

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



Una Institución Adventista

Autoestima y su relación con la felicidad en cónyuges de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito Misionero de Huaycán, Lima, 2017

Tesis

Presentada para optar el grado académico de Maestro en Ciencias de la Familia con mención en Terapia Familiar

Por:

Francisco Lingan Acuña

Lima, Perú

Noviembre de 2017

Ficha catalográfica:

Lingan Acuña, Francisco
Autoestima y su relación con la felicidad en cónyuges de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, Lima, 2017/ Autor: Francisco Lingan Acuña; Asesor: Dr. Arnulfo Chico Robles, Lima, 2017.
112 páginas: anexos, tablas.

Tesis (Maestría) -- Universidad Peruana Unión. Escuela de Posgrado.
Unidad de Posgrado de Psicología, 2017.
Incluye referencias, resumen y otros.
Campo del conocimiento: Familia

1. Autoestima 2. Felicidad conyugal 3. Parejas

Autoestima y su relación con la felicidad en los cónyuges de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del Distrito Misionero de Huaycán, Lima, 2017

TESIS

Presentada para optar el Grado Académico de Maestro
en Ciencias de la Familia con mención en Terapia Familiar

JURADO DE SUSTENTACIÓN



Dr. Edwin Octavio Cistecos González
Presidente



Dr. Salomón Vázquez Villanueva
Secretario



Dr. Arnulfo Chico Robles
Asesor



Mg. Sara Esther Richard Pérez
Vocal



Mg. Ann Rocío Escobedo Ríos
Vocal

Lima, 14 de noviembre de 2017

ANEXO 07 DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA DE LA TESIS

Yo **Arnulfo Chico Robles**, identificado con DNI N° 08313069, adscrito a la Facultad de Teología, y docente en la Unidad de Posgrado de Psicología de la Universidad Peruana Unión;

DECLARO:

Que la tesis titulada: *Autoestima y su relación con la felicidad en parejas adventistas del séptimo día del distrito misionero de Huaycán, Lima, 2017*, constituye la memoria que presenta el bachiller **Francisco Llingan Acuña**, para obtener el grado académico de Maestro en Ciencias de la Familia con mención Terapia Familia, cuya tesis ha sido desarrollada en la Universidad Peruana Unión con mi asesoría.

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

Para los fines pertinentes, firmo esta declaración jurada, en la ciudad de Lima (Lima), a los 14 días del mes de noviembre de 2017.



Dr. Arnulfo Chico Robles

Asesor

DEDICATORIA

A Anita Castillo Alayo, mi amada esposa, quien me brinda su apoyo incondicional y me motiva a seguir adelante.

A Alvarito y Emilce, mis queridos hijos, quienes sin saberlo me motivan para dar lo mejor de mí, y me inspiran a ser perseverante hasta llegar a la meta.

A mis padres por sus oraciones y apoyo incondicional

AGRADECIMIENTOS

A Dios de los imposibles, quien me ha fortalecido día a día, sintiendo su bendición y sabiduría que viene de lo alto.

Al Dr. Arnulfo Chico, asesor principal

Al Dr. Joel Peña, por su orientación

A la Dra. Ana Escobedo, por su motivación

A la Magister Sara Richar, por su motivación y orientación

Al pastor Saulo Cruz, por su orientación

A la Dra. Mercy, por ayuda y orientación

TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTOS	v
TABLA DE CONTENIDO	vi
LISTA DE TABLAS	ix
RESUMEN.....	x
ABSTRACT	xi
INTRODUCCION	1
Capítulo I	3
El problema	3
1. Planteamiento del problema.....	3
2. Pregunta de investigación.....	4
2.1. Pregunta General	4
2.2. Preguntas Específicas.....	5
3. Justificación.....	5
4. Objetivos de la investigación	6
4.1. Objetivo General:.....	6
4.2. Objetivos Específicos:	6
Capítulo II	7
Marco teórico	7
1. Marco filosóficas.....	7
2. Antecedentes de la investigación	9
2.1. Antecedentes internacionales	9
3. Bases teóricas	13
3.1. La autoestima	13
3.1.1. <i>Definiciones de autoestima</i>	13
3.1.2. <i>Factores que influyen en el desarrollo de la autoestima</i>	14
3.1.3. <i>Características de la Autoestima</i>	15
3.1.4. <i>La autoestima según el concepto sistémico</i>	16
3.1.5. <i>Dimensiones de la Autoestima (Coopersmith, 1996)</i>	17
3.1.6. <i>Niveles de la Autoestima</i>	18
3.1.7. <i>La autoestima en las relaciones de parejas</i>	20

3.2.	La felicidad	21
3.2.1.	<i>Definiciones de la felicidad</i>	21
3.2.2.	<i>Factores que están relacionados con la felicidad</i>	22
3.2.2.1.	<i>Estado civil</i>	22
3.2.2.2.	<i>La edad</i>	23
3.2.2.3.	<i>El género</i>	23
3.2.2.4.	<i>Los hijos</i>	23
3.2.2.5.	<i>Otros factores que producen felicidad</i>	24
3.2.3.	<i>Teorías de la felicidad</i>	24
3.2.3.1.	La teoría evolutivo-cibernética de la felicidad.....	24
3.2.3.2.	La teoría de las tres vías hacia la felicidad	25
3.2.3.3.	La felicidad por Alarcón.....	25
3.2.4.	<i>Dimensiones de la felicidad</i>	26
5.	Definición de términos	27
6.	Hipótesis de la investigación	30
6.1.	Hipótesis general.....	30
6.2.	Hipótesis Específicas.....	30
Capítulo III	31
Materiales y métodos.....		31
1.	Diseño y tipo de investigación.....	31
2.	Variables de la investigación	32
2.1.	Definición conceptual de las variables.....	32
2.1.1.	<i>Autoestima</i>	32
2.1.2.	<i>La Felicidad</i>	32
2.2.	Operacionalización de variables	33
3.	Delimitación geográfica y temporal	37
3.1.	Población	37
3.2.	Muestra	37
3.3.	Criterios de inclusión y exclusión.....	37
4.	Instrumentos de investigación.....	38
4.1.	Inventario de Autoestima (Coopersmith, 1967).....	38
4.1.1.	<i>Dimensiones del intentaría</i>	38
4.1.2.	<i>Niveles de autoestima.</i>	39
4.1.3.	<i>Características psicométricas.</i>	39

4.2. Escala de felicidad de Lima (Reynaldo Alarcón, 2006).....	40
5. Proceso de recolección de datos.....	42
6. Procesamiento y análisis de datos.....	42
Capítulo IV.....	43
Resultados y discusión.....	43
1. Resultados.....	43
1.1. Análisis descriptivo.....	43
1.1.1. <i>Datos sociodemográficos</i>	43
1.1.2. <i>Nivel de autoestima</i>	44
1.1.3. <i>Nivel de autoestima según datos socio demográficos</i>	44
1.1.4. <i>Nivel de felicidad</i>	47
1.1.5. <i>Nivel de felicidad según datos socio demográficos</i>	48
1.2. Prueba de normalidad.....	50
1.3. Correlación entre felicidad y autoestima.....	51
2. Discusión de resultados.....	51
Capítulo V.....	55
Conclusiones y recomendaciones.....	55
1. Conclusiones.....	55
2. Recomendaciones.....	56
Referencias.....	58

LISTA DE TABLAS

1. Operacionalización de las variables de Autoestima	33
2. Operacionalización de variables: La felicidad.....	35
3. Datos sociodemográficos	43
4. Niveles de autoestima en parejas casadas	44
5. Nivel de autoestima según sexo.....	45
6. Nivel de autoestima según estado civil.....	45
7. Nivel de autoestima según el tipo de trabajo que ejercen las parejas	47
8. Niveles de felicidad en parejas casadas.....	47
9. Nivel de felicidad según sexo	48
10. Nivel de felicidad según estado civil	49
11. Nivel de felicidad según el tipo de trabajo que ejercen las parejas	50
12. Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio	51
13. Correlación entre felicidad y autoestima en parejas	51

RESUMEN

El objetivo principal de este estudio fue determinar la autoestima y su relación con la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycan – Lima 2017, para los cual se trabajó con 147 personas entre casados y convivientes.

La presente investigación es de diseño transaccional de tipo descriptivo Correlacional.

Para la recolección de datos se utilizó el inventario de autoestima versión adultos elaborados por Coopersmith (1967) y la Escala de la felicidad de Lima de Reinaldo Alarcón Napuri (2006).

Los resultados revelan que entre la autoestima y la felicidad existe una relación directa y significativa ($\rho = .383$; $p < 0.00$). En cuanto a las dimensiones: Autoestima en el área personal ($\rho = .342$; $p = .000$). Autoestima en el área social ($\rho = .255$; $p = .002$). Autoestima en el área familiar ($\rho = .245$; $p = .003$). Es decir, a mayor autoestima mayor es la felicidad en las parejas. De manera similar ocurre con los demás componentes de la autoestima, donde mantienen una relación altamente significativa y positiva.

Palabras Clave: Autoestima, Felicidad conyugal, Parejas

ABSTRACT

The main objective of this study was to determine self - esteem and its relationship to happiness in the spouses of the Seventh - day Adventist Church in the missionary district of Huaycan - Lima 2017, for those who worked with 147 people between married and cohabiting.

The present investigation is of transactional design of descriptive type Correlational.

For the collection of data we used the inventory of self-esteem adults elaborated by Coopersmith (1967) and the Lima Happiness Scale of Reinaldo Alarcon Napuri (2006).

The results reveal that between self-esteem and happiness there is a direct and significant relationship ($\rho = .383$; $p \leq 0.00$). As for the dimensions: Self-esteem in the personal area ($\rho = .342$; $p = .000$). Self-esteem in the social area ($\rho = .255$; $p = .002$). Self-esteem in the family area ($\rho = .245$; $p = .003$). In other words, greater self-esteem is greater happiness in couples. Similarly, it occurs with the other components of self-esteem, where they maintain a highly significant and positive relationship.

Key word: Self-esteem, Happiness, spouses

INTRODUCCIÓN

El investigador en su experiencia profesional ha logrado observar que la autoestima y la felicidad en las parejas no es el más adecuado ya que muchos de ellos son tratados de una manera despectiva por sus parejas.

Por tal motivo la finalidad de esta investigación es beneficiar a las parejas para que puedan tener una adecuada autoestima y felicidad.

De este modo, el presente trabajo, se inscribe como una investigación dentro del enfoque cuantitativo y no experimental, es decir, es una investigación de tipo Correlacional porque pretende determinar la correlación entre las variables autoestima y felicidad.

Definiendo autoestima como la autoevaluación que una persona hace y mantiene. Es una expresión de aprobación o desaprobación que indica la medida en que la persona considera ser capaz, competente, importante y digno. Por lo tanto la autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo (Coopersmith, 1990). Cabe recalcar que la autoestima a pesar de ser una variable constantemente estudiada, sigue causando interés en la gran mayoría de los investigadores, debido a su relevante influencia en los diferentes aspectos de la vida de cada individuo los cuales pueden producir felicidad o tristeza. Referente a la vida marital también ejerce influencia en los vínculos afectivos de la pareja. Por consiguiente es necesario definir la felicidad como un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta el individuo en posesión de un bien anhelado (Alarcón, 2006).

Bajo estas premisas, la presente investigación desea estudiar la relación de dichas variables para así beneficiar a las familias que al conocer la influencia de la

autoestima en la felicidad familiar y personal será motivación para tomar decisiones de cambio, además ayudara en la creación de programas de intervención que será de beneficio a la población estudiada.

En este sentido la investigación está dividida en cinco capítulos. En el primer capítulo se hace descripción de la situación problemática, luego se identifican las variables y se mencionan los objetivos y las hipótesis. En el capítulo segundo se presenta el marco teórico sobre el cual se fundamenta la presente investigación. En el capítulo tres se trata la metodología usada para el desarrollo de la investigación. El cuarto capítulo presenta el análisis y descripción de los resultados obtenidos en la presente investigación y la discusión de los resultados. Finalmente en el capítulo cinco las conclusiones y las recomendaciones para las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, Lima.

Capítulo I

El problema

1. Planteamiento del problema

Hoy en día, la salud mental, está tomando más realce e importancia dentro del cuidado de la salud en general. Es así que, en el 2020, se pronostica a una enfermedad mental como la primera causa de discapacidad en el mundo, esta es la depresión (Organización Mundial de la Salud, 2001). En la actualidad, la depresión ya es una problemática mundial, que entre los años 2005 y 2015 aumentó en un 18,4%, alcanzando a existir en la actualidad un total de 322 millones de personas quienes la padecen (OMS, 2017). En el Perú, la prevalencia de la depresión es de 4.8% de población (OMS, 2017). Además, es uno de los desórdenes mentales más frecuentes en Lima Metropolitana (17.2%).

Hirschfeld y Klerman (citado por Herrero, Musito y Gracia, 1995) refieren que el alto riesgo de padecer depresión es la reacción de la baja autoestima frente a situaciones estresantes, es decir la baja autoestima hace propenso al individuo a sufrir de depresión. Según Coopersmith (1990), la autoestima es una expresión y evaluaciones de aprobación o desaprobación que una persona hace y comúnmente mantiene sobre sí mismo. Además, señala que la baja autoestima produce desánimo, depresión, aislamiento, sentimientos de rechazo, incapacidad, indefensión, miedo, vergüenza, retraimiento, soledad, desvaloración, inestabilidad e inseguridad. López y Domínguez (1993) señalan que la baja autoestima en las damas se ve reflejada en los consultorios médicos al registrarse casos de maltrato físico, problemas de relación con su pareja, dependencia, sumisión y desvalorización. Los problemas emocionales de un

miembro de la familia trae consecuencias negativas para los miembros y es evidencia de una familia disfuncional (Atrie, 2006).

Frente a esto, el Instituto Nacional de Salud Mental (2013) reporta que una adecuada autoestima se relaciona de forma negativa con la depresión, pero de forma positiva con el bienestar y felicidad. De la misma forma, Baumeister, Campbell, Krueger y Vohs (2003) refieren que las personas con una adecuada autoestima son más felices y menos propensas a padecer depresión. Es así como varios autores certifican esta relación (Núñez, Gonzales y Realpozo, 2015; Povedano, Hendry, Ramos y Varela, 2011; y Olaechea, 2012). Es decir, la alta autoestima produce felicidad y de manera contraria, la baja autoestima, depresión.

Según, Alarcón (2009), la felicidad es un estado afectivo de satisfacción, que experimenta subjetivamente el ser humano como un bien anhelado. En este sentido, Montoya y Landero (2008) refieren que cohabitar en una familia nuclear a diferencia de una familia monoparental, influye en tener una mejor autoestima y satisfacción con la vida, asimismo, Olaechea (2012) manifiesta que quienes están en una relación de pareja reportan mayores índices de autoestima y felicidad. Es así que la vida en pareja influye también en la autoestima y por ende en la felicidad de sus integrantes.

2. Pregunta de investigación

Debido a la problemática descrita en la sección anterior sobre la autoestima y la felicidad se plantea la siguiente pregunta de investigación.

2.1. Pregunta General

¿Cuál es la relación entre la autoestima y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, Lima, en el año, 2017?

2.2. Preguntas Específicas

a) ¿Cuál es la relación entre la autoestima personal y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, 2017?

b) ¿Cuál es la relación entre la autoestima social y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, 2017?

c) ¿Cuál es la relación entre la autoestima familiar y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, 2017?

3. Justificación

El tema de la autoestima y la felicidad en el ser humano se ha destacado hoy como interés en el campo de la salud mental, especialmente su influencia en la vida matrimonial y familiar y el impacto de esta última en la vida de los hijos.

La presente investigación aportará en el ámbito teórico con información actualizada sobre las variables estudiadas permitiendo que se pueda tener un mayor conocimiento sobre sus respectivas teorías.

Además, se beneficiará a nivel social las distintas comunidades religiosas al tener información que le permita saber la realidad familiar de las familias que la conforman, brindando la información base para crear planes de intervención para la mejora de dichos hogares.

De manera particular, brindara información valiosa sobre la autoestima y la felicidad de los feligreses a los líderes de dicha comunidad religiosa, al conocer la realidad, conociendo sus debilidades y permitiendo realizar una intervención, asimismo a cada uno de los participantes en la presente investigación, que al conocer la realidad de sus familias podrán tomar acciones de mejora por el bienestar de sus hijos.

Finalmente aportara información para estudios de futuros investigadores enfocados en el área de la familia, sobre todo en poblaciones con características

distintivas como es una comunidad religiosa en la cual posee normas de vida y moral bien cimentadas.

4. Objetivos de la investigación

4.1. Objetivo General:

Determinar la relación entre la autoestima y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, en el 2017.

4.2. Objetivos Específicos:

a) Determinar cuál es la relación entre la autoestima personal y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, 2017.

b) Determinar cuál es la relación entre la autoestima social y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, 2017.

c) Determinar cuál es la relación entre la autoestima familiar y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, 2017.

Capítulo II

Marco teórico

1. Marco filosófico

La autoestima en la Biblia

La Biblia (Versión Reina Valera, 1960), proporciona información respecto a las variables de investigación.

Si bien es cierto, la Biblia no presenta el término autoestima, no obstante hace referencia al amor a sí mismo en las palabras de Jesús que afirmó “Amarás a tu prójimo como a ti mismo” (Mateo 22:39). De este modo presenta la manera como la Biblia enfoca la autoestima, cabe destacar que presenta el amor a si mismo relacionado a un mismo nivel con el amor hacia el prójimo (las personas que rodean al individuo) pero antes de esta afirmación señala que por sobre el amor propio debe estar en amor a Dios (Mateo 22:37). A diferencia que los distintos autores que han definido la Autoestima, la Biblia presenta un enfoque diferente pues señala que el ser humano no debe hacer nada por egoísmo o por vanidad, sino que con humildad considerando a los demás como superiores a si mismo (Filipenses 2:3), señala además que no se debe buscar el interés propio, sino el de los demás (1 Corintios 10:24). Presenta un amor superior al humano y señala que este mayor amor se caracteriza por motivar a que se entregue la vida por la de sus amigos (Juan 15:13). Así mismo la Biblia señala cual es la fuente de ese “mayor amor” afirmando que para tener este amor el individuo debe conocer a Dios porque él es el Amor (1 Juan 4:8).

Así mismo White (2008a) afirma que el amor a las comodidades egoístas, al placer, a la exaltación y a sí mismo impide el aprendizaje de las lecciones de vida. Es decir, considera el amor propio como un defecto en lugar de una virtud.

La autoestima, en conceptos generales es la manera como se percibe el individuo. Al respecto la Biblia menciona que el ser humano no tiene valor alguno por sí solo (Salmos 8:4), pues lo califica como un ser pecaminoso (Gálatas 5:19-21), inconstante, (Romanos 7:14), incapaz (Mateo 6:27), pero destaca que su valor está en Dios, es decir Dios es quien le da valor al ser humano porque este lleva su imagen (Génesis 2:27), porque le pertenece a Dios (Isaías 43:1) porque cuida del ser humano (Isaías 49:15), porque el hijo de Dios murió por el ser humano (Juan 3:16), porque Dios considera al ser humano como su hijo (1 Juan 3:1-2). Es decir, la Biblia señala que el valor del ser humano radica en el valor que recibe por parte de Dios.

Respecto a felicidad, la Biblia presenta una cosmovisión diferente a la que se utiliza en el presente estudio. La define la de siguiente manera:

La felicidad fue dada al ser humano por Dios en la creación (Génesis 1:26-31) pero fue arrebatada por el diablo (Génesis 3:1-19). Desde entonces refiere que el diablo (enemigo) busca la manera de destruir la felicidad humana (Juan 10:10, Apocalipsis 12:9). La Biblia habla de un conflicto entre Dios y satanás, en el cual los seres humanos sufren producto del pecado y de sus decisiones pero es contrarrestado por el amor de Dios quien desea dar felicidad eterna (Romanos 6:23, 1 Juan 2:1).

La felicidad es definida de dos maneras considerando el lugar. En la tierra es presentada como un estado prolongado de satisfacción pero no está exento de momentos de tristeza, no obstante, estos no la opacan porque está respaldada por la esperanza de que un momento toda la infelicidad acabará (Salmo 4:7, 21:6, 68:3, 97:11; Proverbios 10:28; Isaías 29:19; Juan 14:1,27; Apocalipsis 21:1-4). Por otro

lado, cataloga la alegría humana como pasajera e infame (Job 20:5). Pereyra (2001) señala que la felicidad es muchas veces confundida con la satisfacción que se experimenta al complacer un deseo o al adquirir algún bien material, lo que fomenta el egoísmo que a su vez hace preso al ser humano de la búsqueda constante de placer.

La felicidad que es eterna o futura la Biblia sitúa en el cielo, un lugar donde no habrá muerte, ni dolor, ni clamor (Apocalipsis 21:4; 1 Corintios 15:55-56). White (2008b) al referirse a la felicidad eterna presentada por la Biblia señala “El león, al que tanto tememos aquí, se acostará con el cordero, todo en la tierra nueva será paz y armonía. Los árboles serán derechos y elevados, y no tendrán ninguna deformidad”

2. Antecedentes de la investigación

2.1. Antecedentes internacionales

Su, You y Ha (2015), en Corea del Sur, realizaron una investigación con el objetivo identificar la influencia del apoyo emocional de los padres en la autoestima, inteligencia y felicidad de los adolescentes. Participaron 278 estudiantes de secundaria, a quienes se les aplicó la Escala Early Parental Support (EPS), el Cuestionario de Inteligencia emocional de rasgo – forma breve (TEIQue-SF), la escala de autoestima de Rosenberg y el Inventario de felicidad de Oxford. Los resultados revelaron que el apoyo emocional materno y paterno influye en la autoestima, además, para los adolescentes varones, el apoyo emocional paterno influyó significativamente en la felicidad a través de la autoestima; no obstante, para las adolescentes, tanto el apoyo emocional paterno como materno ejerció una influencia significativa sobre la felicidad a través de la autoestima; por último, el apoyo materno tuvo una influencia directa sobre todas las demás variables.

Moreno y Marrero (2015), en México, investigaron la relación del optimismo y la autoestima con el bienestar subjetivo y psicológico en función del género. Su diseño fue descriptivo-Correlacional. Participaron 1403 adultos de 17 a 78 años, quienes respondieron a una entrevista semiestructurada y a las escalas Subjective Happiness Scale (SHS), Escala de Satisfacción con la vida (SWLS) de Diener, Positive and Negative Affect Schedules – PANAS, la Escala de Bienestar Psicológico (PWBS), Life Orientation Test Revised, y la Escala de autoestima de Rosenberg. Los resultados mostraron una relación positiva entre optimismo y autoestima con todas las medidas de bienestar, tanto subjetivo como psicológico, asociándose la autoestima con mayor medida al bienestar psicológico.

Núñez, Gonzales y Realpozo (2015), en México, realizaron una investigación con el objetivo conocer la asociación entre la autoestima y la felicidad en estudiantes de enfermería intercultural desde la psicología positiva. Su diseño fue no experimental, transversal y correlacional, con una muestra de 55 estudiantes de la licenciatura en enfermería intercultural. Se aplicó la escala de autoestima de Robenberg y la escala de felicidad de Lima. Los resultados evidencian una relación positiva y significativa entre autoestima y felicidad, lo cual sugiere que cuanto mayor es la autoestima, mayor es la felicidad. No obstante, se encontró que la autoestima se asocia de manera negativa con sentido positivo de la vida, y positiva con satisfacción para la vida y alegría de vivir.

Povedano, Hendry, Ramos y Varela (2011) realizaron en España una investigación titulada “Victimización escolar: clima familiar, autoestima y satisfacción con la vida” en 1.884 estudiantes adolescentes a quienes se les aplicó la Escala de Clima Familiar (FES), la Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Satisfacción con la vida de Diener y colaboradores, y la Escala de Victimización en la Escuela, basada en

Mynard y Joseph. Los resultados mostraron que la victimización escolar se relaciona de forma significativa pero negativa con la percepción del clima familiar, la autoestima y la satisfacción con la vida, es decir, los adolescentes que presentan menor probabilidad de ser agredidos en el contexto escolar, son quienes perciben que en sus familias son escuchados y pueden expresarse sin restricciones, y por ende sentirse más felices y seguros de sí mismos.

Bedmar, Montero y Fresneda (2011), en España, investigaron la relación entre autoestima y satisfacción vital en 230 personas mayores y jóvenes estudiantes, quienes respondieron a la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Índice de Satisfacción Vital de Neugarten. Los resultados mostraron que a medida que la edad aumenta, los índices de satisfacción vital y autoestima disminuyen.

Rodríguez (2005), en España, investigó la relación entre felicidad subjetiva y las dimensiones del autoconcepto físico en 540 alumnos de 12 a 23 años, los cuales completaron el cuestionario de autoconcepto físico (CAF) y la escala de Bienestar psicológico (EBP). Los resultados evidencian correlación significativa entre ambas variables, es decir, quienes presentaron un autoconcepto físico positivo también mostraron altos niveles de bienestar y felicidad.

Cheng y Furnham (2003), en Londres, realizaron una investigación Correlacional y causal, mediante el uso de regresión múltiple, examinaron las relación entre autoestima, los aspectos de la vida, el afecto, la depresión y la felicidad fueron medidos en 234 participantes quienes respondieron el cuestionario de personalidad de Eysenck, la escala de autoestima de Rosenberg, la escala Bradburn Affect Balance, la escala de Gurin para medir el nivel general de felicidad, el Inventario de Depresión de Beck y el Inventario de Felicidad de Oxford. Los resultados indicaron

que la autoestima y la relación con los padres tenían una predicción fuerte sobre la felicidad y la relación opuesta con la depresión.

Russell y Wells (1994) en Inglaterra, examinaron la importancia relativa de diecisiete predictores de felicidad. Participaron 1207 parejas casadas completaron los cuestionarios de datos sociodemográficos, Marriage Questionnaire, Eysenck Personality Questionnaire y Kansas Marital Satisfaction. Los resultados evidenciaron que el predictor más fuerte de felicidad conyugal fue la calidad del matrimonio y, en menor grado, el neuroticismo. Asimismo, la extraversión del marido se asoció con un pequeño impacto beneficioso para ambos miembros, sería factible argumentar que los extravertidos son más felices, pero principalmente porque ellos tienen mejores relaciones sociales, de las cuales el matrimonio es por lejos el más importante.

Montoya y Landero (2008), en México, exploraron la relación entre autoestima y satisfacción con la vida en 140 estudiantes universitarios que provenían de familias monoparentales y biparentales, los cuales completaron la escala de autoestima de Rosenberg y la Escala de Satisfacción con la vida de Diener. Los resultados evidencian que los jóvenes que conviven con ambos padres tienen mayor satisfacción con la vida y mayor autoestima.

Antecedentes nacionales

Prieto y Muñoz-Najar (2015), en Arequipa, estudiaron la correlación entre bienestar subjetivo e imagen corporal en estudiantes universitarias, conformada por 155 estudiantes mujeres que respondieron el Cuestionario de la Imagen Corporal (BSQ) y la escala de Felicidad de Lima (EFL). Los resultados evidenciaron que ambas variables se correlacionaron significativamente de manera negativa, es decir, a mayor distorsión de la imagen corporal menor bienestar subjetivo.

Olaechea (2012), en Lima, investigaron la relación entre calidad de vida, autoestima y felicidad en mujeres durante el climaterio. Su diseño fue descriptivo y de tipo Correlacional, utilizaron el cuestionario específico de Calidad de vida para la menopausia MENQOL, la escala de Autoestima de Stanley Coopersmith y la escala de felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón en una muestra de 221 mujeres. Se encontró un mayor índice de autoestima y felicidad en mujeres casadas, con estudios superiores y trabajos independientes. Asimismo, una relación significativa entre las tres variables.

Alarcón (2001), en el Perú, investigó la relación entre felicidad, género, edad y estado conyugal; asimismo, determinó los niveles de felicidad que con mayor frecuencia experimentaban las personas. La población fue de 163 adultos de 20 a 60 años, a quienes se les aplicó la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener más un ítem que evaluó los niveles de felicidad. Los resultados indican que, en relación al género, no se evidenciaron diferencias significativas; en relación a la edad, los niveles mayores de felicidad correspondieron a los 50 y 60 años, en relación al estado conyugal, las personas casadas son más felices que las solteras; por último, la mayoría de las personas reportó sentirse feliz.

3. Bases teóricas

3.1. La autoestima

A continuación se presentará las bases teóricas sobre la Autoestima para el presente trabajo de investigación.

3.1.1. Definiciones de autoestima.

Hertzog (1980) la define como el conjunto de experiencias que vive el individuo las cuales ejercen influencia positiva o negativa en la percepción del individuo y luego de una reflexión producen una autoevaluación. Alcántara (1993) y Branden (1995), por

su lado, lo define como el resultado de ordenar sistemáticamente las experiencias vividas dando como resultado un concepto personal. Además señala que se manifiesta en la manera de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo, también en la manera como se enfrentan los problemas y su reacción frente al abuso de sus derechos o intereses.

Por otro lado, Méndez (2001) señala que es la manera como el individuo interpreta sus actitudes lo que genera un concepto de su valía, de manera similar Rosenberg (1996), agrega que la percepción positiva o negativa que pueda tener el individuo se apoya en una base afectiva y cognitiva. Que genera un juicio sobre sí mismo lo cual produce un grado satisfacción o insatisfacción en el individuo (Haeussler y Milicic, 1995).

Barón (1997) la define como la autoevaluación que el individuo realiza que genera una actitud. Esta evaluación se da mediante la comparación con otros.

Para Satir (2000) es la capacidad de valorarse y tratarse con dignidad, amor y realidad considerando que este es un atributo personal beneficioso.

Para este estudio se tomara como referencia la definición de Coopersmith (1990) quien señala que la autoestima se refiere a las evaluaciones que una persona hace y comúnmente mantiene sobre sí mismo, es una expresión de aprobación o desaprobación que indica la medida en que la persona considera ser capaz, competente, importante y digno. Por lo tanto la autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo.

3.1.2. Factores que influyen en el desarrollo de la autoestima.

Coopersmith agrupa los factores que principalmente influyen en la autoestima en cuatro:

Primero, La cantidad de respeto, aceptación y consideración que el individuo por parte de las personas significativas en su vida. Es decir que el individuo se valora de acuerdo a la manera como es evaluado.

La segunda hace referencia a lo significativo de sus éxitos y la posición que se mantiene en la sociedad.

Tercero se refiere las experiencias y los valores los cuales influyen sobre la autoestima del individuo.

El cuarto factor es la manera cómo responde a la devaluación, es decir cuál es la reacción del individuo cuando enfrenta eventos que le traen consecuencias negativas como fallas cometidas y la desaprobación de la sociedad. Es decir la capacidad que desarrolla para defender su sentido de valor, habilidad o poder (Bulas, 1995).

3.1.3. Características de la Autoestima.

Según Calero (2000) la autoestima tiene las siguientes características:

3.1.3.1. *La autoestima es aprendida:*

Porque la manera como se interacciona con su medio como sus padres, compañeros, profesores, así como consigo mismo le permiten al individuo formar un patrón de conducta y pensamiento, es decir que se forma mediante la experiencia vividas.

3.1.3.2. *La autoestima es generalizada:*

Porque la actitud del individuo hacia sí mismo se generaliza en todas las áreas de su vida y a los roles que desempeña sea este eficiente o inadecuado, es decir la autoestima se ve manifiesta en la manera como se desenvuelve en su trabajo, estudios, casa y en todo grupo donde se interrelaciona.

3.1.3.3. *La autoestima es estable:*

Debido a que la autoestima no es cambiante como las emociones, sino que es estable, pero puede cambiar de manera paulatina, mediante un proceso en el cual sea necesario realizar un conjunto de cambios que permitan al individuo cambiar sus patrones de percepción de sí mismo.

3.1.3.4. *La autoestima es de carácter social:*

Porque es mediante la interacción del individuo con la sociedad donde se puede percibir su autoestima, dado que esta se mide mediante la congruencia de su percepción, la valoración de sí mismo y la opinión que tienen los demás.

3.1.3.5. *La autoestima es integrativa:*

Es decir, ejerce influencia de manera integral en la persona incluyendo sus habilidades, eficiencia, sentimientos, conductas y actitudes.

3.1.3.6. *La autoestima es dinámica:*

Dado que mediante la interacción con las personas, las experiencias vividas en cada etapa se va formando. Es decir que cada experiencia vivida puede permitir que la autoestima sea más saludable o sea perjudicial para nuestra vida.

3.1.4. *La autoestima según el concepto sistémico.*

Desde el enfoque sistémico se entiende que el ser humano, ni los problemas como la baja autoestima o la buena autoestima se desarrollan en el vacío, sino en la interacción; están ligados a sistemas recíprocos más amplios de los cuales el principal es la familia.

Desde el modelo sistémico se entiende que si alguien tiene problemas de estima propia, es el resultado del funcionamiento defectuoso o disfuncional de las familias o

grupos primarios a los que pertenece el sujeto. No se busca la explicación del problema “dentro” de sujeto, sino en el sistema familiar como el factor explicativo.

Cabe recalcar que no se puede predecir la realidad familiar por el simple conocimiento de la personalidad de los miembros, es necesario conocer la manera como se interrelacionan. De manera inversa tampoco se puede entender plenamente a un integrante de una familia sin conocer el sistema familiar. La propuesta es de una entidad organizada donde el estado de sus partes tiene efecto sobre el sistema. (Miller, 1965).

. La teoría sistémica ve los sistemas como entidades dinámicas, formado por la integración de dos grandes influencias:

- a) Una morfo genética vinculada con el cambio, el crecimiento y el desarrollo
- b) Una morfo estática (homeostasis), conceptualizada como un conjunto de mecanismos reguladores útiles para mantener la estabilidad, el orden y el control de los sistemas en funcionamiento.

Finalmente se puede afirmar que no se considera que los miembros de la familia posean ciertas características innatas sin que manifiesten una conducta en relación con la conducta de otros. Sino que se desea señalar la influencia que ejerce el hogar como sistema sobre el individuo.

3.1.5. Dimensiones de la Autoestima (Coopersmith, 1996).

Se ppresenta las dimensiones que conforman la autoestima de cada individuo.

- a) Autoestima en el área personal: Abarca la evaluación personal que habitualmente realiza en individuo producto de la percepción de su imagen personal y cualidades personales basada en su cognición sobre su

capacidad, productividad, importancia y dignidad. Su puede ver expresado en las actitudes hacia sí mismo.

- b) Autoestima en el área social: Se refleja en la evaluación que el individuo hace sobre sus relaciones interpersonales con el medio donde se desenvuelve las cuales generan un concepto personal sobre su productividad, importancia y dignidad.
- c) Autoestima en el área familiar: se refiere a la evaluación que el individuo hace de sí respecto a sus interacciones con los miembros de su familia. Produciendo estas un juicio sobre su capacidad, productividad, importancia y dignidad que finalmente se ve reflejado en sus actitudes hacia sí mismo.

3.1.6. Niveles de la Autoestima.

La autoestima es categorizada en tres niveles por Coopersmith (1996), quien presenta un nivel alto, medio y bajo. Estas diferencias se evidencian en la manera de actuar en las diferentes situaciones diarias, dado que cuentan con diferente percepción de la vida y de las relaciones afectivas.

En el nivel alto de autoestima, las personas se caracterizan por ser activa, expresiva, con éxitos sociales y académicos, líderes, no temen el desacuerdo, se involucran en los asuntos públicos, les perturban sentirse ansiosos, confían en sus propias percepciones, esperan que su esfuerzo se convierta en éxito, se relacionan con otros esperando ser bien tratadas, califican a su trabajo como de alta calidad, tiene grandes aspiraciones hacia el futuro y son reconocidos en el ambiente social donde se desarrollan. Craighead, McHeal y Popper (2001) además añade que estas personas tiene un autoconcepto positivo sobre su imagen corporal, así como se sus habilidades académicas, familiares y sociales, se muestran seguros, acertados,

eficientes, capaces, dignos, con gran disposición para lograr metas y para resolver problemas, también se comunican con efectividad, demuestra autoconfianza y respecto a sus áreas débiles, las reconocen y verbalizan así como buscan los mecanismos para superarla.

Respecto a las personas con un nivel de autoestima medio, Coopersmith (1996) señala que son similares a las que presentan un nivel alto, pero las manifestaciones son en una magnitud menor además se caracterizan por presentar conductas inadecuadas que reflejan autoconcepto deficiente. Puede mostrar optimismo y tolerante a las críticas pero con una tendencia a la inseguridad respecto a su valía personal y presentar deseabilidad social. Por lo cual manifiesta autoafirmaciones positivas más sobrias de su percepción de la competencia, significancia y expectativa, además es común que sus declaraciones, conclusiones y puntos de vista en muchos tópicos sean similares al de personas con autoestima alta difiriendo en que este no se manifiesta en toda situación y contexto.

Por último, presenta el nivel de autoestima bajo, donde la persona que lo posee presenta desánimo, depresión, aislamiento, se siente poco atractivos, además son incapaces de expresar y defender sus derechos pues sienten temor de provocar el enfado de los demás. Presenta indefensión frente a los obstáculos, se limitan ante un grupo social, son sensibles a la crítica, se preocupan por problemas internos, tiene dificultad para entablar una relación de amistad, dudan de sus ideas y habilidades porque consideran que son inferiores a la de los demás.

Craighead, McHeal y Popper (2001) además señalan que en algunos casos pueden contar con una actitud positiva artificial hacia sí mismo, hacia el mundo porque tienen el deseo de dar una impresión correcta con el fin de ser vistos como una

persona adecuada. Por otro lado se retraen del círculo social pues temen el rechazo del grupo. Otras características que presentan es la desvalorización de sus logros personales, confusión, sumisión, dificultad para identificar soluciones, manifiestan problema de autoconcepto y autocontrol los cuales al evidenciarse intensifica sus pensamientos de inferioridad.

3.1.7. La autoestima en las relaciones de parejas.

Diferentes autores corroboran que la autoestima es influenciada por el estado civil, al encontraron en investigaciones realizadas, cada uno en diferentes lugares que las personas que vivían con parejas tiene mayor autoestima respecto a las que aún tiene una relación de pareja (Olaechea, 2012; Brown, 2004; Stanley, 2004).

Sin embargo cabe recalcar que las experiencias vividas influyen sobre la percepción personal del individuo ocasionando un nivel de autoestima alto, medio o bajo (Hoelter, 1983; Thoits, 1991), es decir que la relación de pareja puede ejercer una influencia positiva o negativa en la persona.

Satir (1968) afirma que desacuerdo al nivel de autoestima será localidad de la comunicación en la pareja. Añade además que cada persona tiende a elegir a la persona con características y dificultades similares a las suyas, generando así relaciones funcionales o disfuncionales. La influencia que la autoestima ejerce lo explica del siguiente modo, señala que las personas con alta autoestima se cauterizan por aceptarse a sí mismo como a su pareja, reconoce las necesidades y sentimientos de su pareja como de sí mismo, se comunica con claridad y acepta lo desacuerdos.

De manera contraria, cuando ambos uno de la pareja tiene baja autoestima ocasiona problemas en la comunicación producida principalmente por las expectativas irrealistas, y la falta de autoconfianza, que a su vez ocasiona

sentimientos de estancamiento, aislamiento y descontento. Además, las reglas implícitas, es decir las que se “sobrentienden” mas no se verbalizan, limitan el desarrollo individual y debilitan los lazos afectivos. Sin embargo señala que todos contamos con recursos para el desarrollo personal por lo tanto si no es alcanzado es también responsabilidad del individuo, por otro lado las disfunciones en la pareja son también de responsabilidad compartida.

La baja autoestima en la pareja se manifiesta mediante los roles que el individuo puede asumir (víctima, aplacador, desafiante y rescatador), en la manera de disfuncional comunicarse (acusador, arrogante, acusador, infalible, sabio, aplacador, irrelevante, súper-razonable) lo que evidencia su poca estima personal.

Por ello, mejorar la autoestima en la pareja traerá como consecuencias en la calidad de la relación, porque la mejora de la autopercepción producirá un incremento de la confianza que permitirá eliminar las máscaras protectoras colocadas para evitar ser rechazados por la pareja, apresurando a una conducta de aceptación y valoración de las diferencias.

3.2. La felicidad

3.2.1. Definiciones de la felicidad

Cheng y Furnham (2003) afirman que en los últimos 30 años hubo varios intentos para definir la felicidad o el bienestar psicológico y explicar tanto sus causas como sus consecuencias. Moyano y Ramos (2007) proponen una clasificación (Figura 1), donde definen a la felicidad como un estado psicológico de tipo emocional y cognitivo.

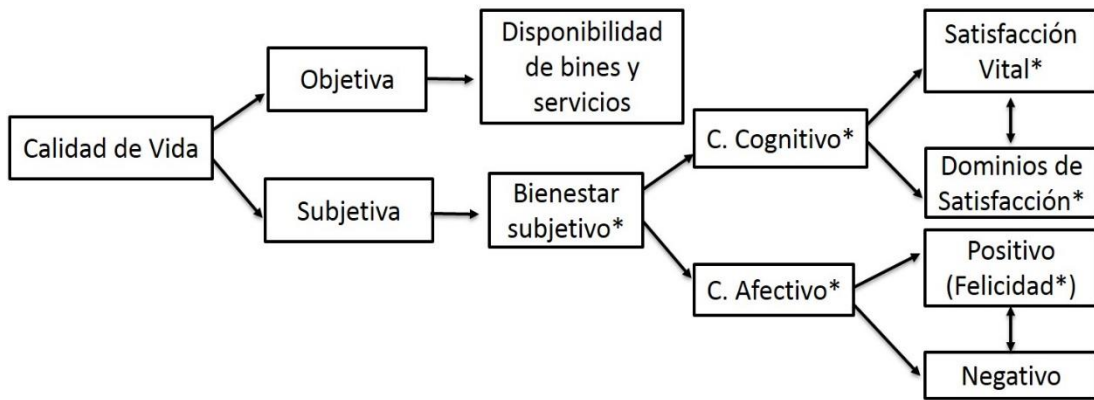


Figura 1: Relación entre los compactos de calidad de vida, bienestar subjetivo, satisfacción vital y felicidad (Moyano y Ramos, 2007).

Por otro lado, Ryan y Deci (2001) diferencian el bienestar eudaimónico y hedónico, ubicando a la felicidad dentro del bienestar hedónico y definiéndola como una sensación de placer, es decir, enfatizan la experiencia de sentimientos placenteros como la expresión de la felicidad (San Martín, 2011).

Sin embargo, Su, You y Ha (2014) afirman que la felicidad será definida e influida por la forma en que la persona ve la felicidad en la vida y cómo reacciona frente a una situación, esto dependerá también de los rasgos psicológicos personales que posea la persona. En este sentido, Alarcón (2006) la define como un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta el individuo en posesión de un bien anhelado.

3.2.2. Factores que están relacionados con la felicidad

3.2.2.1. Estado civil

Los estudios de Alarcón (2001), Argyle (1987) y Myers (2000) confirman que son las personas casadas quienes reportan tener altos niveles de felicidad, es decir, el hecho de vivir en pareja influye en la felicidad general, más aún si se formaliza tal relación. No obstante, Veenhoven (2005) y Ayala & Tacuri (2015) refiere que puede darse una relación inversa.

En este sentido, se encontró que las parejas que reportan tener mayor felicidad son quienes se relacionan más tiempo (Argyle, 1987; Díaz-Loving y Sánchez, 2002), y tienen una mayor cercanía e intimidad (Myers y Diener, 1995).

3.2.2.2. La edad

En relación a la edad, algunos autores postulan que a medida que aumenta la edad, también aumenta la felicidad (Argyle 1999), no obstante, Ahn y Mochón (2010), alegan una forma de “U” como símbolo de la relación entre ambas variables, es decir, existen dos grupos de edad donde los niveles de felicidad se muestran elevados y un espacio entre estos, donde el nivel de felicidad decrece (Helliwell y Putnam 2004). A esto, Alarcón (2001) encontró que el nivel de felicidad más elevado corresponde a personas mayores, entre 50 y 60 años.

3.2.2.3. El género

En relación al género, los estudios evidencian que la diferencia entre hombres y mujeres son mínimas (Bedma, Montero y Fresneda, 2011), es decir, tanto hombres como mujeres presentan niveles de felicidad similares. Por lo tanto, el género es no vendría a ser una variable no determinante (Alarcón, 2001).

Frente a ello, Arias y Guaman (2017) al comparar los niveles de felicidad por género, encontró que los niveles de felicidad por género, varían de acuerdo a la población estudiada.

3.2.2.4. Los hijos

En cuanto a la felicidad y el número de hijos, Aranda y Villalba (2016) en su estudio encontraron que la mayoría de casos, las personas casadas que no tenían hijos tendían a experimentar mayor felicidad en todos los aspectos de felicidad. Y los que presentaban 1 a 2 hijos, mostraban una felicidad moderada. Frente a esto,

Argyle (1999) refiere que la felicidad tiende a disminuir con el número de hijos, puesto que aumenta las tensiones y estrés por parte de los padres, no obstante cada hijo es una fuente de satisfacción y fuente de apoyo cuando los padres tienen una edad avanzada.

3.2.2.5. Otros factores que producen felicidad

De acuerdo a Alarcón (2006) los objetos que promueven la felicidad son de naturaleza variada, pueden ser éticos, económicos, religiosos, estéticos, sociales, familiares; materiales e ideales. Mientras algunas personas se sienten felices al ayudar, otros porque tienen algo material como dinero o un auto, y otras porque viven en libertad.

Las fuentes de felicidad varían, en este sentido, continúan las investigaciones que varían también según país y cultura.

3.2.3. Teorías de la felicidad

3.2.3.1. La teoría evolutivo-cibernética de la felicidad

Heylighen (1992) propone en este enfoque dos perspectivas de felicidad; una "pasajera", donde la felicidad es definida como un sentimiento o experiencia agradable; y en segundo lugar una felicidad "duradera" que vendría a ser el período prolongado de sentimientos agradables, se relaciona con la satisfacción y calidad de vida.

Explica que esta teoría presenta una relación entre salud y sentirse bien, donde la salud es la propiedad objetiva que ocasiona bienestar, que es una experiencia subjetiva. Esta sensación de bienestar es la que motiva al organismo a buscar la repetición de esta experiencia y manifiesta emociones desagradables para mantenerlas como miedo, hambre, dolor, entre otros.

3.2.3.2. La teoría de las tres vías hacia la felicidad

Seligman (2002) sostiene que existen 3 caminos primordiales hacia la felicidad o bienestar. En primer lugar, la vida placentera o *pleasant life*, se consigue ampliando el sentir emociones positivas y menguando las negativas tanto del pasado como presente y futuro, además es de corta duración. En segundo lugar, está la vida comprometida o *engaged life*, la cual tiene como objetivo desarrollar experiencias óptimas numerosas («flow») poniendo en práctica las fortalezas personales. Finalmente, la vida significativa o *meaningful life*, es la más duradera, abarca el desarrollo de objetivos que trascienden a uno mismo, además de la pertenencia a instituciones positivas como, la familia, educación, entre otras.

Duckworth, Steen, y Seligman (2005) afirman que tanto la vida comprometida como la vida significativa tiene una mayor repercusión en el bienestar, además, los 3 caminos hacia la felicidad no son excluyentes ni absolutas.

3.2.3.3. La felicidad por Alarcón

Para Alarcón (2006) la felicidad es un estado de satisfacción total experimentado por quien consigue un bien esperado. Además, desglosa tal definición en propiedades de la conducta, como son:

- La felicidad: sentimiento de satisfacción que vivencia una persona, individualizando su felicidad entre las demás personas.
- Al ser un estado, da a conocer que la felicidad puede ser duradera, pero, a la vez, es perecible.
- Supone la posesión de un “bien”, es decir, el objeto anhelado el que hace la felicidad de una persona.
- El bien o bienes que generan la felicidad son de naturaleza variada, como materiales, éticos, estéticos, psicológicos, religiosos, sociales, entre otros.

- No se descarta que en un tiempo histórico y en una sociocultural determinada, las aspiraciones colectivas pueden coincidir en desear algún bien o bienes.

Además, dentro de su teoría distingue cuatro dimensiones que se tratarán en el siguiente punto.

3.2.4. Dimensiones de la felicidad

De acuerdo Alarcón (2006), la felicidad es compuesta por cuatro dimensiones que se describen a continuación:

a. Sentido positivo a la vida

Implica tener sentimientos positivos tanto hacia uno mismo como hacia la vida, estando exentos de estados depresivos profundos o sentimientos negativos como la tristeza, el pesimismo, el dolor, la melancolía, la apatía, entre otros (Alarcón, 2006).

b. Satisfacción con la vida

Diener (1994) define a la satisfacción con la vida como consecuencia de evaluar su propia vida y sentirse satisfecha con ella; no obstante, Yuste, Rubio y Aleixandre (2004) agregan que abarca también condiciones y perspectivas futuras. Por su parte, Alarcón (2006) concuerda con ambos autores al definirla como la expresión de satisfacción de lo que se ha alcanzado hasta el momento y por lo que está cerca de lograr, en relación a sus objetivos en la vida

c. Realización personal:

Esta dimensión estaría relacionada con una felicidad duradera y no temporal o fugaz, puesto que, según Alarcón (2006), está orientada a metas que son consideradas por la persona como valiosas y fundamentales, evidenciadas en

autosuficiencia, tranquilidad emocional, placidez, entre otras condiciones para conseguir el estado de realización personal y felicidad completa.

d. **Alegría de vivir**

Esta dimensión concierne a percibir la vida de forma positiva y maravillosa, logrando tener experiencias y sensaciones agradables (Alarcón, 2006)

4. Definición de términos

Adaptación: Estado en el que el sujeto establece una relación de equilibrio y carente de conflictos con su ambiente social. Término acuñado por Piaget para explicar la manera como una persona maneja nueva información. Es la interacción efectiva con el medio (resolución de problemas) a través de los procesos complementarios de asimilación y acomodación (Consuegra, 2000).

Angustia existencial: es inherente al hombre, en cuanto es la resultante y la cristalización de las contradicciones que entraña la condición humana. Conduce al compromiso, a la inevitabilidad de la libertad y a la acción reflexiva (Consuegra, 2000).

Asociación o Misión/Campo local. Es un grupo de iglesias locales, dentro de un área geográfica específica, al que se le ha otorgado, por voto de la Junta Directiva de una División, estatus oficial de Asociación o Misión/Campo local de la Iglesia Adventista, y subsecuentemente se lo ha aceptado en la hermandad de asociaciones-misiones en un congreso de Unión.(Gullón, 2011)

Autoconcepto: Reflejo de las percepciones de sí mismo acerca de cómo es visto por los demás; es una especie de reflejo de la vida social del individuo. Se nutre de la percepción que personas significativas del entorno social tienen sobre uno mismo (Consuegra, 2000).

Autoestima: evaluaciones que una persona hace y comúnmente mantiene sobre sí mismo es decir la autoestima, es una expresión de aprobación o desaprobación que indica la extensión en que la persona cree ser capaz, competente, importante y digno (Coopersmith, 1990).

Autoimagen: Según Allport, es una de las siete funciones del Self (uno mismo). Es “el reflejo de mí”; aquel que los demás ven. Esta es la impresión que la persona proyecta en los demás, su “tipo”, su estima social o estatus, incluyendo su identidad sexual. Es el principio de la conciencia; del Yo Ideal y de la “persona” (Consuegra, 2000).

Calidad de vida: Juicio subjetivo del grado en que se ha alcanzado la felicidad, la satisfacción o un sentimiento de bienestar personal; se encuentra estrechamente vinculado a determinados indicadores “objetivos” (biológicos, psicológicos, conductuales y sociales) (Consuegra, 2000).

Depresión: Trastorno afectivo con síntomas y signos que pueden presentarse de forma aguda, episódica o recurrente, aislados o como parte de otros estados patológicos. Lo que es nuclear en todas las formas de depresión (bipolar, monopolar, reactiva, etc.) es el abatimiento persistente del humor. Cuando el cuadro depresivo se hace severo hay manifestaciones del mismo en las esferas somáticas y cognitiva. Las primeras incluyen trastornos del apetito, que pueden resultar en pérdida o ganancia del peso corporal, trastornos del sueño (insomnio o hipersomnias), trastornos psicomotores (hiperquinesia o bradiquinesia), y fatiga y pérdida de energía (Consuegra, 2000).

Deseabilidad social: Tendencia de los sujetos a atribuirse a sí mismos ítems de personalidad socialmente deseables, y rechazar aquellos socialmente no deseables (Consuegra, 2000).

Desesperanza: Mantenimiento de una serie de expectativas negativas o pesimistas con respecto al presente o futuro (Consuegra, 2000).

Felicidad: es un estado afectivo de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien deseado (Alarcón, 2009)

Inadaptación social: Estado en el que el sujeto establece relaciones conflictivas con su entorno social. Falla o dificultad en la adaptación, global o parcial, de una persona a la sociedad, ya sea porque no logra integrarse a ésta, o porque rechaza los valores que la fundamentan. Esta falla en la adaptación puede provocar en el sujeto una situación de desequilibrio que se puede manifestar en la adopción de comportamientos opuestos a los esperados por la sociedad (Consuegra, 2000).

Interacción: Proceso de lo que ocurre dentro de una unidad actuante (sea una persona o una colectividad) y lo que ocurre entre tales unidades. La psicología social puede ser definida como el estudio científico de los procesos psicosociales implicados en la génesis, desarrollo y consecuencia del comportamiento interpersonal (Consuegra, 2000).

Habilidades sociales: Conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas (Consuegra, 2000).

5. Hipótesis de la investigación

5.1. Hipótesis general

Hi. La autoestima se relaciona de forma significativa con la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, Lima 2017.

5.2. Hipótesis Específicas

H1. La autoestima personal y el sentido positivo de la vida, en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, Lima 2017.

H2. Existe relación entre la autoestima y la satisfacción con la vida, en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, Lima 2017.

H3. Existe relación entre la autoestima y la realización personal, en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, Lima 2017.

H4. Existe relación entre la autoestima y la alegría de vivir, en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, Lima 2017.

Variables de la investigación.

Capítulo III

Materiales y métodos

1. Diseño y tipo de investigación

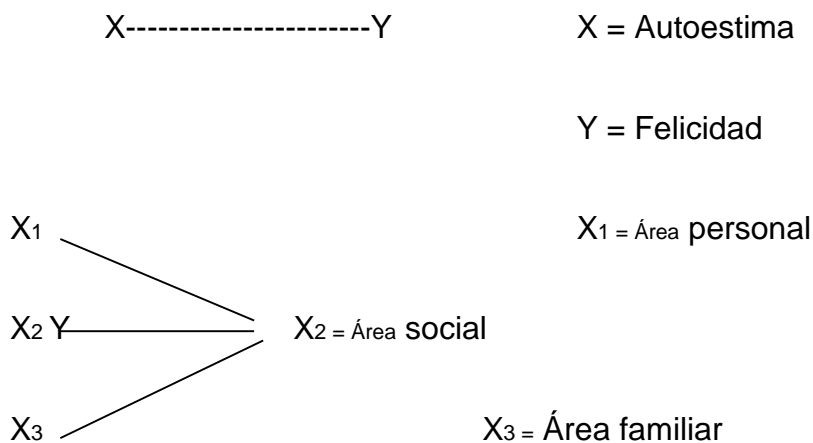
El presente trabajo se inscribe como una investigación dentro del enfoque cuantitativo.

Asimismo, este trabajo, es descriptivo-Correlacional porque pretende describir y determinar la correlación entre las variables autoestima y la felicidad (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

La investigación corresponde básicamente a un diseño no experimental transaccional, porque no se manipulan las variables y los datos, se recolectaron en un solo momento permitiendo describir la relación entre las variables. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

Su diagrama representativo es el siguiente:

Dónde:



2. Variables de la investigación

2.1. Definición conceptual de las variables

2.1.1. Autoestima

Está referida a las evaluaciones que una persona hace y generalmente mantiene sobre sí mismo es decir la autoestima, es una expresión de aprobación o desaprobación que indica la posibilidad en que la persona cree ser capaz, competente, importante y digno. Y por lo tanto la autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo (Coopersmith, 1990).

2.1.2. La Felicidad

La felicidad “es un estado afectivo de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien deseado” (Alarcón, 2009 p.27).

2.2. Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de las variables de Autoestima

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrum entos	Valoración
Autoestima en el área personal: El cual refieren a las actitudes que presenta el sujeto frente a su autopercepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas.	Autoconfianza	1. Generalmente los problemas me afectan poco.	Inventari o de autoesti ma adultos (Coopers mith, 1967)	Si o No Niveles: Bajo (0-24) Medio bajo (25-49) Medio alto (50-74) Alto (75- 100)
		10. Me rindo fácilmente.		
		19. Si tengo algo que decir, generalmente lo digo.		
	Autoaceptación	25. No soy digno de confianza.		
		3. Hay muchas cosas de mí que cambiaría si pudiese.		
		5. .No soy tan simpático(a) como los demás.		
		7. Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cualquier cosa nueva.		
	Autoconcepto	12. Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy.		
		13. Es bastante difícil ser yo mismo.		
		15. Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo.		
Capacidad de decidir	4. Puedo tomar decisiones sin dificultad.			
Imagen personal	17. Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago.			
	18. Soy menos atractivo(a) que la mayoría de la gente.			
	24. Me gustaría ser otra persona.			
	Interacción familiar	6. Me altero fácilmente en casa.		
		20. Mi familia me comprende.		
	Sentimiento de independencia	22. Frecuentemente siento que mi familia me presiona.		
16. En muchas ocasiones me gustaría irme de casa.				
Valoración familiar	9. Generalmente mi familia considera mis sentimientos.			
	11. Mi familia espera mucho de mí.			
Integración	17. Mayormente me siento fastidiado en la escuela.			

su rendimiento académico o profesional.

Autoestima en el área familiar:

Expone ítems en los que se hace referencia a las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia.

Adaptación social

Relaciones interpersonales

Aceptación en grupo

21. Muchas personas son más preferidas que yo.

23. Con frecuencia me siento descontento con mi trabajo

2. Me resulta difícil hablar enfrente de un grupo.

8. Soy popular entre las personas de mi edad

14. Mis compañeros usualmente aceptan mis ideas.

Tabla 2

Operacionalización de variables: La felicidad

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumentos	Valoración								
Sentido positivo de la vida: Significa estar libre de estados depresivos profundos, tener sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida. Está conformado por: profunda depresión, intranquilidad, pesimismo, vacío existencial, fracaso.	Profunda depresión	26. Todavía no he encontrado sentido positivo a mi existencia.	Escala de Felicidad de Lima.	Totalmente de acuerdo								
		20. La felicidad es para algunas personas no para mí.										
	Intranquilidad	18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.			Desarrollada por: Reynaldo, Alarcón Japurá (2006)	Niveles: Muy baja (27-87) Baja (88-95) Media (96-110) Alta (111-118) Muy alta (119-135)						
		23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.										
	Pesimismo	22. Me siento triste por lo que soy.					Desarrollada por: Reynaldo, Alarcón Japurá (2006)	Niveles: Muy baja (27-87) Baja (88-95) Media (96-110) Alta (111-118) Muy alta (119-135)				
		02. Siento que mi vida está vacía.										
	Vacío existencial	19. Me siento un fracasado.							Desarrollada por: Reynaldo, Alarcón Japurá (2006)	Niveles: Muy baja (27-87) Baja (88-95) Media (96-110) Alta (111-118) Muy alta (119-135)		
		17. La vida ha sido injusta conmigo.										
	Fracaso	11. La mayoría del tiempo no me siento feliz.									Desarrollada por: Reynaldo, Alarcón Japurá (2006)	Niveles: Muy baja (27-87) Baja (88-95) Media (96-110) Alta (111-118) Muy alta (119-135)
		07. Pienso que nunca seré feliz.										
Satisfacción con la vida: Aquí se expresa satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que esta donde tiene que estar o porque se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida. Está conformado por: satisfacción.	Satisfacción	14. Me siento inútil.	Desarrollada por: Reynaldo, Alarcón Japurá (2006)	Niveles: Muy baja (27-87) Baja (88-95) Media (96-110) Alta (111-118) Muy alta (119-135)								
		4. Estoy satisfecho con mi vida										
		03. Las condiciones de mi vida son excelentes										
		05. La vida ha sido buena conmigo										
		01. En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal										
		06. Me siento satisfecho por lo que soy										
		10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar										
		Realización personal: Aquí se expresa felicidad plena y no estados temporales de estar feliz, creo que no me falta nada, si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida. Está conformado por: felicidad plena, autosuficiencia, autarquía,			Felicidad plena	24. Me considero una persona realizada	Desarrollada por: Reynaldo, Alarcón Japurá (2006)	Niveles: Muy baja (27-87) Baja (88-95) Media (96-110) Alta (111-118) Muy alta (119-135)				
						21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado						
					Autarquía	27. Creo que no me falta nada			Desarrollada por: Reynaldo, Alarcón Japurá (2006)	Niveles: Muy baja (27-87) Baja (88-95) Media (96-110) Alta (111-118) Muy alta (119-135)		
25. Mi vida transcurre plácidamente												
Tranquilidad emocional	09. Si volvería a nacer no cambiaría casi nada de mi vida	Desarrollada por: Reynaldo, Alarcón Japurá (2006)	Niveles: Muy baja (27-87) Baja (88-95) Media (96-110) Alta (111-118) Muy alta (119-135)									
	08. Hasta ahora he conseguido las cosas que para mí son importantes											

tranquilidad
emocional, logros.

Alegría de vivir:

Esto señala lo
maravilloso que es
vivir, refiere
experiencias positivas
de la vida y sentirse
generalmente bien.

Está conformado por:
extraordinario vivir,
feliz.

Extraordinari
o vivir

Feliz

12. Es maravilloso vivir

15. Soy una persona optimista

16. He experimentado la alegría
de vivir

3. Delimitación geográfica y temporal

La investigación se realizó con las parejas adventistas del séptimo día perteneciente al distrito misionero de Huaycán ubicada en el distrito de Ate-vitarte. Inició de enero del 2016 y culminó en noviembre del 2017.

3.1. Población

La población consta de 85 parejas (170 personas) de la iglesia adventista del séptimo día perteneciente al distrito misionero de Huaycán, las cuales radican en esta zona.

3.2. Muestra

La muestra de este trabajo de investigación fue de 74 parejas, (personas 148) de los cuales un cuestionario no fue llenado quedando 147 parejas, de la iglesia Adventista del Séptimo Día distrito misionero de Huaycán.

3.3. Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión:

- Personas casadas o convivientes
- Pertenecientes a la comunidad cristiana
- Test contestado por completo
- Presentes al momento de la evaluación

Criterios de exclusión:

- Personas solteras
- De otra comunidad religiosa ajena a la estudiada
- Test contestados de manera incompleta
- Ausentes en el momento de la evaluación

4. Instrumentos de investigación

En el presente estudio, la recolección de la información, se realizó a través de dos instrumentos estandarizados: Inventario de Autoestima (Coopersmith, 1967) y la Escala de Felicidad de Lima. (Alarcón, 2006).

A continuación se describen los instrumentos a utilizados:

4.1. Inventario de Autoestima (Coopersmith, 1967).

El inventario de autoestima de Coopersmith para adultos, de acuerdo al análisis del inventario en referencia se puede observar que a diferencia de la versión Escolar (original), el Inventario de Autoestima de Coopersmith para Adultos toma como referencia los primeros 25 ítems del primer inventario en mención que generan un puntaje total así como puntajes separados en tres dimensiones.

4.1.1. Dimensiones del inventario

Autoestima del área personal:

Está integrada por 13 ítems: 1, 3, 4, 7, 10, 12, 13, 15, 18, 19, 23, 24, 25

Autoestima Social:

Está integrada por 6 ítems: 2, 5, 8, 14, 17, 21

Autoestima Familiar:

Está integrada por 6 ítems: 6, 9, 11, 16, 20, 22

Adicional a las tres dimensiones, el inventario de auto estima está conformada por 12 indicadores:

Autoconfianza: considera los ítems 1, 10, 19, 25.

Auto aceptación: considera los ítems 3, 5, 7.

Auto concepto: considera los ítems 12, 13,15.

Capacidad de decidir: considera el ítem 4.

Imagen personal: considera los ítems 18,24.

Interacción familiar: considera los ítems 6, 20, 22.

Sentimiento de independencia: considera el ítems 16.

Valoración familiar: considera los ítems 9,11.

Integración: considera el ítem 17.

Adaptación social: considera los ítems 21, 23.

Relaciones interpersonales considera los ítems 2, 8.

Aceptación en grupo considera el ítem 14.

4.1.2. Niveles de autoestima.

De 0 a 24 Nivel de autoestima bajo

25 a 49 Nivel de autoestima medio bajo

50 a 74 Nivel de autoestima medio alto

75 a 100 Nivel de autoestima alto

Claves de la respuesta:

Ítems verdaderos: 1, 4, 5, 8, 9, 14, 19, 20

Ítems falsos: 2, 3, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 21, 22, 23, 24, 25

4.1.3. Características psicométricas.

Confiabilidad y validez.

En el Perú, el cuestionario de autoestima de Coopersmith ha sido validado y adaptado para diferentes grupos. El inventario de autoestima aplicado a los jóvenes universitarios peruanos que viven en Lima (N = 146) bajo un estudio Correlacional, al realizarse un análisis de fiabilidad ítem – test y por área de la prueba de Coopersmith, el Alfa de Cronbach general fue de .79

En otro estudio realizado en el Perú constituida por el total de 432 alumnos de la Facultad de Ciencias Físicas y Matemáticas de la Universidad de Trujillo en el año 2008 se usó el Inventario de Autoestima para adultos de Stanley Coopersmith. La

confiabilidad fue comprobada por el método de las mitades, obteniéndose una correlación de .760.

4.2. Escala de felicidad de Lima (Reynaldo Alarcón, 2006)

Características Psicométricas:

Escala de 27 ítems (ver anexo) tipo Likert con 5 alternativas de respuesta: Totalmente de acuerdo, Acuerdo, Ni acuerdo ni desacuerdo, Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

Clave de respuestas de la Escala de Felicidad de Lima (EFL)

La EFL se califica según la posición de las marcas puestas en una de las cinco alternativas de respuesta (TA A ¿D TD). Se atribuye 5 puntos al nivel más alto de felicidad y 1 punto al nivel más bajo. Los niveles intermedios reciben los demás puntajes.

Niveles de calificación

Muy baja (27-87)

Baja (88-95)

Media (96-110)

Alta (111-118)

Muy alta (119-135)

Dimensiones de la felicidad

Sentido positivo de la vida: Está integrada por 11 ítems: 26, 20, 18, 23, 22, 02, 19, 17, 11, 07, 14.

Satisfacción con la vida: Está integrada por 06 ítems: 04, 03, 05, 01, 06, 10.

Realización personal: Está integrada por 06 ítems: 24, 21, 27, 25, 09, 08.

Alegría de Vivir: Está integrada por 04 ítems: 12, 15, 16, 13.

La escala de la felicidad de Lima está conformada por 13 indicadores y 27 ítems:

Profunda depresión: considera los ítems 26, 20

Intranquilidad: considera el ítem 18

Pesimismo: considera los ítems 23, 22

Vacío existencial: considera el ítems 02

Fracaso: considera los ítems 19, 17, 11, 07,14

Satisfacción: considera los ítems 04, 03, 05, 01, 06,10

Felicidad plena: considera el ítems 24

Autosuficiencia: considera el ítems 21

Autarquía: considera el ítems 27

Tranquilidad emocional: considera los ítems 25,09

Logros: considera el ítems 08

Extraordinario vivir: considera los ítems 12, 15

Feliz: considera los ítems 16,13

Características psicométricas:

Respecto a la confiabilidad y validez indican que la Escala de Felicidad aplicada en una población peruana (709 estudiantes universitarios hombres y mujeres) por Reynaldo Alarcón cuentan con las propiedades psicométricas adecuadas para considerarse como una medida válida y confiable.

Confiabilidad:

Coeficiente Alfa de Cronbach = 0.914 (ítems estandarizado). Método de mitades Spearman-Brown, $r = 0.889$. Coeficiente Gutman Split-Half, $r = 0.887$

Correlaciones ítems-test: Media $r = 0.494$, $p < .001$

Validez de constructo:

Se evaluó mediante Análisis Factorial. Componentes Principales y Rotación Varimax. Los ítems se agrupan coherentemente en 4 componentes, con altas saturaciones factoriales (varían de 0.413 a 0.689):

5. Proceso de recolección de datos

Para el presente estudio las técnicas de recolección de datos se basaron en el uso de dos instrumentos: El inventario de autoestima de Coopersmith y la Escala de Felicidad de Lima de Alarcón. Se aplicó a las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, durante el mes de diciembre del 2015, donde los participantes, previa lectura, contestaron por escrito, sin intervención directa de la persona encargada de la aplicación.

Asimismo la administración de los instrumentos se realizó de manera colectiva en una reunión al cual fueron convocados voluntariamente.

Una vez obtenido los datos sobre las dos variables se utilizará el software estadístico SPSS 18.0 Windows para procesar los resultados.

6. Procesamiento y análisis de datos

A continuación se presentara el cuadro estadístico, con relación a la autoestima y la felicidad según niveles de autoestima en parejas casadas, sexo, estado civil, tipo de trabajo, nivel de felicidad en parejas casadas, sexo, estado civil, según ocupación, tipo de trabajo, que resulto en la evaluación del inventario de la Autoestima y la Escala de la Felicidad de Lima realizada a las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, Lima – 2016.

Nivel de autoestima en parejas casadas, sexo, estado civil, tipo de trabajo.

Capítulo IV

Resultados y discusión

1. Resultados

1.1. Análisis descriptivo

1.1.1. Datos sociodemográficos.

La muestra estudiada está representada por parejas, de las cuales en su mayoría tienen una educación secundaria (32%) y superior (48%). La mayoría son trabajadores independientes (67%) y respecto a su estado civil, un 89% son casados y un 48% tiene 10 o menos años de casados.

Tabla 3

Datos sociodemográficos

	Variable	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Masculino	73	49,7%
	Femenino	74	50,3%
Educación	Primaria	26	17,7%
	Secundaria	47	32,0%
	Superior	70	47,6%
Edad	Posgrado	4	2,7%
	20-30	37	25,2%
	31-40	44	29,9%
	41-50	27	18,4%
	51-60	25	17,0%
	61-70	10	6,8%
Ocupación	71-80	4	2,7%
	Empleado	49	33,3%
Estado civil	Independiente	98	66,7%
	Conviviente	16	11,0%
Años matrimonio	Casado	129	89,0%
	0-10	68	47,9%
	11-20	27	19,0%
	21-30	25	17,6%
	31-40	13	9,2%

	41-50	9	6,3%
	0	13	9,2%
	1	35	24,8%
	2	36	25,5%
	3	33	23,4%
Número de hijos	4	6	4,3%
	5	14	9,9%
	6	2	1,4%
	7	1	,7%
	9	1	,7%

1.1.2. Nivel de autoestima.

Se aprecia en la tabla 1 que la mayoría de las parejas presentan un nivel moderado y alto de autoestima (69.4% y 28.6 respectivamente), es decir logran aceptar y valorar positivamente sus propias características físicas y psicológicas. Sin embargo se observa que el 32% se valora negativamente en el área social, es decir se perciben con menos capacidades para la interacción social. De manera similar, el 29.3% de las parejas valora negativamente sus experiencias dentro del hogar.

Tabla 4

Niveles de autoestima en parejas casadas

	Bajo		Moderado		Alto	
	N	%	n	%	N	%
Autoestima global	3	2%	102	69.4%	42	28.6%
Área personal	24	16.3%	77	52.4%	46	31.3%
Área social	47	32%	58	39.5%	42	28.6%
Área Familiar	43	29.3%	60	40.8%	44	29.9%

1.1.3. Nivel de autoestima según datos socio demográficos

a. Nivel de autoestima según sexo.

Si bien en la tabla 2 se observa que la mayoría de los varones y mujeres presentan un nivel moderado de autoestima (65.8% y 73% respectivamente) se aprecia que hay más varones que valoran positivamente sus propias características (34.2%) a

diferencia de las mujeres (23%). De manera similar ocurre con la dimensión personal y social, no obstante ocurre lo contrario en la valoración familiar donde el 36.5% de las mujeres valora negativamente sus vivencias en dicha área a diferencia de los varones (21.9%).

Tabla 5

Nivel de autoestima según sexo

	Sexo*											
	Masculino						Femenino					
	Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto	
	n	%	n	%	N	%	n	%	N	%	n	%
Autoestima	0	0%	4	65.8	2	34.2	3	4.1%	5	73%	1	23%
Personal	9	12.3	3	52.1	2	35.6	1	20.3	3	52.7	2	27%
Social	2	28.8	2	35.6	2	35.6	2	35.1	3	43.2	1	21.6
Familiar	1	21.9	3	49.3	2	28.8	2	36.5	2	32.4	2	31.1
	6	%	6	%	1	%	7	%	4	%	3	%

* Masculino=73, femenino=74

b. Nivel de autoestima según estado civil

La tabla 3 permite apreciar que el 72.2% y 69% de los convivientes y casados tienen un nivel moderado de autoestima, la misma tendencia se observa en la dimensión personal y social. Además se observa que hay más parejas casadas que tienen un nivel alto de autoestima familiar (31.8%) a diferencia de las parejas que conviven (16.7%).

Tabla 6

Nivel de autoestima según estado civil

	Estado civil*											
	Conviviente						Casado					
	Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto	
	n	%	n	%	N	%	n	%	N	%	n	%

Autoestima	0	0%	1	72.2	5	27.8	3	2.3%	8	69%	3	28.7
Personal	2	11.1	1	66.7	4	22.2	2	17.1	6	50.4	4	32.6
Social	6	33.3	7	38.9	5	27.8	4	31.8	5	39.5	3	28.7
Familiar	8	44.4	7	38.9	3	16.7	3	27.1	5	41.1	4	31.8
		%		%		%		%		%		%

* Conviviente=16, casado=129

c. Nivel de autoestima según la ocupación de las parejas

Se aprecia en la tabla 4 que la mayoría de las parejas, sean empleados o independientes, tienen un nivel entre moderado y alto en la capacidad para aceptar y valorar positivamente sus propias características físicas y psicológicas. De manera similar ocurre en el área personal, social y familiar. Sin embargo también se aprecia que hay un grupo importante de parejas que tienen un nivel bajo en el área social, donde hay más trabajadores independientes con este nivel (36.7%) que los empleados (22.4%).

Tabla 7*Nivel de autoestima según el tipo de trabajo que ejercen las parejas*

	Ocupación*											
	Empleado						Independiente					
	Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto	
n	%	n	%	N	%	n	%	N	%	n	%	
Autoestima	0	0%	2	55.1	2	44.9	3	3.1%	7	76.5	2	20.4
Personal	7	14.3	2	57.1	1	28.6	3	31.6	5	51%	1	17.3
Social	1	22.4	2	42.9	1	34.7	3	36.7	3	37.8	2	25.5
Familiar	1	28.6	1	28.6	2	42.9	2	29.6	4	46.9	2	23.5
	4	%	4	%	1	%	9	%	6	%	3	%

* Empleado=49, independiente=98

1.1.4. Nivel de felicidad

Se observa en la tabla 5 que si bien la mayoría tiene un nivel entre moderado y alto de felicidad, el 23.1% tiene un nivel bajo de satisfacción con lo que posee (sea material, ético, estético, religioso, social entre otros). Esto ocurre también en los sentimientos hacia uno mismo y hacia la vida (15%), con la satisfacción por lo que se ha alcanzado (15.6%), con la realización personal (20.4%) y con la alegría de vivir (17.7%), donde se muestran insatisfechos e inconformes.

Tabla 8*Niveles de felicidad en parejas casadas*

	Bajo		Moderado		Alto	
	N	%	n	%	n	%
Felicidad	34	23.1%	71	48.3%	42	28.6%
Sentido positivo de la vida	22	15%	78	53.1%	47	32%
Satisfacción con la vida	23	15.6%	75	51%	49	33.3%
Realización personal	30	20.4%	71	48.3%	46	31.3%
Alegría de vivir	26	17.7%	79	53.7%	42	28.6%

1.1.5. Nivel de felicidad según datos socio demográficos

a. Nivel de felicidad según sexo

Se aprecia en la tabla 6 que el 32.9% de varones y el 24.3% de mujeres presentan un nivel alto de felicidad, es decir están completamente satisfechos con lo que tienen en la actualidad. Con respecto a los componentes de la felicidad la mayoría de los varones tiene un nivel moderado de satisfacción, en el caso de las mujeres solo sucede en la alegría por vivir (52.7%) y el sentido positivo de la vida (54.1%). Además se aprecia que hay un grupo importante de mujeres que no está satisfecho con la vida (23%).

Tabla 9

Nivel de felicidad según sexo

	Sexo*											
	Masculino						Femenino					
	Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto	
	n	%	n	%	N	%	n	%	n	%	n	%
Felicidad	1	17.8	3	49.3	2	32.9	2	28.4	3	47.3	1	24.3
S. positivo de vida	3	%	6	%	4	%	1	%	5	%	8	%
Satisfacción con la vida	9	12.3	3	53.4	2	34.2	1	17.6	3	52.7	2	29.7
Realización personal	6	8.2%	4	57.5	2	34.2	1	23%	3	44.6	2	32.4
Alegría de vivir	2	%	5	%	5	%	7	%	3	%	4	%
	1	21.9	3	50.7	2	27.4	1	18.9	3	45.9	2	35.1
	6	%	7	%	0	%	4	%	4	%	6	%
	1	17.8	3	53.4	2	28.8	1	17.6	4	54.1	2	28.4
	3	%	9	%	1	%	3	%	0	%	1	%

* Masculino=73, femenino=74

b. Nivel de felicidad según estado civil

Con respecto al estado civil la mitad de las personas que conviven tienen un nivel moderado de felicidad, en cambio en las parejas casadas se aprecia un mayor porcentaje en el nivel alto (30.2%). De manera similar ocurre en los componentes de la felicidad donde la mayoría de los convivientes y casados tienen un nivel moderado

de satisfacción, sin embargo hay un grupo importante de este último grupo que tiene un nivel alto de satisfacción.

Tabla 10

Nivel de felicidad según estado civil

	Estado civil*											
	Conviviente						Casado					
	Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto	
	n	%	n	%	N	%	n	%	N	%	n	%
Felicidad	5	31.3%	8	50%	3	18.8%	2	21.7%	6	48.1%	3	30.2%
S. positivo de vida	4	25%	9	56.3%	3	18.8%	1	14%	6	51.9%	4	34.1%
Satisfacción con la vida	2	12.5%	8	50%	6	37.5%	2	15.5%	6	51.2%	4	33.3%
Realización personal	2	12.5%	1	75%	2	12.5%	2	20.9%	5	45%	4	34.1%
Alegría de vivir	4	25%	9	56.3%	3	18.8%	2	17.1%	6	52.7%	3	30.2%

* Conviviente=16, casado=129

c. Nivel de felicidad según ocupación

Se aprecia en la tabla 8 que el 27.6% de los trabajadores independientes tiene un nivel bajo de felicidad mientras que en los empleados solo el 14.3% tiene un nivel bajo. También se observa que el 44.9% de los empleados tienen un nivel alto en sentido positivo de la vida y en los trabajadores independientes la mayoría tienen un nivel moderado (56.1%). En los demás componentes la mayoría de ambos grupos tienen niveles de satisfacción entre moderado y alto.

Tabla 11

Nivel de felicidad según el tipo de trabajo que ejercen las parejas

	Ocupación*											
	Empleado						Independiente					
	Bajo		Moderado		Alto		Bajo		Moderado		Alto	
	n	%	N	%	N	%	n	%	n	%	n	%
Felicidad	7	14.3%	2	51%	1	34.7%	2	27.6%	4	46.9%	2	25.5%
S. positivo de vida	4	8.2%	2	46.9%	2	44.9%	1	18.4%	5	56.1%	2	25.5%
Satisfacción con la vida	5	10.2%	3	65.3%	1	24.5%	1	18.4%	4	43.9%	3	37.8%
Realización personal	9	18.4%	2	55.1%	1	26.5%	2	21.4%	4	44.9%	3	33.7%
Alegría de vivir	9	18.4%	3	61.2%	1	20.4%	1	17.3%	4	50%	3	32.7%

* Empleado=49, independiente=98

1.2. Prueba de normalidad

Con el propósito de contrastar las hipótesis planteadas, se procedió a realizar primero la prueba de bondad de ajuste para precisar si las variables presentan una distribución normal. En ese sentido la tabla 9 presenta los resultados de la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov (K-S).

Como se observa en la Tabla 9 los datos correspondientes a las 5 variables no presentan una distribución normal dado que el coeficiente obtenido (K-S) es significativo ($p < 0.05$). Por tanto, para los análisis estadísticos correspondientes se empleará estadística no paramétrica.

Tabla 12

Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio

Instrumentos	Variables	Media	D.E.	K-S	P
Autoestima	Autoestima global	57.8	18.9	.116	.000
	Área personal	7.6	2.8	.104	.000
	Área social	3.3	1.6	.134	.000
	Área familiar	3.4	1.5	.181	.000
Felicidad	Puntaje total	102.7	16.1	.081	.021

*p<0.05

1.3. Correlación entre felicidad y autoestima

Se aprecia en la tabla 10 que existe una relación positiva y altamente significativa entre el nivel de autoestima y el nivel de felicidad ($\rho = .383$ $p < 0.01$). Es decir a mayor autoestima mayor es la felicidad de las parejas. De manera similar ocurre con los demás componentes de la autoestima, donde mantienen una relación altamente significativa, positiva y alta.

Tabla 13

Correlación entre felicidad y autoestima en parejas

Autoestima	Felicidad	
	Rho	P
Autoestima global	.383**	.000
Área personal	.342**	.000
Área social	.255**	.002
Área familiar	.245**	.003

** La correlación es significativa al nivel 0.01

2. Discusión de resultados

Los resultados obtenidos, evidencian una relación significativa y moderada entre autoestima y felicidad en las parejas adventistas del Séptimo día del distrito misionero de Huaycán ($\rho = .383$, $p < .00$), es decir cuando las parejas mostraron mayores niveles de autoestima, también mostraron altos índices de felicidad. Resultados similares fueron encontrados por Núñez, Gonzales y Realpozo (2015); Povedano, Hendry, Ramos y Varela (2011); y Olaechea (2011). Asimismo, Bedmar, Montero y Fresneda (2011) concluyeron que la autoestima es un factor que permite alcanzar la felicidad y

por ende su bienestar. A esto, Moreno y Marrero (2015) encontraron una relación alta (.69) entre autoestima con los indicadores de bienestar subjetivo y psicológico en adultos; relacionándose, autoestima, en mayor medida con el bienestar psicológico. No obstante Baumeister, Campbell, Krueger y Vohs (2003) a pesar de concluir que existe una relación fuerte entre ambas variables, también afirma que se debería realizar investigaciones explicativas, donde se evidencie la influencia de una variable hacia otra.

Del mismo modo se obtuvo una relación significativa y moderada entre autoestima personal y felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán ($\rho=.342$, $p<.000$), Es decir, las parejas que mostraron mayor autoestima a sí mismo, también presentaron altos índices de felicidad. Coopersmith (1976) refiere que la autoestima a sí mismo implica adecuada valoración de sí mismo, imagen corporal, estabilidad y cualidades personales. En este sentido, Ramos-Díaz, Rodríguez-Fernández y Antonio-Aguirre (2017) afirman que una mejora en la concepción de uno mismo implica también una mejora en la satisfacción con la vida. Además, Prieto y Muñoz-Najar (2015) y Rodríguez (2005) coinciden en afirmar que quienes presentan una adecuada imagen corporal, experimentan niveles altos de felicidad, viceversa.

Respondiendo a la segunda hipótesis específica, se encontró una relación significativa y baja entre autoestima social y felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán ($\rho=.255$, $p<.002$) es decir, que a mayor autoestima social mayor será la felicidad. La autoestima social que hace referencia a la autoevaluación que hace el individuo referente a la manera como se relaciona, pues caracteriza a las personas con alta autoestima como activas, con éxitos sociales y académicos, líderes (Coopersmith, 2006). Para Haeusslerp (1994)

la autoestima social implica el sentirse aceptado por sus iguales, el sentirse parte de un grupo y de manejar exitosamente situaciones sociales como la interacción con el sexo opuesto, solucionar conflictos interpersonales. Para Bermúdez y Brik (2010) la autoestima y las habilidades sociales de cada individuo son desarrolladas dentro del círculo familiar. Otro factor importante en la sociabilización de cada persona es la sociedad, Caballo (2005) señala que la habilidad social debe calificarse considerando el marco cultural, dado que los patrones culturales difieren de manera considerable dentro de una misma cultura considerando su sexo, clase social, educación, economía, entre otros, es decir, si bien es cierto la autoestima se manifiesta en la manera como el individuo se relaciona dentro de un ambiente social, es necesario considerar el marco cultural, pues este afecta de manera general a la población.

Finalmente se encontró una relación significativa y baja entre la autoestima familiar y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán ($\rho = .245$, $p < .003$). Es decir, las parejas que indicaron mayores niveles de autoestima familiar, mostraron también altos índices de felicidad. De manera similar García (2017) encontró una relación altamente significativa entre la autoestima y satisfacción marital en parejas casadas de la iglesia adventista en el distrito Lejanías en Colombia, mostrando que la felicidad conyugal está relacionada con la autoestima.

Al respecto Olaechea (2012) reportó que las personas que están en una relación de pareja reportan mayores índices de autoestima y felicidad. Es decir, la relación de convivencia en pareja ejerce influencia en el área emocional de las parejas, además Montoya y Landero (2008) añaden que cohabitar en una familia nuclear a diferencia de una familia monoparental, influye en tener una mejor autoestima y satisfacción con la vida. Es decir, no solo ejerce influencia en los padres, sino también en los hijos que viven bajo el cuidado de ellos.

Capítulo V

Conclusiones y recomendaciones

1. Conclusiones

Respecto al objetivo general, se encuentra que la autoestima tiene una relación positiva y altamente significativa con la felicidad ($\rho = .383$ $p < 0.000$). Es decir a mayor autoestima mayor es la felicidad, en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, Lima.

Referente a los objetivos específicos, se encuentra en el primer objetivo que la autoestima personal se relaciona de manera significativa y moderada con la felicidad ($\rho = .342$, $p < .000$) es decir a mayor sea la autoestima, mayor será la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán, Lima.

En el segundo objetivo específico, se encontró una relación significativa y baja entre autoestima social y felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán ($\rho = .255$, $p < .002$) es decir, que a mayor autoestima social mayor será la felicidad.

En el tercer objetivo específico, se encontró una relación significativa y baja entre la autoestima familiar y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán ($\rho = .245$, $p < .003$). Es decir, las parejas que indicaron mayores niveles de autoestima familiar, mostraron también altos índices de felicidad.

2. Recomendaciones

Al finalizar la presente investigación se proponen las siguientes recomendaciones:

1. Realizar investigaciones con un diseño explicativo considerando otros factores que pueden estar interrelacionados con la autoestima y la felicidad, como logros personales, estatus económico, involucramiento en las actividades de la iglesia, espiritualidad, vida devocional, entre otros.
2. Aplicar instrumentos que estén relacionados con la vida conyugal, así mismo organizar las pruebas considerando las parejas para obteniendo los puntajes de ambas parejas se pueda tener información sobre la interrelación en el hogar.
3. Relacionar felicidad con funcionamiento familiar para encontrar la relación que existe entre el nivel o tipo de funcionamiento familiar y la felicidad conyugal.
4. Realizar seminarios-Taller para seguir fortaleciendo la felicidad en las parejas. Así como la mejor de su autoestima, brindando estrategias para fomentar una autoestima saludable en la pareja en los hijos.
5. Debido a la importancia de la autoestima en el desarrollo de la felicidad, se recomienda que este trabajo sea ampliado en su cobertura hacia una muestra mucho más grande que represente la población total de las parejas del Centro poblado de Huaycán, con el propósito de diagnosticar e identificar relaciones múltiples entre las variables y sus dimensiones con la finalidad de formular alternativas de solución.
6. Considerar al momento de recaudar los datos el considerar los años de convivencia, el lugar de procedencia y el tipo de familia (Nuclear, monoparental, reconstruida, extensa), dado que esta información permitirá conocer el ambiente y la cultura en la población estudiada.

7. Realizar estudios comparativos entre parejas de diferentes comunidades religiosas, que permitirá conocer cómo puede afectar las creencias religiosas sobre la felicidad y la autoestima.

Referencias

- Ahn, N. y F. Mochón (2007): "*Happiness and Expectations*", Working Paper, n.º 2007-01, Fedea.
- Alcántara, J. (1993). *Cómo educar la Autoestima*. Barcelona: CEAC S.A
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 40(1), p.96-106.
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de psicología*, 40 (1), p.99-106.
- Alarcón, R. (2001). Relaciones entre felicidad, genero, edad, estado conyugal. *Revista de Psicología de la PUCP*. Lima.
- Alarcón, R. (2009). *Psicología de la felicidad*. Editorial Perú Universidad Ricardo Palma.
- Amazings (2015). *Las personas con autoestima baja son menos propensas a romper su relación de pareja aunque les resulte insatisfactoria*. Documento recuperado de <http://noticiasdelaciencia.com/not/13416/las-personas-con-autoestima-baja-son-menos-propensas-a-romper-su-relacion-de-pareja>.
- Aranda, J. y Villalba, A., (2016). Perdón y felicidad en adultos casados de una comunidad del distrito de Lurigancho-Chosica, 2016 (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana Unión, Lima. Recuperado de <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/428>
- Argyle, M. (1987). *Psicología de la felicidad*. Madrid: Alianza Editorial.
- Argyle, M. (1999). "*Causes and Correlates of Happiness*", en Kahneman, Diener y Schwarz. (Eds) op. cit. pp. 153- 373.

- Arias, G. (2003). La escala de satisfacción marital: análisis de su confiabilidad y validez en una muestra de supervisores mexicanos. (Tesis de muestra) *Revista Interamericana de Psicología*, 37(1), 67-92.
- Arita, W. Romano, S, García, N. y Del Refugio, M. (2005). Indicadores objetivos y subjetivos de la calidad de vida. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10(1), 93-102.
- Arraga, M. y Sánchez, M. (2012). Validez y confiabilidad de la Escala de felicidad de Lima en adultos mayores venezolanos. *Universitas Psychologica*, 11(2), 381-393.
- Atri, 2006. Cuestionario de Evaluación del Funcionamiento Familiar (EFF). Velasco, M., Luna, M., (Eds.), *Instrumentos de evaluación en terapia familiar y de pareja*, (pp. 1-27). México: Paxmexico
- Baron, R. (1997) *Fundamentos de la psicología*. México: Pearson educación
- Basurto, L. Susana (2003). *Satisfacción marital: su relación con el autoconcepto y la depresión en las mujeres*. Tesis maestría. México.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., y Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological science in the public interest*, 4(1), 1-44. doi: 10.1111/1529-1006.01431
- Bermúdez, C. y Brik, E. (2010). *Terapia familiar sistémica. Aspectos teóricos y aplicación práctica*. España. SÍNTESIS.

- Beane, J. (1986). *Self concept, self-esteem and the currículo*. Estados Unidos: Teachers College Press.
- Bereche, V., Osoreo, D., (2015). Nivel de autoestima en los estudiantes del quinto año de secundaria de la Institución educativa privada "Juan Mejía Baca" de Chiclayo. Agosto, 2015. (Tesis para optar el título profesional).
- Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago, IL: Aldine.
- Branden, N. (1993). *Cómo mejora su autoestima*. México: Paidós
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós.
- Branden, N. (1999). *La autoestima de la mujer: Desafíos y logros en la búsqueda de una identidad propia*. México, DF: Paidós.
- Branden, N. (2011). *Los seis pilares de la autoestima*. Editorial Paidós Ibérica. México
- Biblia de Estudio Andrews (1995). Buenos Aires, Argentina: Casa Editora Sudamericana.
- Brown, J. y McGill, K. (1989). The Cost of Good Fortune: When Positive Life Events Produce Negative Health Consequences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57:1103-10.
- Brown, S. (2004). Moving from cohabitation to marriage: Effects on relationship quality. *Social Science Research*, 33, 1-19.
- Bulas, M. (1995). *Relación entre autoestima, aborto y ansiedad y síntomas somáticos en mujeres adolescentes*. México: Universidad de las Américas-Puebla.
- Calero, M. (2000). *Autoestima y Docencia*. Lima: Editorial San Marcos.

- Campos, L. (2004). Cómo afecta el divorcio el nivel de autoestima de los hijos adolescentes. (Tesis de maestría). Universidad de Montemorelos, Nuevo León, México.
- Caja, R. (2010). *Bienestar, Autoestima y Felicidad*. Madrid.
- Carballo, M. (2015). *La felicidad de las naciones: Clave para un mundo mejor*. Argentina: Penguin Random House Grupo Editorial Argentina.
- Cheng, H. y Furnham, A. (2003). Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression. *Personality and Individual Differences*, 34, 921-942. doi:10.1016/S0191-8869(02)00078-8
- Consuegra, A. N. (2000). Diccionario de psicología (2a. ed.). Ecoe Ediciones.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. U.S.A: Consulting psychologists press.
- Coopersmith, S. (1990). *Inventario de Autoestima*. Palo Alto. Consulting Psychologists Press, Inc.
- Craighead, E.; McHale, S. & Popper, A. (2001). *Desarrollo de la Autoestima y la Conciencia Moral en las Contradicciones de la Sociedad Contemporánea*. Madrid: Ediciones Egea.
- Díaz - Loving, R. y Sánchez A., R. (2002). *Psicología del amor: Una visión Integral de la relación de pareja*. México: Porrúa.
- Díaz - Loving, R., Rocha S., T. y Rivera A., S. (2007). *La instrumentalidad y la expresividad desde una perspectiva psico-socio-cultural*. México: Porrúa
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 45, 542-575.

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. (1994). El Bienestar Subjetivo. *Intervención Psicosocial*, 3(8), 67-113.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E. y Suh, M. E. (1998). *Subjective well-being and age: An international analysis*. En S. K. Wamer y L. M. Powell (Eds.), *Annual review of gerontology and geriatric* (pp. 304-324). Nueva York: Springer Publishing.
- Duckworth, A, Steen, T. Seligman, M. (2005) Positive psychology in clinical practice. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 629-651.
- Dwight, R. (2006). ¿Who says money cannot buy happiness? *Independent Review*, 10(3), 385-400.
- Fraguas, T. (2015). *¿Existe la felicidad?: Del running al sofathlon: como escapar del negocio de la felicidad para alcanzar el bienestar*. España: Random House Grupo Editorial España.
- Fernández A, (2009). *Emociones positivas, psicología positiva y bienestar*. En E. G. Fernández A (Ed.): *Emociones positivas* (pp. 27-46). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Fernández M. (2009). Construyendo nuestra felicidad para ayudar a construirla. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 23(3), 231-269.
Recuperado de www.redalyc.org/pdf/274/27419066013.pdf
- Fischman, D. y Matos, L. (2009). *Investigación sobre la felicidad en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas*. Lima: (UPC). Reporte interno.

- Foddis, W. (1999). *Sentence completion and Self-Esteem: initial validation of an Assessment method and theory*. Thesis. Canada: Universidad de Alberta.
- Fordyce, M. (1983). A program to increase happiness: *Further studies*. *Journal of Counseling Psychology*, 30, 483-498.
- Fordyce, M. (1977). Development of a program to increase happiness. *Journal of Counseling Psychology*, 24, 511-521.
- Gerdham, U. y Johannesson, M (2001) "The Relationship between Happiness, Health, and Socio-economics Factors: Results Based on Swedish Microdata", *Journal of Socio-Economics*, 30: pp. 553-7.
- Gullón, Roberto. Manual de la iglesia: Adventista do Séptimo Día. Buenos Aires, Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2011.
- Haeussler, I. (1995) *Confiar en uno mismo: Programa de Autoestima*. Santiago de Chile: Dolmen Ediciones.
- Helliwell, J. y Putnam, R. (2004) "The Social Context of Well-being" *The Royal Society*, pp. 1435-1446.
- Hertzog, L. 1980. *Conceptos de autoestima*. Madrid: Grecia.
- Herrero, J., Musitu, G. y Gracia, E. (1995) Autoestima y depresión: relaciones directas versus indirectas, *Revista de Psicología Social: International Journal of Social Psychology*, 10(2), 191-204, doi:10.1174/021347495763810974.
- Heylighen F. (1992) A Cognitive-Systemic Reconstruction of Maslow's Theory of Self-actualization. *Behavioral Science* 37, 39-58.

- Hintikka, J. Koskela, T. Konkula, O. Koskela, K. & Viinamaeki, H. (1999). Men, womwn, and marriages: Are there differences in relation to mental health? *Family Therapy*, 26, 213-128.
- Inglehart, R. (1990) *Culture shiftes in advanced industrial society*. Princenton University Press.
- Instituto Nacional de Salud Mental (2013). *Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Lima Metropolitana y Callao Replicación 2012. Informe General*. Anales de Salud Mental Vol. XXIX: Lima.
- INEI (Instituto Nacional de Estadística e Informática) (2008) Censos Nacionales 2007: XI de Población y VI de Vivienda. Perfil Sociodemográfico del Perú. Lima, febrero 2008.
- Lu, L. y Lin, Y. (1998). Family roles and happiness in adulthood. *Personality and Individual Dijferences*, 25, 195-207.
- Lim, S.A., You, S. & Ha, D. (2015). Parental Emotional Support and Adolescent Happiness: Mediating Roles of Self-Esteem and Emotional Intelligence. *Applied Research Quality Life*,10: 631. <https://doi.org/10.1007/s11482-014-9344-0>
- López, N. y Domínguez, R. (1993). Medición de la autoestima en la mujer universitaria. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 25, 257-273.
- Maslow, A. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396.
- Méndez, J. & Quintana, J. (2001). *Cómo educar en valores*. Madrid: Editorial Síntesis.

- MÉZERVILLE, G. 1993. "El aprendizaje de la autoestima como proceso educativo y terapéutico". *Revista de Educación Universidad de Costa Rica*, 17(1), 5-13.
doi:10.15517/revedu.v17i1.12688
- Miller, J. G. (1975). Living systems, basic concepts. *Behavioral Science* 10. Monoy Elhaim (1989). *Si me amas, no me amas. Terapia con enfoque Sistémico*. Edit. Gedisa. Barcelona, España.
- Montoya, B., & Landero, R. (2008). Satisfacción con la vida y autoestima en jóvenes de familias monoparentales y biparentales. *Psicología y Salud*, 18(1), 117- 122.
- Moreno, Y. y Marrero, R. (2015). Optimismo Y Autoestima Como Predictores De Bienestar Personal: Diferencias De Género. *Revista Mexicana de Psicología*, 32(1), 27-36. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243045363004>.
- Morris, D. (2006). *The nature of happiness*. London: Little Books Ltd.
- Monoy, E. (1989). *Si me amas, no me amas. Terapia con enfoque Sistémico*. Barcelona, España: Gedisa.
- Moyano, E. y Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule. *Universum (Talca)*, 22(2), 177-193. doi: 10.4067/S0718-23762007000200012
- Myers, D. (2005). *Psicología social*. México: McGraw-Hill
- Myers, D. y Diener, E. (1995). ¿Who is happy?. *Psychological Science*, 6(1), 10-17.

- Núñez, M., & González, G., & Realpozo, R. (2015). Relación entre autoestima y felicidad desde la psicología positiva en estudiantes de enfermería intercultural. *Enfermería Actual en Costa Rica*, (29)
- Olaechea, M. (2012). Calidad de vida, autoestima y felicidad en mujeres durante el climaterio, de estrato socio-económico medio-alto y bajo, en la ciudad de Lima. *CONSENSUS*, 17, 181-193.
- Organización Mundial de la Salud (2001). *Mental health: new understanding, new hope*. World Health Organization: Ginebra.
- Organización Mundial de la Salud (2017). Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates. *World Health Organization: Geneva*
- Paz, C. (2007). Relación entre clima social familiar y autoestima en los adolescentes de dos instituciones educativas nacionales de Huaycán. (Tesis inédita de licenciatura). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.
- Polaino, L. (2003). *En busca de la autoestima perdida*. Bilbao: Editorial Desclee de Brower.
- Povedano, A., Hendry, L., Ramos, M. y Varela, R. (2011). Victimización Escolar: Clima Familiar, Autoestima y Satisfacción con la Vida desde una Perspectiva de Género. *Psychosocial Intervention*, 20(1), 5-12. doi:10.5093/in2011v20n1a1
- Prieto, A. y Muñoz-Najar, A. (2015). Bienestar Subjetivo e Imagen Corporal en Estudiantes Universitarias de Arequipa. *LIBERABIT*, 21(2), 321-328.

- Ramírez, O y Clorinda, M. (2011). *Calidad de vida, autoestima y felicidad en mujeres durante el climaterio, de estrato socioeconómico medio-alto y bajo, en la ciudad de Lima*. Tesis. UNIFE, Facultad de Psicología. Lima.
- Ryan, R. y Deci. E. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being', *Annual Review of Psychology* 52, 141–166. 10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Rivera A. Velasco M. Luna, B. Díaz, L. (2008). Cuando el conflicto vulnera una relación. *La Psicología Social en México*, 12, 291-297
- Rodríguez, E. (1988). *Autoestima: Clave del éxito personal*. México: Editorial el manual moderno.
- Roger, S. J. & White, L. (1998). Satisfaction with parenting: The role of marital happiness, family structure, and parent's gender. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 293-308.
- Romay, D. (1994). *Actitudes propias de la anorexia nervosa y su relación con la autoestima en mujeres universitarias*. México: Universidad de las Américas-Puebla.
- Romero, P. y Rivera, A. (2008). Infidelidad: un fenómeno biopsicosociocultural. *La Psicología Social en México*, 12, 307-313.
- Russell, R. y Wells, P. (1994). Predictors of happiness in married couples. *Personality and Individual Differences*, 17, 313-321.
- Sánchez, A. (1995). *El amor y la cercanía en la satisfacción de pareja a través del ciclo de vida*. Tesis inédita de maestría. México: Universidad Nacional Autónoma de México.

- San Martín, J. (2011). Bienestar Subjetivo en Adolescentes: Relación entre Satisfacción Vital, Autoestima, Esperanza y Apoyo Social. (Tesis de maestría). Universidad de Concepción.
- Satir, V. (1968). *Conjoint marital Therapy: Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.*
- Satir, V. (1968). *Conjoint marital Therapy: Palo Alto. CA: Science and Behavior Books.*
- Seligman, M. (2002). *Authentic Happiness.* New York: Free Press.
- Stanley, S. Kline, G. & Markman, H. (2004). Maybe I do: Interpersonal commitment and premarital or nonmarital cohabitation. *Journal of family Issues, 25,* 496 - 519.
- Theodossiou, I. (1998) "The Effects of Low-Pay and Unemployment on Psychological Well-Being: A Logistic Regression Approach", *Journal of Health Economics, 17* pp. 85-104.
- Thoits, P. (1983). Multiple Identities and Psychological Well-Being: A Reformulation of the Social Isolation Hypothesis. *American Sociological Review 48:*174-87.
- Van, P. y Ferrer, A. (2004) *Happiness Quantified A Satisfaction Calculus Approach.* Oxford University Press.
- Veenhoven, R. (2000). The four qualities of life. Ordering concepts and measures of the good life. *Journal of Happiness Studies, 1,* 1-39.
- Veenhoven, R. (2005). Lo que sabemos de la felicidad. En E. L. Garduño, A. B. Salinas y H. M. Rojas (Eds.): *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México* (pp. 17-55). México: Plaza y Valdés.

- Vicente, J. (2000). *Teología del gusano, Autoestima y Evangelio*. Bilbao. Editorial: Salterrae Santander. 2 edición.
- Vidal, F. y Rivera S. (2008). ¿Qué hace que una pareja permanezca en una relación? *La Psicología Social en México*, 12, 371-377.
- Ward, S. (1996). Filling the Word with self-esteem: a social history of truth marking. *Canadian Journal of Sociology*, 21 (1), 255-278.
- Wells, L. y Marwell, G. (1976). *Self-esteem, its conceptualization and measurement*. London: Sagar Publications.
- White, E. (2000). *El hogar cristiano*. Buenos Aires: Casa Editora Sudamericana
- White, E. G. H. (2008a). *A fin de conocerle*. Nampa, Idaho: Pacific Press.
- White, E. G. H. (2008b). *La segunda venida y el cielo*. Nampa, Idaho: Pacific Press Pub. Association.
- White, E. (2009). *Mente carácter y personalidad*. Buenos Aires: Casa editora sudamericana.
- White, E. (1910). *La fe por la cual vivo*. Argentina ACES.
- Yuste, N. Rubio, R. & Aleixandre, M. (2004). *Introducción a la psicogerontología*. Madrid: Pirámide.

ANEXOS



Anexos1 Cuestionario

Los presentes cuestionarios tienen el propósito de recoger información correspondiente al desarrollo de una tesis titulada: “La autoestima y su relación con la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día, Lima, 2016. En este sentido, agradecemos de antemano la honestidad de sus respuestas, dada la seriedad exigida por una investigación. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas y es de carácter **confidencial**.

INFORMACION DEMOGRAFICA

Marque con una x el número correspondiente a su respuesta

1. **Sexo:** Masculino ()1 femenino ()2

2. **Edad:**

20 -30 ()1 31 – 40 ()2 41 – 50 ()3 51 – 60 ()4

61 - 70 ()5 71 – 80 ()6 81 a más ()7

3. **Educación:**

Primaria ()1 Secundaria ()2 Superior ()3 Posgrado ()4

4. **Ocupación:**

Empleado ()1 Independiente ()2

5. **Estado civil:**

Conviviente: ()1 Casado ()2

6. **Años de matrimonio:**

0 – 10 ()1 11 – 20 ()2 21 – 30 ()3

31 – 40 ()4 41 – 50 ()5 51 a más ()6



INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE ADULTOS

(COOPERSMITH 1967)

Marque con una (x) debajo de V o F, de acuerdo a los siguientes criterios:

V cuando la frase Si coincide con su forma de ser o pensar

F si la frase No coincide con su forma de ser o pensar

Nº FRASE DESCRIPTIVA V F

1	Usualmente las cosas no me molestan		
2	Me resulta difícil hablar frente a un grupo		
3	Hay muchas cosas de mí que cambiaría si pudiese		
4	Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad		
5	Soy muy divertido (a)		
6	Me altero fácilmente en casa		
7	Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cualquier cosa nueva		
8	Soy popular entre las personas de mi edad		
9	Generalmente mi familia considera mis sentimientos		
10	Me rindo fácilmente		
11	Mi familia espera mucho de mi		
12	Es bastante difícil ser “yo mismo”		
13	Me siento muchas veces confundido		
14	La gente sigue usualmente mis ideas		
15	Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo		
16	Hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa		
17	Frecuentemente me siento descontento con mi trabajo		
18	No estoy tan simpático como mucha gente		
19	Si tengo algo que decir, usualmente lo digo		
20	Mi familia me comprende		
21	Muchas personas son más preferidas que yo		
22	Frecuentemente siento como si mi familia me estuviera presionando		
23	Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago		
24	Frecuentemente desearía ser otra persona		
25	No soy digno de confianza		



Una Institución Adventista

ESCALA DE FELICIDAD DE LIMA

Instrucciones

Más abajo encontrará una serie de afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo, en desacuerdo o en duda. Lea detenidamente cada afirmación y luego

utilice la Escala para indicar su grado de aceptación o de rechazo a cada una de las frases. Marque su respuesta con X. No hay respuestas buenas ni malas.

Escala:

Totalmente de acuerdo (TA), Acuerdo (A), Ni acuerdo ni desacuerdo (¿?)
Desacuerdo (D), Totalmente en desacuerdo (TD)

Nº	ITEMS	TA	A	¿?	D	TD
01	En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.					
02	Siento que mi vida está vacía.					
03	Las condiciones de mi vida son excelentes.					
04	Estoy satisfecho con mi vida.					
05	La vida ha sido buena conmigo.					
06	Me siento satisfecho con lo que soy.					
07	Pienso que nunca seré feliz.					
08	Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes.					
09	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.					

**ANEXO 2: MATRIZ DE CONSISTENCIA
LA AUTOESTIMA Y SU RELACION CON LA FELICIDAD EN LAS PAREJAS
ADVENTISTAS DEL SEPTIMO DEL DISTRITO MISIONERO DE HUAYCÁN**

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONE S
PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	<u>VAR. A.</u>	Autoestima en Sí mismo:
¿Cuál es la relación entre la autoestima y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán 2016?	Describir la relación entre la autoestima y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán.	Existe relación entre la autoestima y la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día del distrito misionero de Huaycán.	LA AUTOESTIMA A Autoestima es la manera que nos valoramos a nosotros mismos	El cual refieren a las actitudes que presenta el sujeto frente a su autopercepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas.
PROBLEMA ESPECÍFICA S	OBJETIVO ESPECÍFICA S	HIPÓTESIS ESPECÍFICA S		Autoestima en el área social:
1.- ¿Cuál es la relación entre la autoestima y el sentido positivo de la vida?	1.- Describir la relación entre la autoestima y el sentido positivo de la vida?	H1.- Existe relación entre la autoestima y el sentido positivo de la vida		Se encuentra construido por ítems que refieren las actitudes del sujeto en el medio social frente a sus compañeros o amigos. A si como sus referentes a las vivencias en el interior de instituciones educativas o formativas y las expectativas en relación su
2.- ¿Cuál es la relación entre la autoestima y la satisfacción con la vida?	2.- Describir la relación entre la autoestima y la satisfacción con la vida?	H2.- Existe relación entre la autoestima y la satisfacción con la vida?	<u>VAR. B.</u> LA FELICIDAD	
3.- ¿Cuál es la relación entre la autoestima y la realización personal?	3.- Describir la relación entre la autoestima y la realización personal?	H3.- Existe relación entre la autoestima y la realización personal?	La felicidad es un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta el individuo en posesión de un bien anhelado. A su vez la	
	4. Describir la relación entre la autoestima	H4.- Existe relación entre la autoestima		

<p>4.- ¿Cuál es la relación entre la autoestima y la alegría de vivir?</p>	<p>y la alegría de vivir?</p>	<p>y la alegría de vivir?</p>	<p>felicidad es un sentimiento de satisfacción que vivencia una persona y sólo ella, en su vida interior y el hecho de ser un "estado" de la conducta, alude a la estabilidad temporal de la felicidad, puede ser duradera, pero, a la vez, es perecible.</p>	<p>satisfacción de su rendimiento académico o profesional</p> <p>Autoestima en el área familiar: Expone ítems en los que se hace referencia a las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia.</p> <p>Sentido Positivo de la Vida: Significa estar libre de estados depresivos profundos, tener sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida. Está conformado por profunda depresión, intranquilidad, pesimismo, vacío existencial, fracaso.</p> <p>Satisfacción con la Vida: Aquí se expresa</p>
--	-------------------------------	-------------------------------	---	--

satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que esta donde tiene que estar o por que se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida. Está conformado por satisfacción.

Realización

Personal:

Aquí se expresa felicidad plena y no estados temporales de estar feliz, creo que no me falta nada, si volviese nacer, no cambiaría casi nada de mi vida. Está conformado por felicidad plena, autosuficiencia, autarquía, tranquilidad emocional y logros.

Alegría de Vivir:

Esto señala lo maravilloso que es vivir, refiere

experiencias
positivas de la
vida y sentirse
generalmente
bien. Está
conformado
por
extraordinario
vivir y feliz.

ANEXO 3: MATRIZ INSTRUMENTAL

LA AUTOESTIMA Y SU RELACION CON LA FELICIDAD EN LAS PAREJAS ADVENTISTAS DEL SEPTIMO DIA DEL DISTRITO MISIONERO DE HUAYCÁN

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
LA AUTOESTIMA	<p>Área personal: El cual refieren a las actitudes que presenta el sujeto frente a su autopercepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas.</p> <p>Área social: El cual refieren a las actitudes que presenta el sujeto frente a su autopercepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas.</p> <p>Área Familiar: Expone ítems en los que se hace referencia a las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia.</p>	<p>Imagen personal</p> <p>Cualidades personales</p> <p>Capacidad</p> <p>Productividad</p> <p>Importancia</p> <p>Dignidad</p> <p>Interacciones del grupo familiar</p> <p>Capacidad</p> <p>Productividad</p> <p>Importancia</p> <p>Dignidad</p> <p>Interacciones sociales</p> <p>Capacidad</p> <p>Productividad</p> <p>Importancia</p>

**LA
FELICIDAD**

Sentido positivo de la vida
Significa estar libre de estados depresivos profundos, tener sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida. Está conformado por profunda depresión, intranquilidad, pesimismo, vacío existencial, fracaso.

Satisfacción con la Vida:

Aquí se expresa satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que esta donde tiene que estar o por que se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida. Está conformado por Satisfacción

Realización Personal:

Aquí se expresa felicidad plena y no estados temporales de estar feliz, creo que no me falta nada, si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida. Está formado por felicidad plena, autosuficiencia, autarquía, tranquilidad emocional, logros.

Alegría de vivir:

Esto señala lo maravilloso que es vivir, refiere experiencias positivas de la vida y sentirse generalmente bien. Está conformado por extraordinario vivir, feliz.

Dignidad
Profunda
depresión
Intranquilidad
Pesimismo
Vacío
existencial
Fracaso
Satisfacción

Felicidad plena
Autosuficiencia
Autarquía
Tranquilidad
emocional
Logros

Extraordinario
vivir
Feliz



ANEXO 4: UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN ESCUELA DE POSGRADO

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

INVENTARIO DE AUTOESTIMA PARA ADULTOS

(Coopersmith, 1967)

Instrucciones: Sírvase encerrar dentro de un círculo, el porcentaje que crea conveniente para cada pregunta.

1. Usualmente las cosas no me molestan.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

2. Me resulta difícil hablar frente a un grupo.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

3. Hay muchas cosas de mí que cambiaría si pudiese.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

4. Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

5. Soy muy divertido (a).

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

6. Me altero fácilmente en casa.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

7. Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cualquier cosa nueva.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

8. Soy popular entre las personas de mi edad.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

9. Generalmente mi familia considera mis sentimientos.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

10. Me rindo fácilmente.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

11. Mi familia espera mucho de mí.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

12. Es bastante difícil ser “yo mismo”.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

13. Me siento muchas veces confundido.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

14. La gente usualmente sigue mis ideas.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

15. Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

16. hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

17. Frecuentemente me siento descontento con mi trabajo.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

18. No estoy tan simpático como mucha gente.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

19. Si tengo algo que decir, usualmente lo digo.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

20. Mi familia me comprende.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

21. Muchas personas son más preferidas que yo.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

22. Frecuentemente siento como si mi familia me estuviera presionando.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

23. Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

24. Frecuentemente desearía ser otra persona.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

25. No soy digno de confianza.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90
_____ 100%

¿Qué preguntas cree Ud. que se podría agregar?

¿Qué preguntas se podrían eliminar?

Recomendaciones

Fecha: _____ Validado por: _____



ANEXO 5: UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

ESCALA DE FELICIDAD DE LIMA

(Reinaldo, Alarcón Napurí, 2006)

Instrucciones: Sírvase encerrar dentro de un círculo, el porcentaje que crea conveniente para cada pregunta.

1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 100%

2. Siento que mi vida está vacía.

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 10
0%

3. Las condiciones de mi vida son excelentes

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 10
0%

4. Estoy satisfecho con mi vida

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 10
0%

5. La vida ha sido buena conmigo

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 10
0%

6. Me siento satisfecho con lo que soy

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 10
0%

7. Pienso que nunca seré feliz.

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 10
0%

8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 10
0%

9. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi
0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar.
0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

11. La mayoría del tiempo me siento feliz.
0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%

12. Es maravilloso vivir.
0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

13. Por lo general me siento bien
0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%

14. Me siento inútil.
0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

15. Soy una persona optimista.
0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

16. He experimentado la alegría de vivir.
0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
%

17. La vida ha sido injusta conmigo.
0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.
0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
_____ 100%

19. Me siento un fracasado.
0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

20. La felicidad es para algunas personas, no para mí.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

22. Me siento triste por lo que soy.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

24. Me considero una persona realizada.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

25. Mi vida transcurre plácidamente.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
0%

27. Creo que no me falta nada.

0 _____ 10 _____ 20 _____ 30 _____ 40 _____ 50 _____ 60 _____ 70 _____ 80 _____ 90 _____ 100%
100%

1. ¿Qué preguntas cree Ud. que se podría agregar?

2. ¿Qué preguntas se podrían eliminar?

3. Recomendaciones

ANEXO 9: Carta a director de la Unidad de Posgrado de Familia Lima 06 de Julio de 2016

Señor

Dr. Arnulfo Chico Robles

Director de la Unidad de Posgrado Ciencias de la Familia

Universidad Peruana Unión

Cordial saludo

La presente es para solicitar formalmente en calidad de estudiante de la maestría en ciencias de la familia con mención en Terapia Familiar, la evaluación como validadores del instrumento de mi trabajo de investigación titulado: **LA AUTOESTIMA Y SU RELACION CON LA FELICIDAD EN LAS PAREJAS ADVENTISTAS DEL SEPTIMO DIA DEL DISTRITO MISIONERO DE HUAYCÁN 2016.**

Agradecimiento de antemano su pronta colaboración.

Atentamente.

Lic. Francisco Lingan Acuña

Estudiante de Maestría-Ciencias de la Familia

Universidad Peruana Unión

Anexo 6: Carta a Secretario Académico de la Unidad de Posgrado de Familia

Señor.

Secretario Académico de la Unidad de Posgrado Ciencias de la familia
Universidad Peruana Unión

Cordial saludo

La presente es para solicitar formalmente en calidad de estudiante de la maestría en ciencias de la familia con mención en Terapia Familiar, la evaluación como validadores del instrumento de mi trabajo de investigación titulado: **LA AUTOESTIMA Y SU RELACION CON LA FELICIDAD EN LAS PAREJAS ADVENTISTAS DEL SEPTIMO DIA DEL DISTRITO MISIONERO HUAYCÁN 2016.**

Agradecimiento de antemano su pronta colaboración.

Atentamente.

Lic. Francisco Lingan Acuña
Estudiante de Maestría-Ciencias de la Familia
Universidad Peruana Unión

Anexo 7: Carta a Secretario Académico de la Unidad de Posgrado de Familia

Señor

Dra. Ana Escobedo.

Universidad Peruana Unión

Cordial saludo

La presente es para solicitar formalmente en calidad de estudiante de la maestría en ciencias de la familia con mención en Terapia Familiar, la evaluación como validadores del instrumento de mi trabajo de investigación titulado: **LA AUTOESTIMA Y SU RELACION CON LA FELICIDAD EN LAS PAREJAS ADVENTISTAS DEL SEPTIMO DIA DEL DISTRITO MISIONERO HUAYCÁN 2016.**

Agradecimiento de antemano su pronta colaboración.

Atentamente.

Lic. Francisco Lingan Acuña

Estudiante de Maestría-Ciencias de la Familia

Universidad Peruana Unión

Anexo 8: Carta al docente de la Unidad de Posgrado de Familia

Señor

Dr. LUIS EDUARDO CORDOVA CARRANZA

Docente de la Unidad de Posgrado Ciencias de la familia
Universidad Peruana Unión

Cordial saludo

La presente es para solicitar formalmente en calidad de estudiante de la maestría en ciencias de la familia con mención en Terapia Familiar, la evaluación como validadores del instrumento de mi trabajo de investigación titulado: **LA AUTOESTIMA Y SU RELACION CON LA FELICIDAD EN LAS PAREJAS ADVENTISTAS DEL SEPTIMO DIA DEL DISTRITO MISIONERO DE HUAYCÁN 2016.**

Agradecimiento de antemano su pronta colaboración.

Atentamente.

Lic. Francisco Lingan Acuña

Estudiante de Maestría-Ciencias de la Familia

Propiedades psicométricas de la escala de autoestima

Fiabilidad de la escala

La fiabilidad global de la escala y de sus dimensiones se valoró calculando el índice de la consistencia interna mediante el coeficiente Alpha de Cronbach. La tabla

1 permite apreciar que la consistencia interna global de la escala (25 ítems) en la muestra estudiada es de .79 que puede ser valorado como indicador de una elevada fiabilidad. Además las dimensiones presentan una fiabilidad aceptable para investigación básica (Guilford, 1954).

Tabla 1

Estimaciones de consistencia interna de la escala de autoestima

Dimensiones	Nº de ítems	Alpha
Autoestima global	25	.797
Área personal	13	.721
Área social	6	.535
Área familiar	6	.570

Validez de la escala

En la tabla 2 se presenta los resultados de la validez de constructo por el método de análisis de sub test – test. Como se observa los coeficientes de correlación Producto-Momento de Pearson (r) son significativos, lo cual confirma que la escala presenta validez de constructo. Asimismo, los coeficientes que resultan de la correlación entre cada uno de las dimensiones y el constructo en su globalidad son moderados, además de ser altamente significativos; estos datos evidencian la existencia de validez de constructo del Instrumento.

Tabla 2

Correlaciones sub test - test de la escala de autoestima

Dimensiones	Test	
	R	P
Área personal	.896**	,000
Área social	.700**	,000
Área familiar	.689**	,000

Propiedades psicométricas de la escala de felicidad

Fiabilidad de la escala

La fiabilidad global de la escala y de sus dimensiones se valoró calculando el índice de la consistencia interna mediante el coeficiente Alpha de Cronbach. La tabla 3 permite apreciar que la consistencia interna global de la escala para madres (27 ítems) en la muestra estudiada es de .86 que puede ser valorado como indicador de una elevada fiabilidad. De manera similar ocurre con las dimensiones de la escala.

Tabla 3

Estimaciones de consistencia interna de la escala de felicidad

Felicidad	Nº de ítems	Alpha
Felicidad	27	.862
Sentido positivo de la vida	11	.825
Satisfacción con la vida	6	.743
Realización personal	6	.670
Alegría de vivir	4	.785

Validez de la escala

En la tabla 4 se presenta los resultados de la validez de constructo por el método de análisis de sub test – test. Como se observa los coeficientes de correlación Producto-Momento de Pearson (r) son significativos y moderados, lo cual confirma que la escala presenta validez de constructo.

Tabla 4

Correlaciones sub test - test de la escala de felicidad

Dimensiones	Test	
	R	P
Sentido positivo de la vida	.796**	.000
Satisfacción con la vida	.788**	.000
Realización personal	.710**	.000
Alegría de vivir	.747**	.000

Universidad Peruana Unión

CLAVE DE RESPUESTAS DE LA ESCALA DE FELICIDAD DE LIMA (EFL)

La EFL se califica según la posición de las marcas puestas en una de las cinco alternativas de respuesta (TA A ¿D TD). Se atribuye 5 puntos al nivel más alto de felicidad y 1 punto al nivel más bajo. Los niveles intermedios reciben los demás puntajes.

.....

Items

1	5 432 1
2	1 23 4 5
3	543 2 1
4	543 2 1
5	5 43 2 1
6	5 43 2 1
7	1 23 4 5
8	5 4321
9	5 4321
10	5 4321
11	5 4321
12	5 4321
13	5 4321
14	1234 5
15	54 3 2 1
16	54 3 2 1
17	1234 5

18 1234 5
19 123 4 5
20 123 4 5
21 543 2 1
22 123 4 5
23 1 23 45
24 5 43 21
25 5 43 21
26 123 45
27 543 21

.....



Cuestionario

Los presentes cuestionarios tienen el propósito de recoger información correspondiente al desarrollo de una tesis titulada: “La autoestima y su relación con la felicidad en las parejas adventistas del Séptimo Día, Lima, 2016. En este sentido, agradecemos de antemano la honestidad de sus respuestas, dada la seriedad exigida por una investigación. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas y es de carácter confidencial.

INFORMACION DEMOGRAFICA

Marque con una x el número correspondiente a su respuesta

1. Sexo: Masculino ()1 femenino ()2

2. Edad:

20 -30 ()1 31 – 40 () 241 – 50 ()3 51 – 60 ()4

61 - 70 ()5 71 – 80 ()6 81 a más ()7

3. Educación:

Primaria () 1 Secundaria ()2 Superior ()3 Posgrado ()4

4. Ocupación:

Empleado ()1 Independiente ()2

5. Estado civil:

Conviviente: ()1 Casado ()2

6. Años de matrimonio:

0 – 10 () 11 – 20 ()2 21 – 30 ()3

31 – 40 () 41 – 50 ()5 51 a más ()6