19 en jóvenes de la ciudad de Juliaca, 2021. 8.

- Roberto Hernández, C. F. (2014). *Metodología de la investigación* . México D.F.: Interamericana editores.
- Robles, S. (2018). Clima social familiar y resiliencia en estudiantes víctimas de bullying en Instituciones Educativas de Alto Selva Alegre 2018.
- Salgado, A. (2009). Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la ciudad de Lima . *Scielo Perú*.
- Sanchez, C. (2020). Resiliencia en adolescentes residentes de dos hogares sustitutos de Lima Metropolitana .
- Seligman, M. (2006). La auténtica felicidad. *Buenos Aires: Vergara*.
- Silva, H., & Gárate, J. (2015). Resiliencia y felicidad en estudiantes de la escuela superior técnica de Sub-oficiales de policías de Charcani-Arequipa.
- Sopla, N. (2019). Crianza parental y felicidad en adolescentes de la Institución Educativa Jaime White de Puerto Maldonado, 2018.
- Tarazona, A., Maitta, I., Ormaza, M., & Saltos, D. (2020). Niveles de resiliencia en adolescentes de hogares disfuncionales y funcionales en la Unidad educativa fiscal mixta "Pedro Zambrano Barcía". *Revista Sinapsis*, 1,7.
- Toro, M., & Chávez, J. (2017). Adolescentes: El estudio de la resiliencia en un contexto escolarizado. 1;8.
- Vila, R., Torrado, M., & Reguant, M. (2018). Análisis de regresión lineal múltiple con spss: un ejemplo práctico. *Revista de innovación*.
- Wagnild, G., & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience. *Journal of Nursing Measurement*.

## 6 Figuras y tablas

Homocedasticidad

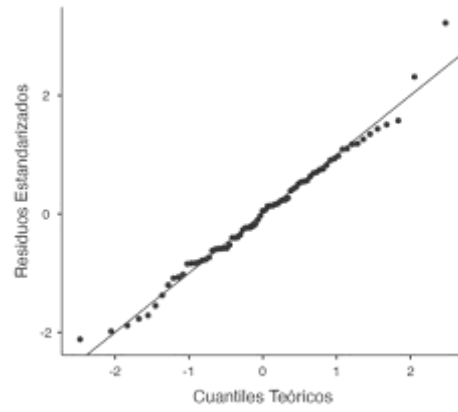


### 1. No colinealidad

Estadísticas de Colinealidad

	<b>VIF</b>	<b>Tolerancia</b>
R Ecuanimidad	2.03	0.492
R perseverancia	2.62	0.381
R confianza en sí mismo	3.08	0.325
R Satisfacción personal	1.77	0.565
R Sentirse bien solo	2.27	0.440

### 2. Linealidad



### 3. Independencia de los errores

Prueba Durbin-Watson de Autocorrelación

<b>Autocorrelación</b>	<b>Estadístico DW</b>	<b>p</b>
-0.103	2.20	0.386

# ANEXOS

## Anexo 1. Evidencia de sumisión



**Revista:** Interacciones

**Fecha de sumisión:** 16 de Octubre 2023

**Link:** <https://revistainteracciones.com/index.php/rin>

**ISSN:** 2411-5940

## Anexo 2

### ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

**EDAD:**

**GÉNERO:** (M) (F)

**GRADO:**

**INSTRUCCIONES:** A continuación, se te presentan unas frases que te permitirán pensar acerca de tu forma de ser. Deseo que contestes a cada una de estas frases con una X en la casilla de tu respuesta.

**1** = Totalmente en desacuerdo

**5** = Bastante de acuerdo

**2** = Muy en desacuerdo

**6** = Muy de acuerdo

**3** = Bastante en desacuerdo

**7** = Totalmente de acuerdo

**4** = Ni en desacuerdo, ni de acuerdo

ITEMS		1	2	3	4	5	6	7
1.	Cuando planeo algo lo realizo.							
2.	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.							
3.	Dependo más de mí mismo que de otras personas.							
4.	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.							
5.	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.							
6.	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.							
7.	Usualmente veo las cosas a largo plazo.							
8.	Soy amigo (a) de mí mismo.							
9.	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10.	Soy decidido (a).							
11.	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.							
12.	Tomo las cosas una por una.							
13.	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.							
14.	Tengo autodisciplina.							
15.	Me mantengo interesado en las cosas.							
16.	Por lo general, encuentro algo de qué reírme.							
17.	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.							
18.	En una emergencia, soy una persona en quien se puede confiar.							
19.	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.							
20.	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.							
21.	Mi vida tiene significado.							
22.	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.							
23.	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.							
24.	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.							
25.	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.							

### Anexo 3

#### ESCALA DE FELICIDAD DE LIMA (EFL)

**EDAD:**

**GÉNERO:** (M) (F)

**GRADO:**

**Instrucciones:** Más abajo encontrarás una serie de afirmaciones con las que puedes estar de acuerdo, en desacuerdo o en duda. Lee detenidamente cada afirmación y luego utiliza la escala para indicar tu grado de aceptación o de rechazo a cada una de las frases. Marca tu respuesta con una X. No hay respuesta correcta ni incorrecta.

**Escala:**

Totalmente de Acuerdo (TA)	5
Acuerdo (A)	4
Ni de acuerdo ni desacuerdo (?)	3
Desacuerdo (D)	2
Totalmente en Desacuerdo (TD)	1

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

25.	Mi vida transcurre plácidamente.					
26.	Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.					
27.	Creo que no me falta nada.					