

Articulo_Bony_Y_Dani.docx

 My Files My Files Universidad Peruana Union

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:458695513

Fecha de entrega

13 may 2025, 11:49 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

13 may 2025, 11:52 a.m. GMT-5

Nombre de archivo

Articulo_Bony_Y_Dani.docx

Tamaño de archivo

198.2 KB

31 Páginas

9065 Palabras

52.474 Caracteres

13% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Cited Text
- Small Matches (less than 8 words)

Top Sources

- 12%  Internet sources
- 3%  Publications
- 8%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

- 12% Internet sources
- 3% Publications
- 8% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	3%
2	Internet	docs.google.com	1%
3	Internet	hdl.handle.net	1%
4	Internet	pepsic.bvsalud.org	<1%
5	Internet	www.scielo.org.pe	<1%
6	Internet	idoc.pub	<1%
7	Internet	repositorio.upeu.edu.pe:8080	<1%
8	Internet	repositorio.upeu.edu.pe	<1%
9	Internet	www.coursehero.com	<1%
10	Internet	aprenderly.com	<1%
11	Submitted works	New Mexico State University on 2025-04-01	<1%

12	Internet	ojs.docentes20.com	<1%
13	Internet	pdffox.com	<1%
14	Submitted works	Universidad Anahuac México Sur on 2021-02-11	<1%
15	Submitted works	Universidad de Las Palmas de Gran Canaria on 2025-01-21	<1%
16	Internet	www.uv.mx	<1%
17	Publication	Joaquín Ungaretti, Edgardo Etchezahar. "Visiones del mundo, autoritarismo y do...	<1%
18	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2024-07-08	<1%
19	Submitted works	Universidad San Ignacio de Loyola on 2019-11-27	<1%
20	Internet	alejandria.poligran.edu.co	<1%
21	Internet	pesquisa.bvsalud.org	<1%
22	Submitted works	pontificiabolivariana on 2024-04-25	<1%
23	Internet	repositorio.upn.edu.pe	<1%
24	Internet	revistas.ujat.mx	<1%
25	Submitted works	University of Derby on 2021-03-04	<1%

26	Internet	repositorio.autonomadeica.edu.pe	<1%
27	Internet	ri.uaemex.mx	<1%
28	Internet	ru.dgb.unam.mx	<1%
29	Submitted works	utn on 2024-01-25	<1%
30	Internet	www.revistacneip.org	<1%
31	Internet	www.sciencegate.app	<1%
32	Submitted works	Pontificia Universidad Catolica del Peru on 2013-08-07	<1%
33	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2024-12-11	<1%
34	Submitted works	Universidad Europea de Madrid on 2023-11-15	<1%
35	Submitted works	Universidad San Francisco de Quito on 2021-10-26	<1%
36	Internet	cathi.uacj.mx	<1%
37	Internet	dspace.unach.edu.ec	<1%
38	Internet	ijournalse.org	<1%
39	Internet	repositorio.ucsg.edu.ec	<1%

40

Internet

repositorioacademico.upc.edu.pe

<1%

41

Submitted works

uaq on 2025-03-08

<1%

Impacto de la comunicación autopercebida y el manejo de conflictos en el bienestar psicológico de los jóvenes, Puno - Perú 2024.

Impact of self-perceived communication and conflict management on the psychological well-being of young people, Puno - Peru 2024

Autores

Bony Angelica Rodríguez Ruiz¹, Erick Dani Macedo Pineda², Isaac Alex Conde Rodríguez

Filiación

¹ Universidad Peruana Unión, Unidad de Posgrado de Psicología, Lima, Perú

ORCID

Bony Angelica Rodríguez Ruiz : <https://orcid.org/0000-0001-8025-0656>

Erick Dani Macedo Pineda : <https://orcid.org/0009-0004-4875-1839>

Isaac Alex Conde Rodríguez : <https://orcid.org/0000-0002-5683-8596>

Email

psicobonyrodriguez@gmail.com

erick.macedo@upeu.edu.pe

iconde@upeu.edu.pe

Correspondencia

Bony Angelica Rodríguez Ruiz

Universidad Peruana Unión, Escuela Profesional de Psicología, Trujillo, Perú

Email: psicobonyrodriguez@gmail.com

Phone: +51 940062199

Address: Jr. Salaverry 450, Trujillo, La Libertad, Postal Code: 02804, Perú

RESUMEN

INTRODUCCIÓN: El bienestar psicológico de los jóvenes está influenciado por factores como la comunicación autopercebida y el manejo de estilos de conflictos, los cuales pueden potenciar o limitar su desarrollo emocional y social.

OBJETIVO: Determinar la influencia de la comunicación autopercebida y el manejo de los estilos de conflictos en el bienestar psicológico y sus dimensiones.

MATERIALES Y MÉTODO: La investigación tuvo un diseño cuantitativo, no experimental, y alcance predictivo, contó con la participación de 263 jóvenes seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia.

RESULTADOS: La comunicación positiva influye significativamente en la Aceptación Control ($\beta = 0.257$, $f^2 = 0.065$), mientras que la comunicación negativa tiene un impacto adverso pero menor ($\beta = -0.128$, $f^2 = 0.015$). El estilo enfocado en los otros mostró una influencia leve y negativa en esta dimensión ($\beta = -0.088$, $f^2 = 0.007$). Estas variables explican el 11.1% de la variabilidad de la Aceptación Control ($R^2 = 0.111$). En cuanto a la Autonomía, la comunicación positiva tiene un efecto significativo pero limitado ($\beta = 0.175$, $R^2 = 0.031$). En los Vínculos, su impacto es notable ($\beta = 0.267$, $f^2 = 0.077$), al igual que en el Desarrollo de Proyectos ($\beta = 0.224$, $f^2 = 0.049$), mientras que el estilo enfocado en los otros tiene un efecto adverso, aunque modesto ($\beta = -0.179$, $f^2 = 0.030$).

CONCLUSIONES: Los resultados refuerzan la importancia de fomentar la comunicación positiva como un elemento clave para potenciar tanto el bienestar psicológico como sus dimensiones, mientras que la comunicación negativa y el estilo enfocado en los otros tienen un impacto más limitado.

Palabras clave: Comunicación autopercebida, estilos de conflictos, bienestar psicológico, jóvenes.

ABSTRACT

38 INTRODUCTION: The psychological well-being of young people is influenced by factors such as self-perceived communication and conflict management styles, which can enhance or limit 21 their emotional and social development.

OBJECTIVE: To determine the influence of self-perceived communication and conflict management styles on psychological well-being and its dimensions.

11 MATERIALS AND METHOD: The research had a quantitative, non-experimental design, and predictive approach, and included the participation of 263 young people selected through non-probabilistic convenience sampling.

RESULTS: Positive communication significantly influences Acceptance Control ($\beta = 0.257$, $f^2 = 0.065$), while negative communication has an adverse but smaller impact ($\beta = -0.128$, $f^2 = 0.015$). The other-focused style showed a slight and negative influence on this dimension ($\beta = -0.088$, $f^2 = 0.007$). These variables explain 11.1% of the variability of Acceptance Control ($R^2 = 0.111$). Regarding Autonomy, positive communication has a significant but limited effect ($\beta = 0.175$, $R^2 = 0.031$). In Bonds, its impact is notable ($\beta = 0.267$, $f^2 = 0.077$), as well as in Project Development ($\beta = 0.224$, $f^2 = 0.049$), while the other-focused style has an adverse, although modest, effect ($\beta = -0.179$, $f^2 = 0.030$).

3 CONCLUSIONS: The results reinforce the importance of promoting positive communication as a key element to enhance both psychological well-being and its dimensions, while negative communication and the other-focused style have a more limited impact.

Keywords: Self-perceived communication, positive, negative, acceptance, focused on others.

INTRODUCCIÓN:

El bienestar psicológico, no es una entidad aislada, sino el resultado de dinámicas relacionales y patrones comunicativos que interactúan en un sistema integral que hace referencia a la habilidad de las personas para percibir y valorar positivamente su vida, así como para lograr un equilibrio emocional y un crecimiento personal constante (Laurent, Kim & Capaldi, 2009) este concepto abarca varios aspectos importantes, como tener un propósito de vida claro, ser autónomo, mejorar las relaciones interpersonales y fomentar el desarrollo personal, además, está vinculado a una mayor resiliencia ante dificultades y a un mejor rendimiento tanto en el ámbito personal o en relaciones de pareja (Arslan, 2023). A nivel mundial se ha evidenciado escasas investigaciones con la temática y variables de estudio presentadas en la presente investigación. Sin embargo, en Irán, llevó a cabo un estudio para determinar la relación entre los estilos de resolución de conflictos, bienestar psicológico y estabilidad matrimonial, donde la adecuada resolución de conflictos y la variable de bienestar psicológicos si son influyentes para predecir su estabilidad matrimonial (Soudeh, et al., 2020). Del mismo modo en Israel, mediante una muestra de 100 parejas heterosexuales jóvenes, donde el resultado fue que la Inteligencia emocional desempeña un papel fundamental en la resolución de conflictos y por ende en la satisfacción en las relaciones de parejas (Zeidner & Kloda, 2013). Así mismo, una investigación en Perú llevada a cabo en la pandemia de COVID-19 dirigido a mujeres víctimas de violencia, presentando un nivel bajo de bienestar psicológico, material, psicológicos subjetivo y laboral (García, 2021). Igualmente, en la ciudad de Lima en una muestra peruana se evidenció la relación significativa entre los niveles del bienestar psicológico y las modalidades de resolución de conflicto (Zumaeta, 2019).

Por otro lado, vamos evidenciando que las variables de solución de conflictos y la comunicación han sido recurrentemente investigadas, como mencionaron Watzlawick (2021) todo comportamiento es comunicación e incluso cuando no hablamos estamos comunicando. La comunicación es un medio adecuado para que una persona se manifieste y, al mismo tiempo, reciba retroalimentación sobre sí misma, así como apoyo, aceptación y la confirmación de ser capaz de construir una relación íntima exitosa. (Cuervo, 2013) En las

relaciones de pareja, la comunicación se enriquece en comparación con otros tipos de relaciones, abarcando una amplia gama de acciones o señales que integran la comunicación interna de la pareja, constituyendo su propia simbología y dinámica (como la expresión de sentimientos e ideas, besos, bromas, silencios, etc. (Iglesias et al., 2019).

En Tennessee – EE. UU. se llevó a cabo una investigación asociando la angustia psicológica, apego y resolución de conflictos, obteniendo resultados donde las personas que experimentaban mayor ansiedad y evitación sentían una mayor angustia en la relación de pareja, además, las estrategias de resolución de conflictos desadaptativas median en parte las asociaciones (Petersen & Le, 2017). Otro estudio realizado por en la ciudad de Paraná- Argentina obtuvo un resultado de correlación significativa con respecto a las variables de patrones de comunicación y manejo del conflicto en relaciones de noviazgo de adultos, por otro lado se observó un dato interesante en el estudio puesto que existen diferencias estadísticamente significativas en las medidas de patrones de comunicación y manejo de conflictos según sexo, a favor del sexo masculino, estas diferencias se encuentran en las dimensiones de afecto, de auto-modificación y de acomodación (Sirtori, 2020).

En una investigación realizada en la ciudad de Bogotá en una población de mujeres, logrando una correlación positiva y altamente significativa en cuanto a las variables de regulación emocional y manejo de conflictos conyugales (Guiza, 2017). En Lima, Perú entre las variables estilos de negociación de conflicto y el bienestar psicológico en personas adultas que mantienen una relación sentimental, con una muestra de 274 adultas donde se obtuvo una correlación significativa en ambas variables y la mayor parte de las parejas utilizan casi siempre estilos inadecuados para la negociación de conflictos, el 18% de la población usa casi siempre un estilo adecuado en cuanto a la dimensión de colaboración, buscando una solución a los diferentes problemas que estos presenten. (Aldave, et al., 2018). El conflicto en la pareja se puede entender como la incompatibilidad en las metas o intereses entre sus miembros, y se manifiesta en la reciprocidad negativa en la comunicación del afecto (Sotelo, 2019). La resolución de conflictos implica que la pareja desarrolle ciertas habilidades sociales

básicas, como comunicación, empatía, asertividad y negociación, las cuales son esenciales para el éxito en la interacción (Baca, 2015).

De tal forma se evidencia que en el Perú se han realizado escasas investigaciones sobre estas variables a pesar que hay más incremento de jóvenes, en especial estudios sobre la comunicación autopercebida que es la acción que cada integrante percibe hacia el otro de forma verbal o no verbal llegando a desencadenar una escalada o como un efecto dominó en el cual ambos generando una interpretación, estas secuencias de interacción positivas o negativas entre las parejas se centran en entender los fenómenos de la comunicación (Ceberio, 2006).

Estas autopercepciones en muchos casos desencadenan conflictos que a la vez se van generando a través de una crisis en la pareja, donde se desestabiliza el equilibrio y de forma inherente se recurre a buscar soluciones ante un problema (Ceberio, 2018). Si la comunicación se percibe y es efectiva va a incrementar la comprensión, la confianza y solucionar el inconveniente, de lo contrario si se basa en una comunicación confusa el resultado es la frustración, inseguridad o conflicto (Tonatiuh et al., 2012). La forma en cómo cada uno de los individuos resuelven los conflictos va a influenciar en la estabilidad mental y bienestar psicológico de cada uno de ellos. Esta capacidad de solucionar los conflictos será útil en la vida personal y profesional a medida que crecen y se enfrentan a nuevos desafíos en el futuro (Ballesteros, Medina & Caycedo, 2006). Siendo la principal vía, la comunicación, logrando alcanzar un adecuado bienestar psicológico puesto que el conocimiento desde la perspectiva que cada uno tiene de sí mismos, lo consciente de su limitación y las actitudes positivas para poder sentirse bien es clave para el funcionamiento psicológico positivo (Keyes et al., 2002).

Por eso, entender los estilos de comunicación, se hace necesario para una relación de pareja saludable y un estado mental óptimo (Gómez, 2016). Es por esta razón que el objetivo de la presente investigación es determinar el impacto de la comunicación autopercebida y manejo de los estilos de conflictos en el bienestar psicológico de parejas en jóvenes universitarios. Aunado a ello, determinar la influencia de la comunicación autopercebida y manejo de los

estilos de conflictos en las dimensiones de aceptación/control, autonomía, vínculo y proyectos de parejas en jóvenes universitarios.

MATERIALES Y MÉTODOS:

Diseño

Este presenta una investigación cuantitativa (Rocha, 2015), con un diseño no experimental (Hernández, 2006), ya que no se manipularán las variables de estudio, simplemente se analizará el funcionamiento de las variables y posteriormente serán analizados (Cohen & Rojas, 2019), de tipo predictivo y corte transversal (Ato et al., 2013).

Participantes

La población estuvo compuesta por jóvenes universitarios de una universidad privada de la ciudad de Puno, la muestra se limitó a una población finita conformada por 263 participantes, de edades entre los 18 a 29 el tipo de muestreo empleado fue no probabilístico por conveniencia. (Otzen & Manterola, 2017). Se realizó la selección siguiendo criterios de inclusión tales como: sean mayores de edad, estén o hayan tenido una relación sentimental, sean estudiantes universitarios y que acepten participar de la investigación.

La tabla 1 describe las características de los participantes del estudio. La edad promedio es de 20.29 años con una desviación estándar de 3.94, lo que indica un rango etario joven. En cuanto al sexo, el 71.1% son mujeres y el 28.9% hombres. La distribución por ciclos académicos muestra mayor concentración en el primer ciclo (30.8%), con un decrecimiento en ciclos posteriores, siendo el décimo ciclo el menos representado (1.52%). Respecto a relaciones, el 46.01% de los participantes tienen una relación y el 53.99%, no.

Tabla 1

Datos sociodemográficos

Variable	f	%
Edad (M = 20.29; DE = 3.94)		
Sexo		
Femenino	187	71.1
Masculino	76	28.9
Ciclo		
1	81	30.80

2	44	16.73
3	23	88.75
4	22	8.37
5	42	15.97
6	36	13.69
8	11	4.18
10	4	1.52
Relación		
SI	121	46.01
NO	142	53.99

Fuente: Elaboración propia

Instrumentos

Comunicación autopercebida

Para valorar la variable comunicación autopercebida en la pareja, se utilizará la escala de comunicación autopercebida en la relación de Pareja (CARP) creada por Iglesias, et al. en España desarrollado con una muestra de adolescentes, jóvenes y adultos mayores (Iglesias et al., 2019). El instrumento es bidimensional (Comunicación positiva y comunicación negativa) y consta de 8 ítems (D1= 1 al 4 ítem, D2= 5 al 8 ítem) con la categoría de respuesta tipo Likert (1= Totalmente en desacuerdo, 2= En desacuerdo, 3= De acuerdo, 4= Totalmente de acuerdo). En cuanto a la validez del instrumento obtuvo indicadores adecuados del análisis factorial confirmatorio e invarianza según sexo, asimismo su fiabilidad fue adecuada ($\alpha = .79$ para Comunicación positiva y $\alpha = .73$ para comunicación negativa) (Iglesias, et al., 2019). Para su uso en el presente estudio se realizó la validación de contenido por juicio de expertos donde el instrumento obtuvo validación por 5 jueces expertos con un V de Aiken de 0.98.

Estilos de manejo de conflicto

Así mismo, se utilizó el cuestionario de estilos de conflictos (Conflictalk) de Luna (2020), en su versión constituida por 18 ítems, validado en la ciudad de México. Tiene un formato de respuesta tipo Likert con puntuaciones que se marcan desde: 1= nunca “dices cosas como las que dice la frase”, 2= a veces “dices cosas como las que dice la frase”, 3 = Algunas veces “dices cosas como las que dice la frase”, 4 = Frecuentemente “dices cosas como las que dice la frase” y 5 = Casi siempre “dices cosas como las que dice la frase”. Así también, el instrumento está compuesto por 3 factores: el estilo centrado en uno mismo - agresividad (6

ítems = 1-6), el estilo centrado en los otros - evitativo (6 ítems) y el estilo centrado en el problema - cooperativo (6 ítems). Cada ítem posee valor positivo o negativo (Luna, 2020). La validez del instrumento se llevó a cabo un análisis factorial exploratorio se alcanzó un KMO = 0.80 y en la prueba de esfericidad de Bartlett = $p < 0.001$ por otro lado, el instrumento obtuvo un índice de alfa de Cronbach de 0.77, así mismo. (Luna, 2020). Mientras que en cuanto a la validación se efectuó la validación por criterio de 5 jueces expertos donde se evidencia un V de Aiken de 0.97.

Bienestar psicológico

Finalmente, para la presente investigación, se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico en Iberoamérica de Martina & Castro, (2000) del país de Argentina fue adaptado y validado en Perú por Domínguez (2014) como Escala de Bienestar Psicológico, con una confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0.80. logrando que el instrumento sea confiable para ser aplicado en la población peruana, El objetivo de la prueba es evaluar la autopercepción subjetiva en relación con el bienestar psicológico, relacionado con la vida, satisfacción y lo logros vitales. Cuenta con 4 dimensiones los cuales son: aceptación-control, autonomía, vínculos, proyectos. Cuenta con 13 ítems los cuales hay 3 respuestas alternativas que son en desacuerdo, ni en acuerdo ni en desacuerdo, de acuerdo. La edad de aplicación es de 18 a más de forma individual.

Análisis de Datos

El análisis de datos para el Modelado de Ecuaciones Estructurales con Mínimos Cuadrados Parciales (PLS-SEM) se realizó utilizando la versión 4.2.3 del software R (R Core Team, 2022), con el paquete *SEMinR* (Fox, 2009), que es una técnica de modelado de ecuaciones estructurales (SEM) de segunda generación. Se consideró el análisis de la normalidad de los ítems, correlación de Pearson, análisis de fiabilidad (donde el Alpha de Cronbach (α), consistencia compuesta (ρ_C) y consistencia ajustada (ρ_A) deben estar entre 0.7 y 0.9 para una fiabilidad adecuada, mientras que la AVE debe ser ≥ 0.5 para validar la convergencia del constructo) y PLS-SEM (Hair et al., 2015; Hair Jr. et al., 2017; Ramayah et al., 2018).

Procedimientos

La investigación se realizó durante los meses de noviembre y diciembre de 2024. La recolección de datos se llevó a cabo de manera virtual mediante un cuestionario en línea a través de Google Forms. En la primera sección del formulario, se presentó el consentimiento informado, junto con la explicación del propósito del estudio y la aclaración de que la participación era voluntaria, anónima y con fines exclusivamente investigativos. Los participantes fueron invitados a responder la encuesta a través de la red social WhatsApp y en las aulas de la universidad. Asimismo, se expresó agradecimiento por el tiempo dedicado a completar el cuestionario.

Aspectos Éticos

El proyecto de investigación fue aprobado por el comité de ética de la escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión (2024-CE- EPG-00125). Para obtener la colaboración de los participantes primero se dio a conocer el consentimiento informado. Así mismo se respetó el principio de la confidencialidad debido a que no divulgaremos ningún dato personal. Los participantes fueron informados sobre el propósito de la investigación y dieron su consentimiento informado.

RESULTADOS:

En la Tabla 2 se observa que todas las variables de estudio presentan distribución normal (asimetría y curtosis dentro del rango ± 2) a excepción de Bienestar Psicológico, Proyectos y Estilo enfocado en los otros.

Tabla 2

Análisis de normalidad de las variables de estudio

Variable	Min	Max	M	DE	g1	g2
Bienestar Psicológico	13	39	33.69	5.55	-1.66	2.59
Aceptación Control	3	9	7.94	1.4	-1.51	1.96
Autonomía	3	9	7.17	1.58	-0.63	-0.41
Vínculos	3	9	7.82	1.57	-1.49	1.76
Proyectos	4	12	10.76	1.95	-1.73	2.43
Comunicación Positiva	4	16	12.42	2.47	-0.85	1.65
Comunicación Negativa	4	16	8.64	2.71	0.32	-0.15
Estilo enfocado hacia sí mismo	6	30	14.73	4.05	0.58	1.07
Estilo enfocado hacia el problema	6	30	14.02	3.79	0.55	1.53
Estilo enfocado en los otros	6	30	11.9	4.11	1.26	2.15

Nota: Min: Puntaje mínimo; Max: Puntaje máximo; M: Media; DE: Desviación estándar; g1: Asimetría; g2: Curtosis

En la tabla 3, se muestran las correlaciones, donde se identifican las correlaciones significativas de Comunicación Positiva con Aceptación Control ($r = .28^{**}$), Autonomía ($r = .16^{**}$), Vínculos ($r = .26^{**}$) y Proyectos ($r = .27^{**}$), asimismo Comunicación Negativa sólo presenta correlación significativa con Aceptación Control ($r = -.14^*$) y Estilo enfocado en los otros presenta correlaciones positivas con Aceptación Control ($r = -.12^*$) y Proyectos ($r = -.14^*$).

Tabla 3
Correlación entre las variables de Estudio

Variable	Aceptación Control	Autonomía	Vínculos	Proyectos
Comunicación Positiva	.28**	.16**	.26**	.27**
Comunicación Negativa	-.14*	-0.01	-0.06	-0.11
Estilo enfocado hacia si mismo	0.05	0.00	-0.04	0.00
Estilo enfocado hacia el problema	0.09	0.07	0.07	0.09
Estilo enfocado en los otros	-.12*	-0.04	-0.10	-.14*

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 4 se observan las medidas de fiabilidad de las variables de estudio, Para Aceptación Control, se muestran buenos resultados en todos los indicadores. El alfa de Cronbach es 0.724, lo que indica una fiabilidad aceptable, mientras que el rhoC alcanza 0.845, evidenciando una alta consistencia interna. El AVE es 0.646, superando el umbral mínimo lo que asegura una adecuada validez convergente. Por su parte, el rhoA de 0.74 refuerza la calidad de la escala. Para Autonomía presenta un alfa de Cronbach de 0.645, un valor moderado que sugiere variabilidad en la consistencia interna. Sin embargo, el rhoC de 0.803 y el AVE de 0.579 indican que la escala es suficientemente consistente y válida. El rhoA de 0.667 respalda estos hallazgos, aunque señala un margen de mejora en la fiabilidad. Para Vínculos el alfa de Cronbach es 0.799, mientras que el rhoC alcanza 0.881, ambos reflejando una alta consistencia interna. El AVE es 0.713, lo que denota una excelente validez convergente. Además, el rhoA de 0.819 confirma la robustez de los resultados. Respecto a

Proyectos también se destaca por su calidad. El alfa de Cronbach es 0.815, lo que indica alta fiabilidad interna. El rhoC de 0.878 refuerza la consistencia de los ítems, mientras que el AVE de 0.644 asegura una adecuada validez convergente. Con un rhoA de 0.825, esta escala demuestra ser una herramienta confiable y válida.

Al revisar los resultados de Comunicación Positiva el alfa de Cronbach es 0.864, lo que refleja una excelente fiabilidad interna. El rhoC es 0.907, confirmando la consistencia entre los ítems. El AVE alcanza 0.709, lo que demuestra una alta validez convergente. El rhoA de 0.878 refuerza esta evaluación. En relación a Comunicación Negativa también se muestra buenos resultados, el alfa de Cronbach es 0.772, y el rhoC alcanza 0.85, ambos valores indicando una buena fiabilidad interna. El AVE de 0.595 es aceptable, aunque cercano al límite mínimo de 0.5. El rhoA de 0.836 indica que esta dimensión sigue siendo adecuada para medir el constructo.

En el caso de Estilo Enfocado en los Otros el alfa de Cronbach es 0.764 y el rhoC es 0.794, valores que indican una fiabilidad moderada. Sin embargo, el AVE de 0.46 está por debajo del umbral aceptable, lo que sugiere problemas en la validez convergente de esta escala. El rhoA de 0.714 es consistente con los demás indicadores, pero refuerza la necesidad de revisar los ítems para mejorar la calidad de esta medición.

Tabla 4

Fiabilidad de las variables de estudio

Variable	Alpha de Cronbach	Consistencia Compuesta (rhoC)	AVE	Consistencia Ajustada (rhoA)
Aceptación Control	0.724	0.845	0.646	0.74
Autonomía	0.645	0.803	0.579	0.667
Vínculos	0.799	0.881	0.713	0.819
Proyectos	0.815	0.878	0.644	0.825
Comunicación Positiva	0.864	0.907	0.709	0.878
Comunicación Negativa	0.772	0.85	0.595	0.836
Estilo enfocado en los otros	0.764	0.794	0.46	0.714

Fuente: Elaboración propia

La tabla 5 presenta las relaciones entre diversas variables del modelo a través de coeficientes de regresión (β), el coeficiente de determinación (R^2), y el tamaño del efecto (f^2).

26 La Comunicación Positiva tiene una influencia positiva significativa sobre la Aceptación Control, con un coeficiente de regresión positivo ($\beta = 0.257$) que indica que mayores niveles de comunicación positiva aumentan los niveles de aceptación control., y su tamaño de efecto es moderado ($f^2=0.065$), lo que la convierte en un factor relevante en el modelo. La Comunicación Negativa muestra una influencia negativa con la Aceptación Control ($\beta = -0.128$), indicando que niveles más altos de comunicación negativa reducen los niveles de aceptación control. Sin embargo, su tamaño de efecto es bajo ($f^2 = 0.015$), lo que señala que su impacto es menor en comparación con la comunicación positiva. El Estilo Enfocado en los Otros tiene un impacto leve y negativo en la Aceptación Control ($\beta=-0.088$), con un tamaño de efecto muy bajo ($f^2 = 0.007$). Esto sugiere que esta variable tiene una relevancia mínima en la explicación de la Aceptación Control dentro del modelo. Estas variables explican el 11.1% de la variabilidad ($R^2 = 0.111$) de Aceptación Control.

La Comunicación Positiva también influye positivamente en la Autonomía ($\beta = 0.175$), aunque su variabilidad explicada es baja ($R^2 = 0.031$) y el tamaño del efecto es pequeño ($f^2 = 0.032$). Esto indica que, aunque significativa, su contribución a la Autonomía es limitada.

20 La influencia de la Comunicación Positiva en los Vínculos es una de las más fuertes del modelo ($\beta=0.267$). Una mejor comunicación positiva se asocia con vínculos más sólidos. La variabilidad explicada es moderada ($R^2 = 0.071$), y el tamaño del efecto es relevante ($f^2=0.077$), destacando la importancia de esta variable en la construcción de relaciones.

La Comunicación Positiva tiene un impacto positivo significativo en el desarrollo de Proyectos ($\beta = 0.224$), el tamaño del efecto ($f^2 = 0.049$) es moderado, reforzando su papel como un predictor importante en esta dimensión. Asimismo, el Estilo Enfocado en los Otros muestra una relación negativa con el desarrollo de Proyectos ($\beta=-0.179$), con un tamaño del efecto bajo ($f^2 = 0.030$). Esto indica que este estilo tiene un impacto pequeño, pero adverso, en esta dimensión. En conjunto estas variables explican el 10.5% de la variabilidad ($R^2 = 0.105$)

Tabla 5

Regresiones del modelo

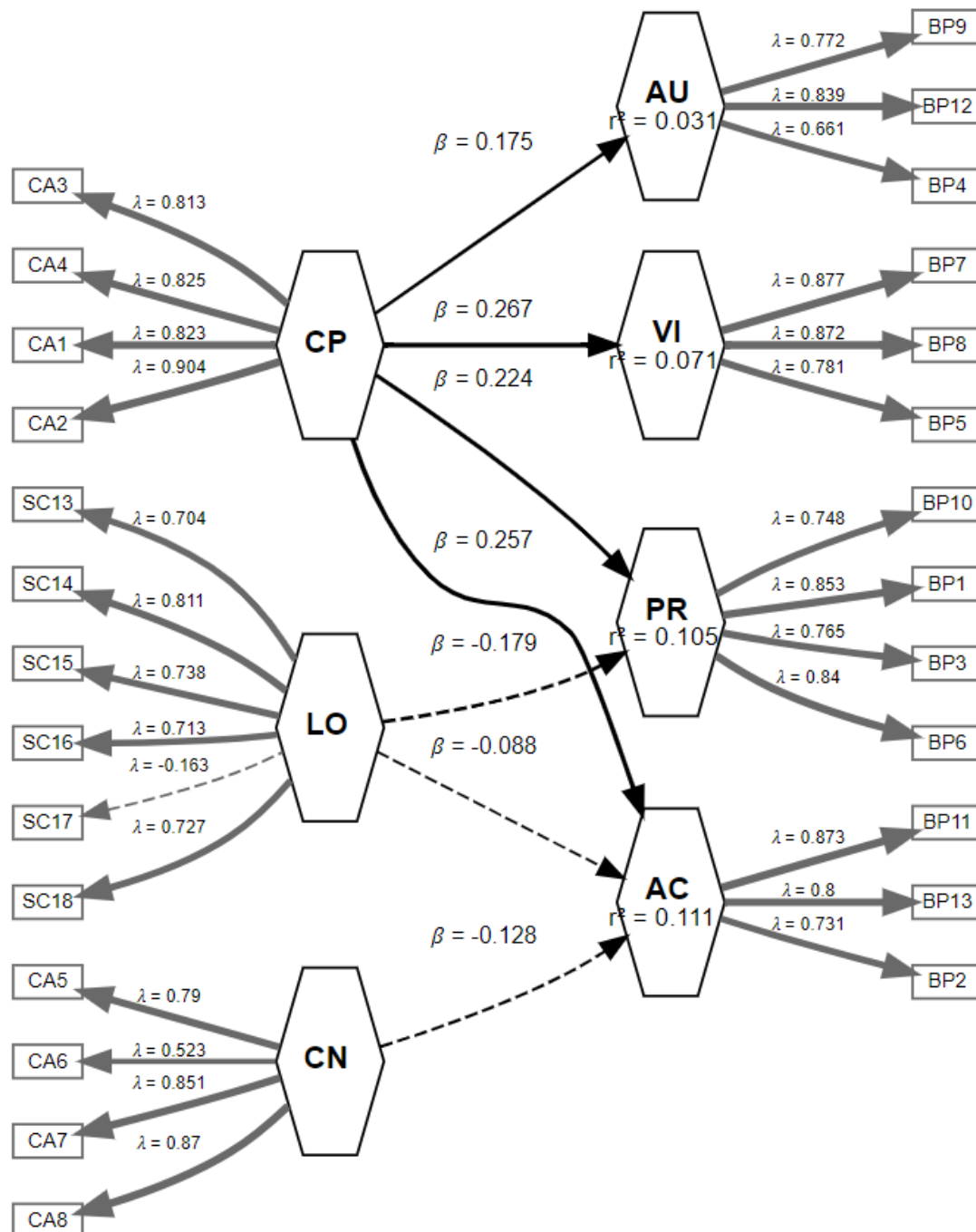
Regresión	β	R^2	f^2
Comunicación Positiva → Aceptación Control	0.257	0.111	.065

Comunicación Negativa → Aceptación Control	-0.128		.015
Estilo enfocado en los otros → Aceptación Control	-0.088		.007
Comunicación Positiva → Autonomía	0.175	0.031	.032
Comunicación Positiva → Vínculos	0.267	0.071	.077
Comunicación Positiva → Proyectos	0.224	0.105	.049
Estilo enfocado en los otros → Proyectos	-0.179		.030

Fuente: Elaboración propia

Figura 1

Modelo de influencia con PLS-SEM



DISCUSIÓN

Este estudio no solo aborda la compleja relación entre los procesos de comunicación autopercebida, la solución de conflictos y su impacto en el bienestar psicológico y sus diferentes dimensiones en jóvenes universitarios, una etapa crítica del desarrollo humano, sino también cómo estos se articulan en un contexto relacional de pareja, además, permite analizar las variables como piezas fundamentales de un sistema dinámico que contribuye al desarrollo psicológico integral en una etapa de transición hacia la adultez.

De acuerdo a los resultados, la Comunicación Positiva tiene una influencia positiva significativa sobre la Aceptación Control, con un coeficiente de regresión positivo ($\beta = 0.257$) indicando que a mayores niveles de comunicación positiva aumentan los niveles de aceptación control, para poder entender y aceptarse así mismo, el ser humano necesita que otro lo pueda comprender puesto que estamos en constante comunicación siendo incapaces no dejar de hacerlo, por ende, la comunicación implica un compromiso definiendo un medio relacional expresando conductas. (Watzlawick, 2021) en relación con otros estudios encontramos en Israel, realizó una investigación en jóvenes, donde el resultado fue que la Inteligencia emocional desempeña un papel fundamental en la resolución de conflictos y por ende en la satisfacción en las relaciones de parejas (Zeinder & Kloda, 2013). Se halló que el manejo de los conflictos del individuo influye significativamente frente a los problemas de pareja y en tipos de violencia sutiles, sin embargo, mientras haya una adecuada comunicación y reflexión de sí mismo disminuye significativamente la violencia relacional, así mismo también se halló que la expresión de afecto contribuye aminorar las amenazas. (Pérez, y Sánchez & Checa, 2023) Por último, Eisenkopf (2018), halló que hay una fuerte y persistente impacto de la comunicación en las personas especialmente al momento de resolver los conflictos, sin embargo, la habilidad para solucionar conflictos es menos exitosa si la intensidad del conflicto a largo plazo es de un nivel alto así también gran número de las partes no realizan grandes esfuerzos para resolver los conflictos aún atengan oportunidad de hacerlo. En esa misma línea para ejercer una comunicación efectiva, se necesita de relacionarse, conocer a estas mismas personas, usar un lenguaje corporal adecuado para

discernir falsas interpretaciones evitando expresiones irrespetuosas, prestar atención al tono de voz y escuchar activamente. (Purwanto, et al., 2023) Estas investigaciones nos demuestran que ejercer una comunicación positiva dentro de una relación de pareja puede generar más sentido de autoconciencia creando un control sobre diversas situaciones y el grado de visión de aceptación que tenemos sobre nosotros mismos y de nuestra pareja. (Quilla, 2018)

La Comunicación Negativa muestra una influencia negativa con la Aceptación Control ($\beta = -0.128$), indicando que niveles más altos de comunicación negativa reducen los niveles de aceptación control; el lado opuesto de una comunicación positiva se puede alcanzar dentro del juego relacional una comunicación negativa con posibilidades llegando a interpretar malos entendidos entre dos individuos desencadenando patrones relacionales que pueden perpetuar los conflictos y tener un escaso control sobre ellos amplificando mutuamente y generando más dinámicas de conflicto, (Linares & López, 2002). Los hallazgos indicaron una correlación positiva significativa entre la comunicación agresiva y la ansiedad ($r = 0.32$, $p < 0.001$), así como entre la comunicación agresiva y la evitación ($r = 0.21$, $p < 0.05$) indicando dificultades para establecer vínculos. (Veintemilla & Valencia, 2024). Otro estudio que avala este resultado revelando que los niveles más altos de conflicto de las parejas se asociaron a una urgencia negativa que se refiere a un comportamiento impulsivo frente a los conflictos y poca evaluación de las situaciones sin distinción en los géneros, el conflicto de comunicación estuvo relacionado con la urgencia negativa que con la evaluación cognitiva o una reevaluación emocional. (Poole et al., 2025) el último estudio que coincide con los resultados, se halló que mientras experimenten un comportamiento negativo, en base a una comunicación negativa, despectiva a su pareja, estos no predijeron intentos de reconciliación de la pareja por el contrario cuando se ponía en práctica el conflicto positivo diario, es decir, practicar una escucha activa atenta, aumentaron más niveles de reconciliación y estabilidad de la pareja, es por ello que mantener prácticas y estrategias para los conflictos apoyaran los esfuerzos de conciliación y mantenimiento saludable de la pareja. (Wilder, Prager & Garapati, 2024). Estos estudios sugirieron que niveles elevados de comunicación negativa disminuye

la capacidad de las personas para gestionar, controlar y aceptar situaciones desafiantes que afrontan los jóvenes en pareja (Sánchez & Díaz, 2003).

3 El Estilo de conflicto enfocado en los Otros tiene un impacto leve y negativo en la Aceptación Control ($\beta = -0.088$), con un tamaño de efecto muy bajo ($f^2 = 0.007$). Esto sugiere que esta variable tiene una relevancia mínima en la explicación de la Aceptación Control lo que significa que evitar el conflicto de pareja es escasa en cuanto a controlar las situaciones y por ende lograr un adecuado bienestar psicológico, el siguiente estudio avala estos resultados, se evaluaron por separado de acuerdo al género sin embargo, fue el mismo patrón para cada sexo, se halló que los grupos de bajo conflicto, baja evitación del conflicto, obtuvieron puntuaciones inferiores en la medida de angustia a diferencia sobre la resolución de conflictos alcanzaron puntuaciones significativamente inferiores a la angustia, por lo tanto trabajar en las habilidades para la afrontar los conflictos tiene mejores resultados que evitarlos. (Bruce, et al., 2022). Igualmente, en la siguiente investigación se halló que los niveles más altos de compromiso y manejo de conflictos en la relación predijeron bajos síntomas para ambos miembros de la pareja a diferencia de un mayor retraimiento y evitación de las mujeres produjo niveles más altos en cuanto a su salud mental incluso llegando a la depresión por ende influía en la satisfacción de la pareja. (Laurent, Kim & Capaldi., 2009), Por último, se encontró que las personas que se comportaban de manera evitativa ante los conflictos de pareja presentaban una baja autoestima, un mayor agotamiento mental en los días que se sentían que su pareja los rechazaba más a comparación de una persona que tenía habilidades para resolver conflictos aparentaban tener niveles más altos de autoestima y por ende no se sentían agotamiento mental si percibían rechazo de su pareja. (Peterson, et al., 2019). En este sentido, evitar los conflictos de pareja parece limitar la habilidad para controlar diferentes situaciones de una manera efectiva, lo cual va a dificultar la promoción de un bienestar psicológico adecuado en la relación.

La Comunicación Positiva también influye positivamente en la Autonomía ($\beta = 0.175$), aunque su variabilidad explicada es baja y limitada, Bell (1961) explica que la comunicación es efectiva y positiva dentro de un sistema relacional (ya sea familiar o de pareja) teniendo un

impacto directo en la capacidad de las personas para ser autónomas y alcanzar sus metas personales mediante las validaciones de emocionales, pensamientos y necesidades del otro. Un nivel alto de autonomía cognitiva conduce a un estilo de comunicación en la pareja, por lo tanto, un bajo nivel de autonomía del individuo va a determinar la infelicidad en la pareja, así mismo, un nivel de autonomía conductual precario conduce a un estilo de comunicación no asertivo. (Florica, et al., 2023).

Cuando alguien usa estrategias de apoyo a la autonomía, su pareja comparte más información y de forma más personal. (Kil, et al., 2022). Otra investigación que obtiene resultados similares, encontrando que las mujeres jóvenes que tienen mayor autonomía cognitiva y cuando su pareja poya esa autonomía mediante una comunicación abierta en lugar de involucrarse en comportamientos coercitivos. habrá un mejor complemento con su pareja, tanto en un aspecto relación como sexual. (Zimmer, 2013).

Se ha logrado identificar que la influencia de la Comunicación Positiva en los Vínculos es una de las más fuertes del modelo ($\beta=0.267$). Una mejor comunicación positiva se asocia con vínculos más sólidos, que los problemas no se encuentra en las personas sino en la forma que se interactúa, cayendo en vínculos viciosos de comunicación, autoperpetuando que los individuos puedan relacionarse es por ello por lo que la forma en como comunican su mensaje reforzará o no el problema y condicionan la manera de interpretar el comportamiento del otro (Laca & Mejía, 2017). Los resultados positivos a favor de la comunicación siendo así, que mientras el individuo se comunica de forma positiva y además perciben que su pareja también lo hace, es decir que no se comunica de una forma negativa se encontró mayor satisfacción en la relación de pareja (Armenta & Diaz, 2008). Las declaraciones verbales como “yo y tú” ante un problema se percibe como una efectiva forma de resolver los conflictos y mantener una relación saludable, por el contrario las declaraciones verbales agresivas tenían menos probabilidades para resolver los conflictos y mantener una adecuada relación, el estudio examino las declaraciones verbales en relación a los estilos de comunicación y gestión de conflictos. (Winer et al., 2024) Estos estudios nos demuestran que practicar una apropiada comunicación positiva define a los individuos que transiten a sus parejas pensamientos,

sentimientos, demostraciones afecto, amables, cooperativas, comprensivas y buscan re comunicar con respeto, sino que todo ello va a impactar en el bienestar psicológico y asegurando la estabilidad de la dinámica relacional. (Pérez, Sánchez & Checa, 2023).

37 La Comunicación Positiva tiene un impacto positivo significativo en el desarrollo de Proyectos es moderado, reforzando su papel como un predictor importante en esta dimensión. Esto indica que este estilo tiene un impacto pequeño, pero adverso, en esta dimensión. En conjunto estas variables explican el 10.5% de la variabilidad ($R^2 = 0.105$). Las diferencias asociadas a la edad podrían relacionarse con cambios significativos en las tendencias motivacionales a lo largo del ciclo vital, y las diferencias en función del género podrían explicarse por orientaciones axiológicas distintas entre hombres y mujeres. (García, 2013). En esa misma línea se llegó a la conclusión que ejercer una comunicación efectiva es esencial para la vida de los individuos, perfeccionar las competencias comunicativas permitirá alcanzar mejor habilidades sociales, cumplimiento de metas y proyectos, hablar en público y colaborar eficientemente en equipos, fortaleciendo sus relaciones, para lograr lo mencionado el autor comenta que se debe implementar estrategias como un lenguaje corporal adecuado, evitar expresiones irrespetuosas, mantener una actitud positiva, manejar un lenguaje no ofensivo, ampliando no solo un desarrollo personal sino aumentar las posibilidades en un ámbito profesional y mantener relaciones solidas (Prisniakova, et al., 2024) El bienestar psicológico se vincula profundamente con la capacidad de autoexpresión y al desarrollo personal, experimentando vivencias significativas que otorgan y dan sentido propio a las actividades, permitiendo a la persona percibir su vida como plena, significativa y alineada a sus valores y metas (Paiva & Seminario, 2020).

1 Por otro lado, el Estilo Enfocado en los Otros muestra una relación negativa con el desarrollo de Proyectos ($\beta = -0.179$), con un tamaño del efecto bajo ($f^2 = 0.030$). Lo que significa que el evadir los conflictos mantiene un efecto ligeramente bajo en cuanto al crecimiento personal o desarrollo y cumplimiento de proyectos. Estos hallazgos refuerzan la idea en las dentro de las relaciones de parejas cuando ambas partes no están de acuerdo tienen ideas y comportamientos diferentes, mientras tengan mayor compromiso para llegar a un acuerdo se

32

llegará a busca satisfacer intereses propios y de la otra persona. (Torres & Ojeda, 2009). El manejo de conflictos se debe trabajar de la mano con profesionales capacitados, de manera que se pueda medir el grado de afección, dialogar, planear las estrategias adecuadas y de esta manera hacer frente al problema.

RECOMENDACIONES:

Es conveniente seguir investigando la relación de estas variables de estudio puesto que la inclusión exclusivamente es de estudiantes universitarios, y de una región geográfica concreta, compromete la generalización de los resultados. Se motiva a seguir investigando en un ámbito nacional, puesto que los antecedentes son escasos y muchos de los estudios plasmados en esta investigación fueron citados internacionalmente. Además, el estudio solo se centró en un cierto rango de edad, por lo que el rango de edades no ha permitido analizar las diferencias de nuestros participantes con un grupo de edades más avanzadas y ofrecer, en consecuencia, una discusión más rica sobre las diferencias en bienestar psicológico en distintas etapas del ciclo evolutivo.

Se propone que en las horas de tutoría de las universidades se desarrollen temas de importancia entorno a la promoción de adecuadas relaciones interpersonales, con talleres de manejo de emociones y conflictos habilidades sociales, y comunicación, así la práctica generaría una toma de conciencia. Implementar herramientas de evaluación continua para medir el impacto de las mejoras en la comunicación positiva y el rediseño de estrategias enfocadas en los otros sobre las dimensiones estudiadas. Implementar estrategias para promover la comunicación positiva, como programas de formación en habilidades comunicativas y dinámicas grupales, dada su influencia significativa en múltiples dimensiones, especialmente en vínculos y aceptación control.

LIMITACIONES:

Una de las principales limitaciones de este estudio fue la disposición limitada de la población para participar en la investigación, lo que restringió el tamaño de la muestra y pudo haber

afectado la representatividad de los resultados. Este factor podría estar relacionado con la sensibilidad de las temáticas abordadas, como las dinámicas de comunicación y el bienestar psicológico, lo que dificultó una mayor apertura por parte de los participantes. Asimismo, el estudio se llevó a cabo únicamente en un contexto universitario y en una región geográfica específica, lo que limita la generalización de los hallazgos a otras poblaciones y contextos socioculturales. Estas restricciones subrayan la necesidad de estrategias futuras para promover una mayor participación y ampliar el alcance geográfico y demográfico de investigaciones similares.

CONCLUSIONES:

Se concluye que la comunicación autopercebida positiva es un factor importante en el bienestar psicológico en los jóvenes, con una representación de influencia significativa en varias dimensiones, destacando especialmente y siendo un rol predictor muy importante dentro de este estudio en relación con la dimensión de aceptación control ($\beta = 0.257$) y los vínculos ($\beta = 0.267$), continuando con las dimensiones de autonomía ($\beta = 0.175$, $f^2 = 0.032$), y el desarrollo de Proyectos ($\beta = 0.224$, $f^2 = 0.049$) reafirmando su papel como un predictor clave para el éxito en esta dimensión con tamaños de efecto moderados. Por otro lado, aunque la comunicación autopercebida negativa tiene un impacto adverso en la aceptación control ($\beta = -0.128$), su tamaño de efecto es bajo ($f^2 = 0.015$), indicando que, aunque significativo, su contribución al modelo es marginal en comparación con la comunicación positiva.

Referencias

- Aldave Sánchez, Angela Jimena Vega Vega & William Ronald. (2018). *Estilos de negociación de conflicto y bienestar psicológico en personas adultas que mantienen una relación sentimental en Ñaña*. Universidad Peruana Unión.
- Armenta Hurtarte, C., & Díaz-Loving, R. (2008). Comunicación y satisfacción: Analizando la interacción de pareja. *Psicología Iberoamericana*, 16(1), 23–27. <https://doi.org/10.48102/pi.v16i1.294>
- Arslan, G. (2023). Psychological well-being and mental health in Youth: Technical adequacy of the Comprehensive Inventory of Thriving. *Children (Basel, Switzerland)*, 10(7). <https://doi.org/10.3390/children10071269>
- Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3). <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Baca, G. J. R. (2015). Manejo de conflicto, satisfacción marital y riesgo de violencia en la pareja en madres de familia. *Tzhoeoen*, 7(1). <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/tzh/article/view/182>
- Ballesteros, B., Medina, A., & Caycedo, C. (2006). El bienestar psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá, Colombia. *Universitas Psychologica*, 5, 239–258. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/up/v5n2/v5n2a04.pdf>
- Bell, J. E. (1961). *Family group therapy: A method for the psychological treatment of older children, adolescents, and their parents*. U. S. Department of Health, Education, and Welfare, Public Health Service.
- Bruce, M. J., Chang, A., Evans, L., Streb, M., Dehon, J., & Handal, P. J. (2024). Relationship of conflict, conflict avoidance, and conflict resolution to psychological adjustment. *Psychological Reports*, 127(5), 2324–2333. <https://doi.org/10.1177/00332941221146708>
- Ceberio, M. (2006). La buena comunicación Las posibilidades de la interacción Humana. PAIDOS.
- Ceberio, M. R. (2018). *Los juegos del mal amor: El amor: la comunicación y las interacciones que destruyen parejas*. Ediciones B.
- Ceberio, Marcelo. (1999). *Nudos: el malestar en las relaciones*. Paidos.
- Cohen, N., & Rojas, G. G. (2019). *Metodología de la investigación, ¿para qué? / la producción de los datos y los diseños*. Teseo.
- Cuervo Rodriguez, J. J. (2013). Parejas viables que perduran en el tiempo. *Diversitas*, 9(2), 257. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2013.0002.02>
- Dominguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8(1), 23-31. Recuperado de: <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/1211/1003>
- Eisenkopf, G. (2018). The long-run effects of communication as a conflict resolution mechanism. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 154, 121–136. <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2018.08.002>
- Florica, C. M., LuminiÈa, S. M., & (Damian)Gabriela, V. (2023). The influence of mental hygiene on communication styles in couples. *BlackSea Journal of Psychology*, 14(3), 95–108. <https://ideas.repec.org/a/tec/bseaps/v14y2023i3p95-108.html>
- Fox J. (2009). Aspects of the social organization and trajectory of the R project. *RELC Journal*, 1(2), 5. <https://doi.org/10.32614/rj-2009-014>

- García Orbe, A. P. (2021). *Programa de efectividad personal y bienestar psicológico en mujeres víctimas de violencia de pareja en contexto de pandemia COVID-19, Satélite 2020*. Universidad César Vallejo .
- García-Alandete, J. (2013). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *Salud y Sociedad*, 4(1), 48–58. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-74752013000100004
- Gómez, F. S. J. (2016). La Comunicación. *Salus*, 20(3), 5–6. https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-71382016000300002
- Guiza Gamboa, M. (2017). *Regulación emocional y manejo de conflictos conyugales en mujeres de la Iglesia Adventista de la Unión Colombiana del Sur, 2017*. Universidad Peruana Unión.
- Hair J., Hult T., Ringle C., Marko S. (2015). A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM). *International Journal of Research and Method in Education*, 38(2), 1. <https://doi.org/10.1080/1743727x.2015.1005806>
- Hair Jr., J. F., Matthews L. M., Matthews R. L., Sarstedt M. (2017). PLS-SEM or CB-SEM: Updated guidelines on which method to use. *International Journal of Multivariate Data Analysis*, 1(2), 1. <https://doi.org/10.1504/ijmda.2017.10008574>
- Hernandez Sampieri, R. (2006). *Metodología de La Investigación*. McGraw-Hill Companies.
- Iglesias-García, M.-T., Urbano-Contreras, A., & Martínez-González, R.-A. (2019). Escala de Comunicación autopercebida en la relación de pareja (CARP). *Anales de psicología*, 35(2), 314–322. <https://doi.org/10.6018/analesps.35.2.334451>
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007–1022.
- Kil, H., Allen, M.-P., Taing, J., & Mageau, G. A. (2022). Autonomy support in disclosure and privacy maintenance regulation within romantic relationships. *Personal Relationships*, 29(2), 305–331. <https://doi.org/10.1111/pere.12419>
- Laca Arocena, F. A., & Mejía Ceballos, J. C. (2017). DEPENDENCIA EMOCIONAL, CONSCIENCIA DEL PRESENTE Y ESTILOS DE COMUNICACIÓN EN SITUACIONES DE CONFLICTO CON LA PAREJA. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 66–75. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29251161006>
- Laurent, H. K., Kim, H. K., & Capaldi, D. M. (2009). Longitudinal effects of conflict behaviors on depressive symptoms in young couples. *Journal of Family Psychology: JFP: Journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 23(4), 596–605. <https://doi.org/10.1037/a0015893>
- Linares, J. L., & López, C. C. (2002). *SOBRE VIVIR A LA PAREJA: PROBLEMAS Y SOLUCIONES* (1ª).
- Luna Bernal, A. C. A. (2020). Propuesta de un instrumento para evaluar estilos agresivos y asertivos de manejo de conflictos interpersonales. *Sincronía*, 78, 3–39. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=513864246001>
- Martina Casullo, M., & Castro Solano, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de psicología*, 18(1), 35–68. <https://doi.org/10.18800/psico.200001.002>
- Otzen, Tamara, & Manterola, Carlos. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>

- Paiva Saavedra, Wilson Enrique & Seminario Vásquez, Jorge Gabriel. (2020). *Bienestar psicológico en víctimas de violencia conyugal: Una revisión sistemática de la literatura científica en los últimos 15 años*. Universidad César Vallejo .
- Pérez-Dueñas, C., Sánchez-Moral, J., & Checa, P. (2023). Influencia del manejo de conflictos y la regulación emocional en la violencia cometida en la pareja. *Psychology Society & Education*, 15(1), 20–29. <https://doi.org/10.21071/psyse.v15i1.14570>
- Petersen, J., & Le, B. (2017). Psychological distress, attachment, and conflict resolution in romantic relationships. *Modern Psychological Studies*, 23(1), 3. <https://scholar.utc.edu/mps/vol23/iss1/3/>
- Peterson, J. L., DeHart, T., Bellows, A., Giguere, B., & Sherman, J. (2019). Partner self-esteem and interpersonal risk: Rejection from a low self-esteem partner constrains connection and increases depletion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 80, 17–30. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2018.09.006>
- Poole, E. J., Broos, H. C., Timpano, K. R., & Doss, B. D. (2025). The interplay of negative urgency and cognitive reappraisal in couples' communication conflict. *Journal of Marital and Family Therapy*, 51(1). <https://doi.org/10.1111/jmft.12742>
- Por qué la salud mental debe ser una prioridad al adoptar medidas relacionadas con el cambio climático.* (s/f). Who.int. Recuperado el 24 de febrero de 2025, de <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change>
- Prisniakova, L., Aharkov, O., Samoilov, O., Nesprava, M., & Varakuta, M. (2024). Psychology of self-development:: Strategies and factors of effective personal growth. *Cadernos de Educação Tecnologia e Sociedade*, 16(se2), 109–118. <https://doi.org/10.14571/brajets.v16.nse2.109-118>
- Purwanto, E., Shahreza, M., Oktarina, S., El Yana, K., & Rahmah, A. (2023). Developing life skills through effective communication. *International Journal of Progressive Sciences and Technologies*, 39(1), 467. <https://doi.org/10.52155/ijpsat.v39.1.5412>
- Quilla-Varga, R. (2018). Estilos de negociación de conflicto y satisfacción sexual en parejas adventistas de Lima Metropolitana. *Revista científica de ciencias de la salud*, 6(1). <https://doi.org/10.17162/rccs.v6i1.999>
- Ramayah T., Cheah J., Chuah F., Ting H., Memon M. A. (2018). PLS-SEM using SmartPLS 3.0: Chapter 8: Assessment of formative measurement models. In *Partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM) using SmartPLS 3.0: An updated and practical guide to statistical analysis*. Available at: https://www.researchgate.net/publication/341249789_PLS-SEM_using_SmartPLS_30_Chapter_8_Assessment_of_Formative_Measurement_Models
- R Core Team. (2022). *R: A Language and Environment for Statistical Computing* (4.2.3). R Foundation for Statistical Computing.
- Rocha, C. M. (2015). *Metodología de la investigación*. Oxford University Press México.
- Sánchez Aragón, R., & Díaz Loving, R. (2003). Patrones y estilos de comunicación de la pareja: Diseño de un inventario. *Anales de psicología*, 19(2), 257–277. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16719208>
- Sirtori, J. (2020). *Patrones de comunicación y manejo del conflicto en relaciones de noviazgo de adultos emergentes de la ciudad de Paraná*. Pontificia Universidad Católica Argentina .

- Sotelo, M. (2019). Relación entre el tiempo de unión de la pareja, intimidad sexual y estilos de resolución de conflicto. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(2), 276–286. <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/31>
- Soudeh Noroozi, S. R. & P. V. (2020). The Relationship between Conflict Resolution Styles, Psychological Well-Being and Marriage Stability: Providing a causal model. *Quarterly Journal of Woman & Society*, 11(42), 81–104..
- Tonatiuh, B., Orozco, V., Aragón, S. R., Loving, R. D., & Reyes-Lagunes, I. (2012). La Comunicación en Pareja: Desarrollo y Validación de Escalas. *Acta de investigacion psicologica*, 2(2), 728–748. <https://doi.org/10.22201/FPSI.20074719E.2012.2.185>
- Torres González, T., & Ojeda García, A. (2009). El compromiso y la estabilidad en la pareja: Definición y dimensiones dentro de la población mexicana. *Psicología Iberoamericana*, 17(1), 38–47. <https://doi.org/10.48102/pi.v17i1.275>
- Veintimilla, X., & Valencia, C. (2024). Patrones de comunicación y experiencia de pareja en jóvenes universitarios. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 6(4), 234–246. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i4.1150>
- Watzlawick, P. (2021). *Teoría de la comunicación humana: Interacciones, patologías y paradojas*. Herder & Herder.
- Wilder, S., Prager, K. J., & Garapati, S. (2024). But I said I'm sorry: Helpfulness of romantic couples' efforts to reconcile after conflict. *Personal Relationships*, 31(3), 836–854. <https://doi.org/10.1111/pere.12565>
- Winer, S., Ramos Salazar, L., Anderson, A. M., & Busch, M. (2024). Resolving conflict in interpersonal relationships using passive, aggressive, and assertive verbal statements. *International Journal of Conflict Management*, 35(2), 334–359. <https://doi.org/10.1108/ijcma-03-2023-0048>
- Zeidner, M., & Kloda, I. (2013). Emotional intelligence (EI), conflict resolution patterns, and relationship satisfaction: Actor and partner effects revisited. *Personality and Individual Differences*, 54(2), 278–283. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.09.013>
- Zimmer-Gembeck, M. J. (2013). Young females' sexual self-efficacy: associations with personal autonomy and the couple relationship. *Sexual Health*, 10(3), 204–210. <https://doi.org/10.1071/SH12139>
- Zumaeta Alvarez, E. J. (2019). *Bienestar psicológico y modalidades de resolución de conflictos en estudiantes de secundaria de tres instituciones educativas públicas de Los Olivos, Lima, 2019*. Universidad César Vallejo .

ANEXOS**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN****ESCUELA DE POSGRADO DE PSICOLOGÍA**CÓDIGO ***Comunicación autopercebida y solución de conflictos y su influencia en el bienestar psicológico en jóvenes peruanos.*****CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Estimado participante,

Esta investigación tiene como objetivo Determinar la influencia de la comunicación autopercebida y las habilidades para la negociación de conflictos en el bienestar psicológico de parejas en jóvenes Universitarios.

Su participación en este estudio es libre y voluntaria de manera confidencial y solo con fines académicos; así también, no se le brindará ningún beneficio económico por su participación. Pero su participación es muy importante, ya que contribuirá a mejorar el conocimiento científico y permitirá conocer el impacto que tiene la comunicación autopercebida y la solución de conflictos en el bienestar psicológico en los jóvenes peruanos.

Si tiene dudas respecto a sus derechos como participante o necesita mayor información sobre el proyecto de investigación en curso puede comunicarse con los investigadores principales de este proyecto: Bony Rodríguez Ruiz, N° celular: 940062199 al siguiente correo: psico.bonyrodriguez @ gmail.com y Erick Dani Macedo Pineda, N° celular: 950343195; correo: erick.macedo@upeu.edu.pe.

Si acepta participar, sus datos serán manejados con confidencialidad, no se publicará ningún dato que permita identificarlo.

¿Acepta participar en el estudio? SI () NO ()

Firma (Participante)

Encuestador

____de____del 2023

Gracias por su apoyo...


CÓDIGO
DATOS GENERALES (Llene y marque con una "X" en donde corresponda)

Edad				
Sexo	Femenino ()	Masculino ()		
Carrera profesional	Bach. Ing. CIVIL ()	Bach. Ing. Ambiental ()	Ing. Industrial ()	
Tipo de vinculo:	Enamorados ()	Noviazgo ()	Casados ()	Convivientes ()
Cuanto tiempo llevan juntos:	DÍAS ()	MESES()	AÑOS ()	
Tiempo en especifico				

SECCIÓN 02: Marque con una "x" dentro de la celda que mejor describa su respuesta. No hay respuestas buenas ni malas, sólo interesa la forma como usted siente y percibe el momento actual.

BIENESTAR PSICOLÓGICO	Estoy de acuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	Estoy de acuerdo
1. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
2. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
3. Me importa pensar qué haré en el futuro.			
4. Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas.			
5. Generalmente le caigo bien a la gente.			
6. Siento que podré lograr las metas que me proponga.			
7. Cuando con personas que me ayudan si lo necesito.			
8. Creo que en general me llevo bien con la gente.			
9. En general hago lo que quiero, soy poco influenciado.			
10. Soy una persona en un proyecto para mi vida.			
11. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			
12. Puedo tomar decisiones sin dudar mucho.			
13. Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias.			

SECCIÓN 03

COMUNICACIÓN AUTOPERCIBIDA	Definitivamente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando algo me molesta de mi pareja se lo digo respetando su punto de vista.				
2. Cuando tengo un problema con mi pareja lo hablo con él/ella.				
3. Suelo expresar a mi pareja mi opinión y mis deseos.				
4. Cuando discutimos suelo gritar a mi pareja.				
5. He llegado a insultar a mi pareja en una discusión.				
6. Suelo comunicar a mi pareja las cosas negativas que veo en ella antes que las positivas.				
7. Tengo poca paciencia con mi pareja.				
8. Siento que puedo hablar con mi pareja de cualquier tema.				

SECCIÓN 04

ESTILOS DE CONFLICTOS	nunca “dices cosas como las que dice la frase”	a veces “dices cosas como las que dice la frase”	Con cierta frecuencia “dices cosas como las que dice la frase”	Muy frecuentemente “dices cosas como las que dice la frase”	Casi siempre “dices cosas como las que dice la frase”
1. No te das cuenta de lo estúpido que eres.					
2. Esto no me parece. Simplemente, no sé cómo hacer que te sientas mejor.					
3. Debemos conversar de lo que está ocurriendo.					
4. No te sirvo de ayuda. Nunca sé qué decir.					
5. Tenemos que resolver este problema.					
6. Quisiera que pudiéramos evitar todo este asunto.					
7. Vamos a hablar sobre esto y encontrar una solución.					

8. Cállate! ¡No tienes razón! No voy a escucharte.					
9. ¡Es culpa tuya! Y no voy a ayudarte..					
10. Harás lo que yo te digo. ¡Te voy a obligar!.					
11. Funcionará si trabajamos juntos.					
12. Trabajaremos para sacar esto adelante.					
13. De acuerdo, me rindo, lo que tú quieras.					
14. No quiero hacer esto nunca más. Vamos cada uno por su lado.					
15. Esto no va a ninguna parte, olvidemos todo el asunto, ¿De acuerdo?.					
16. Si no quieres hacerlo, olvídale; ya se lo pediré a algún otro.					
17. Necesitamos concretar juntos cuál es el problema.					
18. No puedes hacer nada. Apártate de mi camino y déjame hacerlo.					

LOS INSTRUMENTOS SE ENCUENTRA VALIDADOS EN LOS SIGUIENTES LINK DE ARTICULOS:

BIENESTAR PSICOLÓGICO:

- http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1900-23862014000100003&script=sci_arttext
- <https://www.redalyc.org/journal/5709/570969250018/570969250018.pdf>

COMUNICACIÓN AUTOPERCIBIDA:

- https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-97282019000200016&script=sci_arttext&lng=es
- https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70532/Balde%c3%b3n_NAN-Ramos_MKM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-181701>

SOLUCIÓN DE CONFLICTOS:

- https://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU_20_1_escala-de-solucion-de-conflicto-construccion-y-validez.pdf

EL INSTRUMENTO SE APLICARÁ DE FORMA VIRTUAL POR LO CUAL ANEXAMOS EL LINK DE NUESTRA ENCUESTA:

- <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfZ7JPYoL5gMnbefMsnoxsBKE1YILY-Pwk-UrXWdmHnzO0b2Q/viewform>

1. Anexo B

Matriz de operacionalización de variables

Comunicación autopercebida y habilidades para la gestión de conflictos

Variables	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Items	Nivel de medición
Comunicación Autopercebida	La comunicación autopercebida se refiere a como uno mismo observa y analiza los patrones de comunicación que expresa y que recepciona de otra persona. (Iglesias, Urbano y Martínez, 2019).	Comunicación Positiva	Digo molesta Hablo problemas Expreso opinión Hablar temas	1, 2, 3 y 4	Tipo Likert: 1= Totalmente de acuerdo 2= En desacuerdo 3= De acuerdo 4= Totalmente de acuerdo
		Comunicación Negativa	Grito pareja Insulto pareja Comunico negativo Poca paciencia	5, 6, 7 y 8	

Variables	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Items	Nivel de medición
Estilos de conflicto	Uso apropiado de métodos de comunicación para desarrollar estrategias que generen formas de negociación exitosas. (Luna, A., 2020).	Estilo enfocado hacia así mismo (6)	- Tolerancia (6) - Empatía (7) - Adaptabilidad (4) - Impulsividad (7)	1,2,3,4,5,6	Tipo Likert: Rara vez o nunca es mi caso (1) Pocas veces es mi caso (2) A veces es mi caso (3) Muchas veces es mi caso (4) Con mucha frecuencia o siempre es mi caso(5)
		Estilo enfocado hacia el problema (6)	-	7,8,9,10,11,12	
		Estilo enfocado en los otros (6)	-	13,14,15,16,17,18	

Variables	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Items	Nivel de medición
Bienestar Psicológico	El Bienestar psicológico es un constructo mucho más amplio que la simple estabilidad de los afectos positivos a lo largo del tiempo, denominado felicidad por la sabiduría popular, esto debe incluir	Aceptación de sí mismo	Autorregulación	2, 11 y 13	Tipo Likert: En desacuerdo= 1 Ni de acuerdo ni en desacuerdo= 2 De acuerdo= 3
		Control			
		Autonomía	Amor propio	4, 9 y 12	
		Vínculos	Relacionarse con otros	5, 7 y 8	

la aceptación de sí mismo, propósito en la vida, crecimiento personal, y buenos vínculos personales (Casullo, 2002)

Proyectos

Metas

1,3, 6 y 10