



**Universidad Nacional Mayor de San Marcos**

**Universidad del Perú. Decana de América**

**Facultad de Psicología**

**Escuela Profesional de Psicología**

**Resiliencia y bienestar psicológico en egresados en  
pandemia en situación de desempleo de la carrera de  
psicología de una universidad pública**

**TESIS**

Para optar el Título Profesional de Psicólogo

**AUTOR**

Leonardo Omar OLIVERA PARI

**ASESOR**

Mg. Karen Patricia LLACHO INCA

Lima, Perú

2022



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

## Referencia bibliográfica

---

Olivera, P. (2022). *Resiliencia y bienestar psicológico en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de psicología de una universidad pública*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología, Escuela Profesional de Psicología]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

---

## Metadatos complementarios

<b>Datos de autor</b>	
Nombres y apellidos	Leonardo Omar Olivera Pari
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	70272604
URL de ORCID	<a href="https://orcid.org/0000-0001-6963-9134">https://orcid.org/0000-0001-6963-9134</a>
<b>Datos de asesor</b>	
Nombres y apellidos	Karen Patricia Llacho Inca
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	46206549
URL de ORCID	<a href="https://orcid.org/0000-0002-9000-4720">https://orcid.org/0000-0002-9000-4720</a>
<b>Datos del jurado</b>	
<b>Presidente del jurado</b>	
Nombres y apellidos	Juan Pequeña Constantino
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	06193980
<b>Miembro del jurado 1</b>	
Nombres y apellidos	Rolando Santiago Solis Narro
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	06218639
<b>Miembro del jurado 2</b>	
Nombres y apellidos	Abel Cuzcano Zapata
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	06037290
<b>Datos de investigación</b>	

Línea de investigación	Diversidad laboral y talento humano.
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento.
Ubicación geográfica de la investigación	Edificio: Universidad Nacional Mayor de San Marcos País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Cercado de Lima Latitud: -12.0561578 Longitud: -76.98543
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Marzo 2022 - junio 2022 2022 - 2022
URL de disciplinas OCDE	Psicología <a href="https://purl.org/perepo/ocde/ford#5.01.02">https://purl.org/perepo/ocde/ford#5.01.02</a>



**UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS**  
(Universidad del Perú, DECANA DE AMÉRICA)



**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**  
**Escuela Profesional de Psicología**  
Calle Germán Amézaga N° 375, Lima (Ciudad Universitaria)  
Central Telefónica 6197000, anexo 3213, fax 3209

## ACTA

Siendo las 9:00 horas del día 16 de diciembre del 2022, se dieron cita al acto académico de sustentación no presencial (virtual) de la Facultad de Psicología, bajo la presidencia del Mg. Juan Pequeña Constantino, los catedráticos Miembros del Jurado que suscriben la presente Acta y el postulante al Título Profesional de Psicólogo, Bachiller **LEONARDO OMAR OLIVERA PARI**. A invitación del presidente, el postulante expuso y sustentó su trabajo de tesis titulado: «**RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EGRESADOS EN PANDEMIA EN SITUACIÓN DE DESEMPLEO DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA**», y al concluir la sustentación, absolvió las preguntas pertinentes.

Concluido el acto de sustentación el presidente del Jurado dispuso que se suspenda el acceso a la videoconferencia a las personas que no forman parte del jurado para dar inicio a la deliberación y calificación, habiendo obtenido el postulante al Título Profesional de Psicólogo el promedio de:

**17 (Diecisiete) Aprobado con mención honrosa**

Seguidamente, el presidente del Jurado dispuso se permita al público volver a la videoconferencia, tanto al postulante como a los asistentes, a fin de comunicarle el resultado obtenido en el presente proceso.

El Jurado dispuso que se extendiera la presente acta como constancia del Examen de Titulación por la modalidad de Sustentación de Tesis.



Firmado digitalmente por PEQUEÑA  
CONSTANTINO Juan FAU  
20148092282 soft  
Motivo: Soy el autor del documento  
Fecha: 19.12.2022 17:26:19 -05:00

**Mg. JUAN PEQUEÑA CONSTANTINO**  
**PRESIDENTE**



Firmado digitalmente por LLACHO  
INCA Karen Patricia FAU  
20148092282 soft  
Motivo: Soy el autor del documento  
Fecha: 16.12.2022 11:13:35 -05:00

**Mg. KAREN PATRICIA LLACHO INCA**  
**ASESORA**



Firmado digitalmente por CUZCANO  
ZAPATA Abel FAU 20148092282 soft  
Motivo: Soy el autor del documento  
Fecha: 19.12.2022 09:03:26 -05:00

**Mg. ABEL CUZCANO ZAPATA**  
**MIEMBRO**



Firmado digitalmente por SOLIS  
NARRO Rolando Santiago FAU  
20148092282 soft  
Motivo: Soy el autor del documento  
Fecha: 16.12.2022 10:32:19 -05:00

**Mg. ROLANDO SANTIAGO SOLIS NARRO**  
**MIEMBRO**

**UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS**  
**Facultad de Psicología**  
**Escuela Profesional de Psicología**

***INFORME DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD 009-EPPsic/2022***

**1. Facultad:** PSICOLOGÍA

**2. Escuela:** Escuela Profesional de Psicología

**3. Autoridad Académica que emite el informe de originalidad:**

Directora de la Escuela Profesional de Psicología

**4. Apellidos y Nombres de la autoridad académica:** Dra. Noemí Adelaida Sotelo López

**5. Operador del programa informático de similitudes:** Mg. Sánchez Lévano, María Julia

**6. Documento evaluado:** Resiliencia y Bienestar Psicológico en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera Psicología de una universidad pública

**7. Autor del documento:** Olivera Pari Leonardo Omar

**8. Fecha de recepción del documento:** 23/11/2022

**9. Fecha de aplicación del programa informático de similitudes:** 24/11/2022

**10. Software utilizado:** TURNITIN

**11. Configuración del programa detector de similitudes**

- Excluye textos entrecomillados
- Excluye bibliografía
- Excluye cadenas menores a 40 palabras
- Otro criterio (especificar)

**12. Porcentaje de similitudes según programa detector de similitudes:**

Nueve por ciento (09 %)

**13. Fuentes originales de las similitudes encontradas:**

1% match ()



[Chuquiyaury Ramos, Erich David. "Comunicación y satisfacción marital en parejas del distrito de Huaycán", 'Baishideng Publishing Group Inc.', 2022](#)

1% match ()



[Carrasco Fernandez, Brayan Smith, Villegas Calle, Ximena Mercedes. "Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de Psicología de los últimos ciclos de una universidad privada de Lima Norte, 2020", Universidad Privada del Norte, 2022](#)  
<1% match (Internet desde 24-may.-2021)

✕

<https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/3512/PSIC-Caballero%20Urbina.pdf?isAllowed=y&sequence=1>

<1% match (Internet desde 18-nov.-2020)

✕

<https://es.scribd.com/document/439861565/00-Memoria-CMP-XXVII-2019-FINAL>  
<1% match ()

✕

[Mego Perez, Rosita Lusmar. "Bienestar psicológico y satisfacción con la vida en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo", Universidad Privada del Norte, 2020](#)

<1% match (Internet desde 27-oct.-2022)

✕

<https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/5468/HIGUERAS%20FERNANDEZ%20Y%20MEZA%20PASCUAL.pdf?isAllowed=y&sequence=1>

<1% match ()

✕

[Carrera Paredes, Luz María. "Habilidades sociales y resiliencia en jugadores de cartas coleccionables", 'Universidad Ricardo Palma', 2019](#)

<1% match (Internet desde 28-sept.-2022)

✕

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/65798/Torres\\_SJ-SD.pdf?isAllowed=y&sequence=1](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/65798/Torres_SJ-SD.pdf?isAllowed=y&sequence=1)

<1% match (Internet desde 16-ago.-2021)

✕

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/65003/Lazaro\\_VKS-SD.pdf](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/65003/Lazaro_VKS-SD.pdf)

<1% match ()

✕

[Romero Vásquez, Nancy Cecilia del Pilar. "Bienestar Psicológico y Empatía Cognitiva y Afectiva en Mujeres Víctimas de Violencia Atendidas en Hospitales Públicos de Trujillo", Universidad César Vallejo, 2016](#)

<1% match ()

✕

[Fernández Silva, Milagros Del Pilar. "Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria víctimas de violencia de una institución educativa pública emblemática del distrito de Huaral, 2018", Universidad César Vallejo, 2018](#)

<1% match (Internet desde 05-mar.-2022)

✕

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/77198/Salazar\\_EG-SD.pdf?sequence=1](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/77198/Salazar_EG-SD.pdf?sequence=1)

<1% match (Internet desde 19-nov.-2020)

✕



<https://es.scribd.com/document/393255500/Memorias-Xliii-Congreso-Nacional-de-Psicologia-Cneip-2016>

<1% match (Internet desde 12-oct.-2021)



<http://repositorio.autonoma.edu.pe>

<1% match (Internet desde 05-sept.-2019)



<http://repositorio.autonoma.edu.pe>

<1% match (Internet desde 30-oct.-2020)



<http://repositorio.unfv.edu.pe>

<1% match (Internet desde 20-jun.-2021)



<http://repositorio.uwiener.edu.pe>

<1% match ()



[Castillo Quispe, Miguel Angel. "Relación entre el clima social laboral, afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en el personal de tratamiento del Establecimiento Penitenciario de Lurigancho", Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2018](#)

<1% match (Internet desde 21-jun.-2021)



<http://cybertesis.unmsm.edu.pe>

<1% match (Internet desde 21-nov.-2020)



<https://idoc.pub/documents/memoria-xx-cmp-2012pdf-3no757zkm5ld>

<1% match (Internet desde 13-nov.-2020)



<http://repositorio.unsa.edu.pe>

<1% match (Internet desde 31-oct.-2022)



<http://intra.uigv.edu.pe>

<1% match (Internet desde 30-jun.-2022)



<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/24650/Relacion%20entre%20resiliencia%2C%20satisfaccion%20vital%20y%20salud%20mental%20tras%20la%20COVID-19.pdf?sequence=1>

<1% match (Internet desde 23-sept.-2022)



<http://repositorio.unh.edu.pe>

<1% match (Internet desde 24-ene.-2021)



<https://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/2498/BienestarPpsicol%C3%B3gicoenlasOrganizaciones.pdf?isAllowed=y&sequence=3>

<1% match (Internet desde 30-sept.-2022)



<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/29903/Quezada%20Agurto%2c%20Antuaneth%20Aurora.pdf?isAllowed=y&sequence=1>

<1% match (Internet desde 23-may.-2021)



<https://1library.co/document/q2ke4vpq-bienestar-psicologico-resiliencia-estudiantes-educacion-superior-pedagogica.html>

<1% match ( )



[Chávez Solís, Aurea Violeta. "Resiliencia en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa Alfonso Ugarte N° 6041, San Juan de Miraflores", 2018](#)

<1% match (trabajos de los estudiantes desde 24-nov.-2017)



[Submitted to Universidad Ricardo Palma on 2017-11-24](#)

**14. Observaciones: Se excluyeron de la revisión, términos asociados:**

- Nombres de las variables y sus dimensiones
- Nombres de los instrumentos y sus autores
- Encabezados de tablas relacionadas a datos estadísticos
- Nombre de la universidad en la carátula y términos estadísticos

**15. Calificación de originalidad:**

DOCUMENTO CUMPLE CON CRITERIOS DE ORIGINALIDAD.

**16. Fecha del informe: 26/11/2022**

*Evaluadora*

*Ps. María Julia Sánchez Lévano*

## DEDICATORIA

A Omar y Rosario, mis padres, por su infinito amor y  
ser quienes representan esa fortaleza y apoyo  
incondicional para mí.

A Fabio y Camila, por ser hermanos y cómplices en  
mi día a día.

En memoria de mis abuelos Yolanda y Melchor, que  
en la eternidad me siguen inspirando para salir  
adelante.

Y para Elisa, mi abuela, quien en su amor y bondad  
me orienta, cuida y quiere como si aún fuera un niño.

## AGRADECIMIENTO

Un especial y significativo agradecimiento a mi asesora de tesis Mg. Karen Llacho por su tiempo, dedicación, experiencia y guía en el proceso de llevar a cabo esta investigación de principio a fin.

A la Universidad Nacional Mayor de San Marcos por marcar mi vida y darme la mejor experiencia universitaria que hubiera imaginado.

A la Facultad de Psicología, por ser ese ambiente de aprendizaje, intercambio de ideas y formación tanto como persona y profesional.

A mis maestros, por compartir su vasta experiencia a través de los años en cada aula y curso por los cuales pasé.

A los egresados de psicología que gracias a su paciencia y voluntad no hubiera sido posible lograr los objetivos de esta grata investigación.

Y finalmente a mis amigos de base, quienes representan todas mis alegrías en pregrado y ahora terminamos siendo ahora colegas.

## ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLAS	8
ABSTRACT	11
INTRODUCCIÓN	12
CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	15
1.1. Planteamiento y formulación del problema	15
1.2. Justificación	20
1.3. Objetivos	22
1.3.1. Objetivo general	22
1.3.2. Objetivos específicos	22
1.4. Limitaciones de la investigación	22
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	24
2.1. Antecedentes	24
2.1.1. Antecedentes internacionales	24
2.1.2. Antecedentes nacionales	31
2.2. Bases Teóricas	36
2.2.1. COVID 19 y la pandemia: efectos económicos, sociales y de salud.	37
2.2.2. Inserción Laboral, Empleabilidad y Desempleo	39
2.2.3. Bienestar psicológico	43
2.2.3.1. Modelos teóricos del Bienestar Psicológico	44
2.2.3.2. Modelo teórico de Carola Ryff	50
2.2.4. Resiliencia	54

	6
2.2.4.1. Modelos teóricos de la Resiliencia	56
2.2.4.2. Modelo teórico de Wagnild y Young	58
2.3. Hipótesis	61
2.3.1. Hipótesis general	61
2.3.2. Hipótesis específicas	61
2.4. Definición de variables y términos	62
2.5. Matriz de consistencia	63
CAPÍTULO III METODOLOGÍA	64
3.1. Nivel, tipo de investigación y diseño	64
3.1.1. Nivel y tipo de investigación	64
3.1.2. Diseño	64
3.2. Operacionalización de variables	66
3.3. Población y muestra	67
3.3.1. Población de estudio	67
3.3.2. Muestra y muestreo de estudio	67
3.3.3. Criterios de inclusión	70
3.3.4. Criterios de exclusión	71
3.4. Instrumentos y materiales	71
3.4.1. Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)	71
3.4.2. Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER)	73
3.5. Técnica de recolección y procesamiento de datos	76
3.6. Plan de análisis e interpretación de datos	77

	7
CAPÍTULO IV RESULTADOS	79
4.1. Análisis psicométrico de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)	79
4.1.1. Análisis de la Validez de Contenido y de Constructo	79
4.1.2. Análisis de los ítems y confiabilidad de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)	80
4.2. Análisis psicométrico de la Escala de Resiliencia (ER)	80
4.2.1. Análisis de Validez de Contenido y de Constructo	80
4.2.2. Análisis de los ítems y confiabilidad de la Escala de Resiliencia	81
4.3. Análisis descriptivo	81
4.4. Análisis Inferencial o Contrastación de Hipótesis	83
CAPÍTULO V DISCUSIÓN DE RESULTADOS	87
5.1. Análisis y discusión de resultados	87
CAPÍTULO VI CONCLUSIONES Y RECOMEDACIONES	96
6.1 Conclusiones	96
6.2. Recomendaciones	97
CAPÍTULO VI BIBLIOGRAFÍA	99
ANEXOS	126

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> Matriz de consistencia del proyecto	63
<b>Tabla 2</b> Operacionalización de variables	66
<b>Tabla 3</b> Distribución de la muestra según sexo, escuela profesional, año de egreso, tiempo de desempleo y ranking académico.	68
<b>Tabla 4</b> Nivel de responsabilidades económicas en el hogar	69
<b>Tabla 5</b> Frecuencias y porcentajes referentes a la edad de la muestra	69
<b>Tabla 6</b> Frecuencias y porcentajes referentes al distrito de residencia de la muestra	70
<b>Tabla 7</b> Nivel de Bienestar Psicológico hallado en la muestra de estudio	81
<b>Tabla 8</b> Nivel de Resiliencia hallado en la muestra de estudio	82
<b>Tabla 9</b> Frecuencias del nivel de Bienestar Psicológico y Resiliencia según sexo de la muestra de estudio	82
<b>Tabla 10</b> Correlación Rho de Spearman entre los puntajes totales del Bienestar Psicológico y Resiliencia en los participantes de la muestra	83
<b>Tabla 11</b> Correlación Rho de Spearman entre los componentes de Bienestar Psicológico y el componente Competencia Personal de la Resiliencia en los participantes de la muestr	84
<b>Tabla 12</b> <i>Correlación Rho de Spearman entre los componentes de Bienestar Psicológico y el componente Aceptación de uno mismo de la Resiliencia en los participantes de la muestra</i>	85
<b>Tabla 13</b> <i>Diferencia de medias del bienestar psicológico en función del sexo de la muestra</i>	86
<b>Tabla 14</b> Diferencia de medias de la resiliencia en función del sexo de la muestra.	86
<b>Tabla 15</b> Validez de Contenido por Jueces (BIEPS-A)	127



<b>Tabla 16</b> Prueba de KMO y Barlett (BIEPS-A)	128
<b>Tabla 17</b> Varianza total explicada por los componentes principales de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)	129
<b>Tabla 18</b> Análisis de confiabilidad Alfa de Cronbach de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)	130
<b>Tabla 19</b> Análisis de confiabilidad Alfa de Cronbach de los componentes de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)	130
<b>Tabla 20</b> Análisis ítem-test (BIEPS-A)	131
<b>Tabla 21</b> Validez de Contenido por Jueces (ER)	132
<b>Tabla 22</b> Prueba de KMO y Barlett (ER)	133
<b>Tabla 23</b> Varianza total explicada por los componentes principales de la Escala de Resiliencia (ER)	134
<b>Tabla 24</b> Análisis de confiabilidad Alfa de Cronbach de la Escala de Resiliencia (ER)	136
<b>Tabla 25</b> Análisis de confiabilidad Alfa de Cronbach de los componentes de la Escala de Resiliencia (ER)	136
<b>Tabla 26</b> Análisis ítem-test (ER)	137
<b>Tabla 27</b> Prueba Shapiro-Wilk para determinar la distribución de la normalidad de las puntuaciones de la muestra para cada variable	139
<b>Tabla 28</b> Baremo de la Escala de Bienestar Psicológico según la distribución de puntajes totales en percentiles	140
<b>Tabla 29</b> Baremo de la Escala de Resiliencia según la distribución de puntajes totales en percentiles.	141

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la existencia de una relación entre el Bienestar Psicológico y la Resiliencia, el estudio es de tipo descriptivo no experimental y diseño correlacional simple. El tipo de muestreo fue no probabilístico intencionado.

La muestra estuvo constituida por 46 egresados de psicología de una universidad pública de Lima Metropolitana en situación de desempleo que se graduaron en pandemia, son específicamente 20 varones y 26 mujeres cuyas edades oscilan entre los 22 y 31 años. Los instrumentos utilizados en este estudio fueron la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos de Casullo (2002) basada en la teoría de Ryff (1995), adaptada localmente por Dominguez (2014); y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) en su adaptación peruana por Gómez (2019). Ambos instrumentos fueron sometidos a los análisis psicométricos correspondientes de validez y confiabilidad, encontrándose evidencia significativa para cada prueba.

Los resultados pudieron determinar la existencia de una correlación estadísticamente significativa, directa y fuerte entre el bienestar psicológico y la resiliencia ( $r=.79$ ;  $p<.05$ ), de igual forma entre las dimensiones de cada constructo, pero con niveles de asociación moderados y débiles. Por último, no se hallaron diferencias significativas en función al sexo de los participantes.

Palabras clave: *bienestar psicológico, resiliencia, psicólogos, pandemia y desempleo.*

## ABSTRACT

The objective of this research was to determine the existence of a relationship between Psychological Well-being and Resilience, the study is of a non-experimental descriptive type and simple correlational design. The type of sampling was intentional non-probabilistic.

The sample consisted of 46 unemployed psychology graduates from a public university in Metropolitan Lima who graduated in the context of the pandemic, specifically 20 men and 26 women whose ages range between 22 and 31 years. The instruments used in this study were the Psychological Well-being Scale for Adults by Casullo (2002) based on the theory of Ryff (1995), in its version adapted to the Peruvian context by Dominguez (2014); and the Resilience Scale of Wagnild and Young (1993) in the version adapted to Peru by Gómez (2019). Both instruments were subjected to the corresponding psychometric analysis of validity and reliability, finding significant evidence for each test.

The results were able to determine the existence of a statistically significant, direct and strong correlation between psychological well-being and resilience ( $r=.79$ ;  $p<.05$ ), in the same way between the dimensions of each construct, but with moderate and weak levels of association. Finally, no significant differences were found based on the sex of the participants.

Keywords: *psychological well-being, resilience, psychologists, pandemic and unemployment.*

## INTRODUCCIÓN

La pandemia por el COVID-19 marcó una transformación global sin precedentes que generó cambios bruscos en la dinámica de vida de las personas. Ya sea en los aspectos generales y sociales como las reuniones, fiestas o cualquier actividad grupal en espacios abiertos o cerrados, o incluso en las esferas más individuales y privadas tales como las que tienen que ver con la familia o pareja. No obstante, los efectos de la pandemia tuvieron un efecto dominó a nivel social que ante los ojos de todos tomó mayor significancia cuando esto empezó a afectar los engranajes del sistema laboral prácticamente en todo el planeta puesto que nuestra dinámica de trabajo no estaba preparada para las medidas de aislamiento que esto implicaba tales como el trabajo remoto o la suspensión de algunos niveles económico productivos que como ya nos imaginamos conllevó a la pérdida de muchas plazas de trabajo, despidos masivos y una reorganización de la demanda laboral donde el sector sanitario alcanzó una prioridad abismal en contar con profesionales aptos para cubrir las necesidades de salud que la pandemia generaba mes a mes.

Definitivamente este cambio en el trabajo y sus relaciones generó cambios significativos en las tasas de desempleo de cada país, específicamente reinsertarse en el mercado laboral se volvió un problema más recurrente para las personas y pues para razón de esta investigación, para aquellos profesionales que recién culminaban sus estudios superiores en la sombra de la pandemia este reto se transformaba en algo mayor a lo que usualmente representa. Y, aunque el sector sanitario gozaba de una bonanza laboral, esto en particular no afectaba a todo el sector, precisamente sobre la salud mental, a pesar de que la demanda de esta se incrementó y se hizo visible más allá de sus niveles prepandemia según cifras de las instituciones sanitarias de cada país, la salud mental no representaba necesariamente una prioridad para las personas, porque bajo un balance de

necesidades, para el individuo sigue siendo fundamental su salud física por sobre la mental.

En ese sentido se pone en contexto que la psicología clínica aparentemente tenía ventaja de inserción laboral en contraste con sus demás especialidades profesionales como la organizacional, social o educativa, pero saber si eso se daba así representaba de todos modos una duda. Adicionalmente, el saber que los psicólogos recién egresados se enfrentaban a una inserción laboral muy complicada bajo el contexto descrito resultaba importante conocer los procesos psicológicos que les permitía afrontar todo ello y sobresalir principalmente a los que se encuentran en desempleo, hago referencia puntualmente al Bienestar Psicológico y la Resiliencia. El Bienestar Psicológico básicamente por conocer el estado de su salud mental bajo criterios teóricos propios de la variable y sobre la Resiliencia debido a la capacidad que esta representa para salir adelante en situaciones adversas.

Es así como esta investigación está dirigida a conocer de qué manera se asocian estas dos variables en una muestra de egresados de psicología de una institución educativa superior de la ciudad de Lima en situación de desempleo que se graduaron en plena pandemia, para ello esta tesis está dividida en cinco capítulos: planteamiento del problema, marco teórico, metodología, resultados, discusión de resultados, así como conclusiones y recomendaciones.

El Capítulo I: Planteamiento del problema busca contextualizar la problemática mediante datos y acotaciones teóricas y profundizar en los detalles de este, así como plantear los objetivos de investigación. El marco teórico permite aterrizar los aspectos teóricos asociados a las variables junto a los antecedentes ya sean locales o

internacionales que permiten analizar cómo se han representado estas variables en muestras similares o bajo un contexto parecido y delimitar las hipótesis de estudio.

En el Capítulo II: Metodología, se hacen referencia a los criterios técnicos para llevar a cabo esta investigación desde los instrumentos, la población y muestra, y el tipo de análisis que se someterán los datos.

En el Capítulo III: Resultados se reportarán los principales referentes estadísticos que permitirá cotejar el análisis de los datos y posteriormente contrastar con las hipótesis y objetivos planteados.

Posteriormente en el Capítulo IV: Discusión de resultados, estos se someterán a contraste teórico y de antecedentes con el objetivo de generar los argumentos que permitan sustentar o rechazar las hipótesis planteadas.

Para finalizar en el Capítulo V: Conclusiones y recomendaciones se buscará generar alcances generales según los objetivos propuestos en un inicio y así brindar recomendaciones teóricas, metodológicas o técnicas para futuras investigaciones afines a la temática, población o variables de estudio.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1.1. Planteamiento y formulación del problema

En principio, el desempleo representa un problema social, el mismo que es complejo de analizar ya sea por su diversidad de factores externos que intervienen en su naturaleza, o por las consecuencias a nivel individual y/o social que esta conlleva (Pugliese, 2000; Soto, 2021; Jahoda, 1987). Hasta el día de hoy el desempleo y sus variedades siguen siendo objeto de estudio no solo por parte de las ciencias económicas, sino también de las sociales, entre ellas la psicología, ya sea como causa, condición o consecuencia de fenómenos y problemáticas sociales o individuales (Fernández, M., Soler, I., García, M., & Meseguer, M., 2019; Galán, 2022; Erazo, 2022).

En ese sentido, el desempleo se entiende como aquella condición de una población económicamente activa “desocupada”, es decir, individuos en la capacidad de producir bienes y servicios, pero que no lo hacen (Ministerio de Trabajo, 2016). A nivel internacional, la Organización Internacional del Trabajo (OIT), explica que la crisis devenida por la pandemia del virus SARS-CoV-2 ha impactado negativamente sobre los mercados laborales de toda Latinoamérica, con millones de empleos e ingresos perdidos debido a la reducción de la actividad económica (Organización Internacional del Trabajo, 2020). Por el lado local, los datos reportados del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en su informe técnico “Situación del

Mercado Laboral en Lima Metropolitana” (Instituto Nacional de Estadística e Informática, 2021), para los últimos meses del 2021 y en comparación con los datos obtenidos en el mismo trimestre del año 2019, indicaron que en Lima Metropolitana, la población con trabajo u “ocupada” disminuyó en un 4.4% en el trimestre de agosto-octubre 2021, de igual forma, señalaron que la población con trabajo formal disminuyó considerablemente en 22.7%, mientras que la población subempleada aumentó un 6.6%, y en referencia a la población con empleo adecuado según el nivel de estudios, para los que poseen secundaria completa este índice disminuyó en 24.3% y aquellos con formación universitaria en un 23.4%. Por último, el INEI (2021, 2022) reportó que la tasa de desempleo fue de 8,9% mientras que, según el nivel educativo, el desempleo en la población con estudios superiores universitarios llegó hasta un 11,7%.

De todos los profesionales universitarios, este estudio presenta especial interés en aquellos que han egresado en estos años de pandemia. Respecto a ellos, resulta implícito que el deseo de ser profesional enmarca una de las tomas de decisiones más importantes y complicadas de la vida de una persona, este objetivo académico puede ser representado como un proceso dinámico que tiene sus retos y adversidades, pero también sus momentos de satisfacción a través de aquellos logros que van acercando a uno a la meta principal de culminar la carrera. No obstante, al final de ese proceso, aparece un reto muy significativo y de alta importancia para el egresado: el conseguir trabajo. Es justamente este desafío obligatorio lo que se convierte en un problema para los recién egresados, jóvenes entre los 20 a 25 aproximadamente, quienes tienen como necesidad insertarse al mercado laboral (Gallardo, 2011). Se sabe que el proceso de inserción en el trabajo no es igual ni sencillo para todas las personas ya que algunos



tienen mayores y/o mejores oportunidades que otros, es por ello, que el no encontrar empleo resulta muy frecuente en la actualidad, más aún en un contexto tan adverso como es esta pandemia (Becerra, Valencia y Revelo, 2021; Thaumata, 2022).

Esta investigación se centra en el egresado de psicología por una serie de razones. En primer lugar, debido a la pandemia y sus efectos en la salud tanto física como mental en la población en general (Huaracaya, 2020; Ministerio de Salud, 2021), se ha visto necesaria la presencia del psicólogo, ello permite observar la existencia de un aumento de la demanda social a partir de la necesidad de cubrir dichas atenciones en las personas lo cual permite inferir que habría oportunidad laboral para estos profesionales al menos en el área clínica. En segundo lugar, un estudio de mercado desarrollado por la Universidad Pontificia Católica del Perú (PUCP) en el 2018, reportó que la psicología cuenta con una demanda laboral progresiva y nada despreciable lo cual se refleja en las convocatorias de los portales de empleo a lo largo de estos años. En tercer lugar, dicho estudio señala que si bien es cierto que la psicología como profesión en el Perú se desenvuelve en cuatro principales áreas: Clínica, Educativa, Organizacional y Social, no todas poseen el mismo nivel de requerimiento para su ejercicio en el campo profesional y es principalmente la Organizacional la que más demanda presenta hasta la actualidad (Pontificia Universidad Católica del Perú, 2018), a pesar de que no necesariamente tal especialidad se encargue de brindar atención clínica a las personas y justamente ello refleja una aparente contradicción con la realidad, ya que la demanda social de un cuidado de la salud mental debido a la pandemia no se estaría reflejando en oportunidades laborales formales para los psicólogos en este caso clínicos. Del mismo modo, en el estudio se detalla que el área Organizacional tampoco tiene una situación

tan sencilla debido a que su campo de acción, el cual es generalmente Recursos Humanos, es un área mixta donde se compite con egresados de otras profesiones administrativas e incluso de las ingenierías (Enciso y Perilla, 2004). Si bien es cierto, que no hay a nivel local un indicador de la tasa de desempleo para psicólogos, no es nada irracional entender que las oportunidades laborales y por ende el desempleo en esta profesión sigue siendo un problema que aqueja a la comunidad de psicólogos, en especial a aquellos que terminan su carrera en medio de este problema sanitario global, sumado a ello que en muchos casos no se cuenta con experiencia previa empeorando así la probabilidad de conseguir una oportunidad laboral (García, 2020).

Por otro lado, los efectos de esta pandemia hacen referencia a una variedad de consecuencias en las personas ya sea en el plano económico, social, de la salud física y/o de la salud mental (Barrutia, Silva y Sánchez, 2021; Ruiz y Gómez, 2021; Di Nella e Ibañez, 2020; Huarcaya, 2020), respecto a estos últimos, se han reportado incrementos en casos de desajuste emocional tales como ansiedad, depresión, duelo patológico, estrés postraumático, así como decaimiento en procesos afectivos relacionados a la satisfacción de vida (Shigemura, Ursano, Morganstein, Kurosawa y Benedect, 2020; Xiong et al., 2020). Precisamente, sobre los efectos de la pandemia en la salud mental estos no discriminan que, lógicamente también los profesionales de psicología han sido afectados de alguna u otra manera, con ello se puede entender pues que a pesar de ser personal sanitario en salud mental no están necesariamente exentos de padecer tales efectos en su bienestar (Urzúa, Polanco, Caqueo y Vera, 2020; Scholten, Quesada, Salas, Barria, Rojas, Molina y García, 2020). Bajo esa premisa, investigaciones afines señalan que el bienestar psicológico en las personas ha venido menguando y siendo afectado a partir del aumento significativo en casos

de estrés y cuadros depresivos por la pérdida de familiares, pérdidas económicas y sumado a ello está la pérdida de empleos o la escasez de oportunidades de crecimiento profesional (Becerra y Ruiz, 2021; Chira y Anaya, 2021). Y es por ello, que se amerita considerar al bienestar psicológico como variable de interés en este estudio, ya que según Vielma y Alonso (2010) el bienestar psicológico facilita el crecimiento y desarrollo personal en diversos aspectos del ser humano, lo cual permite inferir que mantener un bienestar psicológico saludable implica la presencia de emociones positivas y una estabilidad en la salud mental (Oramas, Santana y Vergara, 2006).

Del mismo modo, en situaciones tan difíciles o adversas como es la propia pandemia y sus efectos colaterales previamente señalados, las personas poseen una característica que les permite afrontar positivamente o de la mejor forma las adversidades que se le presenten, estamos hablando de la resiliencia (Hernández y García, 2020; Kazmierczak, Signes y Carreira; 2020). En específico, las investigaciones sobre resiliencia explican que esta se hace presente como una capacidad de sobreponerse a situaciones adversas en contextos donde existen factores protectores a nivel de rasgos de personalidad, o del ambiente ya sea según se desenvuelva la persona: familiar, laboral o académico (Benavente y Quevedo, 2018; Dubreuil, 2011); así mismo, también señalan que esta capacidad disminuye la posibilidad de desarrollar problemas emocionales ante la presencia de factores de riesgo entre la cual podemos considerar a la pandemia como tal y sus consecuencias sociales o individuales (Dubreuil, 2020, Estrada y Mamani, 2020), para complementar, la resiliencia también permite generar oportunidades de desarrollo en situaciones difíciles tales como el desempleo (Grotberg, 1999; Rutter, 1993). Para finalizar, es por tal motivo, que se toma a la resiliencia como segunda variable a fin

de asociar su comportamiento respecto al bienestar psicológico en psicólogos que egresaron en tiempos de pandemia que se encuentran en situación de desempleo.

Por consiguiente, a partir de estas consideraciones, esta investigación se interesa por conocer lo siguiente:

*¿Existe relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública?*

## 1.2. Justificación

La justificación de esta tesis recae en dos elementos principalmente: la relevancia teórica asociada a las variables en un contexto singular dado y la relevancia práctica para entender cómo se manifiestan dos características puntuales de salud mental en una población que forma parte de nuestra profesión y en lo posible poder atenderlo a partir de las conclusiones que llegue este estudio.

En primer lugar, tenemos a la relevancia teórica, entendemos que a nivel mundial nos encontramos bajo un contexto en común, la pandemia, y por ende que ello implica un cambio en los procesos psicológicos de las personas producto de las experiencias únicas que se han empezado a vivir desde hace ya más de un año atrás. Precisamente, el estudiar dos constructos propios de la psicología bajo este arco situacional permite comprender de qué manera se pueden asociar el bienestar psicológico y la resiliencia en una muestra específica, a diferencia de otras investigaciones, la novedad de la presente es que la muestra de estudio se encuentra en desempleo, por lo cual, considerar esta condición laboral enriquecerá el marco referencial y a los antecedentes

locales; de ese modo generará evidencia específica al campo de la psicología organizacional, ya que diversos antecedentes no necesariamente parten de un análisis local, sino más bien extranjero, entendiéndose pues que ello no refleja del todo la realidad de un sector social o geográfico en particular como es el peruano.

Por otro lado, en referencia a la relevancia práctica, esta nos permitirá conocer con más detalle cuál es la situación del bienestar psicológico y de la resiliencia de los egresados de psicología en contexto de pandemia y que en particular se encuentran desempleados. La comprensión de la asociación entre dichas variables va a permitir conocer la tendencia en la manifestación de la resiliencia ante un bienestar psicológico dado, de lo cual se puede generar muchos aportes a las instituciones, autoridades o personal involucrados con la finalidad de desarrollar estrategias de intervención o de propuestas para fortalecer aspectos puntuales de cada concepto. A la par que de ser ejecutadas podrían facilitar en cierto modo el desarrollo profesional y laboral en medio de un contexto tan complicado. Es necesario acotar que, como parte de esta comunidad de profesionales de la salud mental, el conocer los resultados de esta investigación permitirá iniciar concientización, toma de empatía e incluso el desarrollo de estrategias de empleabilidad en favor de los recién graduados de psicología y su lucha ardua para insertarse en el ya difícil mercado laboral.

### 1.3.Objetivos

#### 1.3.1. Objetivo general

- Determinar si existe relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.

#### 1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar si existe relación entre los componentes del Bienestar Psicológico y los componentes de la Resiliencia.
- Describir el nivel de Bienestar Psicológico en los egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.
- Describir el nivel de Resiliencia en los egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.
- Determinar si existen diferencias significativas en el Bienestar Psicológico según el sexo de los egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.
- Determinar si existen diferencias significativas en la Resiliencia según el sexo de los egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.

#### 1.4.Limitaciones de la investigación

Las limitaciones de esta investigación se hacen presentes a nivel metodológico dado que este estudio se realiza con un muestreo no probabilístico de tipo intencionado, debido a que la muestra la constituye un grupo específico de egresados

de psicología durante la pandemia de una universidad pública que se encuentran en situación de desempleo, por lo que no es viable la generalización directa de los resultados obtenidos a individuos con características diferentes de la muestra. De igual manera, al ser este un estudio de tipo correlacional es imposibilitado de plantear hipótesis causales, así como establecer conclusiones explicativas. Por último, la limitada referencia teórica y empírica sobre el tema debido a la novedad en el contexto peruano hace difícil la contrastación de la información hallada con la disponible a nivel local, por lo que las conclusiones y data obtenida encontrarán mayor sustento en estudios teóricos y empíricos extranjeros.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes

La evidencia que se presenta a continuación busca concentrar información relevante a las variables de investigación, de tal manera que aporten puntos de referencia, de discusión y análisis sobre la asociación entre el bienestar psicológico y la resiliencia; de este modo, el contraste entre los resultados de este estudio y los que se reportan se espera que brinde nueva evidencia que enriquezca el contenido referente a la muestra y variables en un contexto de pandemia. Es por ello, que este apartado se estructura en antecedentes internacionales significativos de habla hispana y luego antecedentes locales de diferentes provincias donde el bienestar psicológico y resiliencia se hacen presente ya sea de manera conjunta o en asociación con otras variables afines.

##### 2.1.1. Antecedentes internacionales

Giraldo (2013) realizó una investigación sobre resiliencia y bienestar psicológico según el tiempo de desempleo en profesionales colombianos, buscó conocer la asociación entre ambas variables, la muestra estuvo constituida por 240 varones y mujeres en edades desde los 21 hasta los 64. El investigador utilizó la adaptación española del instrumento Escala de Bienestar Psicológico de Ryff adaptada por Díaz, et al. (2006) con 29 ítems y seis subescalas, así como la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en su versión reducida de 14 ítems y un solo factor (Wagnild, 2011). Los hallazgos obtenidos señalaron la existencia de



asociaciones moderadas y altas entre la resiliencia y el bienestar, y con una tendencia directamente proporcional a fortalecerse según más tiempo se pase en desempleo. En referencia a las asociaciones entre los componentes de resiliencia y bienestar psicológico, estos alcanzaron niveles moderados a altos en casi todos. Y respecto a variables sociodemográficas, el autor no reportó diferencias significativas.

En Guatemala, Gonzáles (2021) realizó una investigación que buscó conocer la asociación entre la ansiedad, resiliencia y bienestar psicológico en 378 estudiantes universitarios bajo el contexto del confinamiento a través de una regresión logística binomial. Su muestra estuvo representada por alumnos varones y mujeres de una universidad pública de Guatemala. El autor utilizó la adaptación española de la Escala de Resiliencia de 10 ítems de Connor-Davidson (CD-RISC) por Notario, et al. (2011), la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en su adaptación española por Díaz, et al. (2006), y la adaptación española de la Escala de Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-2) (Kroenke et al, 2007). Los resultados obtenidos indicaron que niveles altos de resiliencia y bajos de ansiedad predicen significativamente al bienestar psicológico en la muestra, a partir de hallazgos en cuanto a la asociación entre estas variables en un modelo de regresión.

Por su parte, en España, Arrogante, Pérez y Aparicio (2015) buscaron identificar diferencias entre el afrontamiento, bienestar psicológico y resiliencia en una muestra de 208 profesionales de enfermería, así como las asociaciones entre estas variables. Para ello, el autor utilizó la Escala de Resiliencia de Connor-

Davidson (CD-RISC) en su versión en español, el Brief Cope de 28 ítems y 6 dimensiones validada al español por Pérez (1997) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados obtenidos reflejaron por un lado que la resiliencia resulta ser un factor precursor del afrontamiento de compromiso en situaciones complicadas, también, el autor halló que ambas variables se asocian estadística y positivamente con el bienestar psicológico y sus dimensiones en niveles de corte medio-alto.

Igualmente, en España, Hinojal y Quevedo (2018), se propusieron analizar la asociación entre el bienestar psicológico, la resiliencia, la personalidad y las estrategias de afrontamiento, así como diferencias significativas en variables sociodemográficas en una muestra de 447 estudiantes universitarios varones y mujeres con una edad promedio de 21 años. Para lograrlo, las investigadoras utilizaron los siguientes instrumentos: Cuestionario de Resiliencia de Wagnild y Young adaptado a su versión española por Heilemann, Lee y Kury (2003) con 25 ítems y cuatro dimensiones, la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, la prueba Minimarcadores de los Cinco Grandes en Español (Iraegui y Quevedo-Aguado, 2002) el cual consta de 150 ítems y cinco factores, el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (Sandin y Chorot, 2003) con siete factores y finalmente el Cuestionario de Percepción de enfermedad (Broadbent, Petrie, Main y Weinman, 2006) y sus seis dimensiones. Los hallazgos determinaron la existencia de una asociación estadísticamente significativa, positiva y moderada-alta entre la resiliencia, el bienestar psicológico y sus componentes, así como con las estrategias de afrontamiento y la dimensión estabilidad emocional de la personalidad. A nivel comparativo y descriptivo, las autoras encontraron

diferencias significativas en estudiantes de psicología y enfermería con el resto de las carreras en función de la resiliencia, alcanzando niveles altos en este constructo. Por otro lado, en cuanto al sexo, bienestar psicológico y resiliencia, se evidenciaron diferencias significativas entre varones y mujeres.

En México, Piña (2017), buscó conocer la relación entre bienestar psicológico y resiliencia, así como la existencia de diferencias significativas en una muestra de 350 participantes varones y mujeres con edades entre los 17 y 20 años, todos estudiantes universitarios. Para ello usó la Escala de Bienestar Psicológico de Gonzales (2013) de 39 ítems y cinco dimensiones, así como, la Escala de Resiliencia de Gonzalez-Arratia (2011) de 32 ítems y tres factores. Los resultados reportaron la existencia de una correlación positiva estadísticamente significativa entre ambas variables, la fuerza de esta asociación fue moderada. De igual modo, no se hallaron diferencias significativas en las variables sociodemográficas como edad o sexo.

Otra investigación realizada en el mismo país fue la de Gonzales, Gaxiola y Valenzuela (2018) quienes tuvieron como objetivo evaluar a través de un modelo de trayectorias el papel del apoyo social y la resiliencia sobre el bienestar psicológico en una muestra de 228 adolescentes mexicanos entre varones y mujeres quienes presentaron “sucesos de vida” reportados. Para ello utilizaron como instrumentos la Escala de Sucesos de Vida para adolescentes adaptada al español por Torres y Ruiz (2013) la cual consta de 34 ítems y cinco dimensiones, la Escala de Redes de Apoyo de Villalobos (2009) compuesta por 19 reactivos y cuatro dimensiones, la Escala de Bienestar Psicológico en su adaptación mexicana

por Gaxiola, Gaxiola, González y Valenzuela (2014) que integra 12 ítems en seis áreas y el Inventario de Resiliencia (IRES) de Gaxiola et al., (2011), este inventario posee 20 ítems y siete componentes. Los resultados de este estudio reportaron asociaciones estadísticamente significativas positivas y moderadas entre la resiliencia, el bienestar psicológico y el apoyo social, estas tres variables se asociaron negativamente con los sucesos de vida que son entendidos por los autores como situaciones altamente estresantes para los individuos.

Respecto al bienestar psicológico, Araque, Gonzáles, López, Nuván y Medina (2020) realizaron un estudio en Colombia que buscó asociar esta variable con las características sociodemográficas en una muestra de 1631 estudiantes universitarios de ambos sexos, todo ello bajo un contexto de pandemia. Para ello utilizaron como instrumentos a la Escala de Bienestar Psicológico adaptada en su versión colombiana por Pineda, Castro y Chaparro (2018) constituida por 39 ítems y seis dimensiones, para las variables sociodemográficas utilizó un cuestionario. Los resultados obtenidos a nivel descriptivo reportaron niveles promedio en las dimensiones autoaceptación, autonomía, relaciones positivas y dominio del entorno; mientras que un nivel alto en cuanto al bienestar psicológico y propósito de vida. Respecto a diferencias en cuanto a sexo, se identificó que las mujeres presentaban niveles más altos en bienestar psicológico que los varones, no obstante, no se hallaron asociaciones significativas entre esta variable y las demográficas.

Por su parte, Martín (2017) planteó analizar la situación del bienestar psicológico, el bienestar subjetivo y la satisfacción vital en 150 personas entre

varones y mujeres de Tenerife, España con edades entre los 20 a 68 años en situación de desempleo prolongado bajo un contexto de crisis económica. Para lograr su objetivo, la investigadora usó la Escala de Significación Vital de las personas (MLM) de Morgan y Farsides (2009), este instrumento consta de 23 ítems, de igual forma utilizó la Escala de Bienestar Psicológico, así mismo la escala de Satisfacción con la vida (SWLS) de Diener, Emmons, Larsen, & Griffin (1985) compuesta por 5 ítems. y por último la Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS) de Watson, Clark y Tellegen (1988) la cual posee 20 reactivos. Los resultados descriptivos arrojaron niveles promedio-en ambos sexos y en los diferentes grupos etarios. No obstante, en el análisis comparativo de medias no se detectaron diferencias significativas en bienestar psicológico con las variables sociodemográficas.

Por el lado de la resiliencia, Morales (2021) buscó analizar la asociación de variables como resiliencia, salud mental y satisfacción vital en una muestra de 194 individuos entre varones y mujeres bajo diferentes situaciones de empleo dado el contexto de pandemia en España. La investigadora tuvo como instrumentos al Cuestionario de Salud General (GHQ-12) de 12 ítems (Goldberg & Williams, 1988), la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) de Diener et al. (1985) y la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC) en su versión al español. Los resultados arrojaron una diferencia significativa entre las personas con empleo y desempleadas ya que las del primer grupo presentan un mayor nivel de resiliencia y salud mental, además que existe una asociación positiva moderada entre dichas variables con la satisfacción vital.

Para finalizar, Valera, Sánchez, Izquierdo y de Pedro (2019) mediante su estudio se propusieron conocer el papel mediador de variables como la autoeficacia y la resiliencia entre el tiempo de desempleo y el malestar psicológico. La muestra estuvo compuesta por 280 ciudadanos en situación de desempleo entre varones y mujeres con una edad promedio de 27 años pertenecientes a la ciudad de Murcia, España. De ellos más de la mitad (51.6%) tenía responsabilidad familiar, mientras que un poco más del tercio (32.1%) eran graduados universitarios. Para su investigación, los autores utilizaron la Escala de resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC) en su adaptación al castellano por Soler, Meseguer y García-Izquierdo (2016) la cual consta de 10 ítems, referente a la autoeficacia se usó Escala General de Autoeficacia de Baessler y Schwarzer (1996) en su versión española por Sanjuan, Pérez y Bermúdez (2000) la misma que también posee 10 reactivos y para finalizar el Cuestionario de Salud General (GHQ-12) en su versión al español validada por Rocha, Pérez, Sanz, Borrell y Llandrich (2011). Los resultados señalaron la existencia de efectos significativos directos entre tiempo de desempleo y malestar psicológico; se encontró relación significativa entre la autoeficacia y la resiliencia, mas no entre resiliencia y malestar psicológico, no obstante, este último sí se asoció negativamente con la autoeficacia. Para finalizar, la resiliencia logró asociarse significativamente, pero a un nivel bajo e inverso con el tiempo de desempleo, para lo cual los autores identificaron un modelo que demuestra que los recursos psicológicos personales representan herramientas eficaces para hacer frente a situaciones adversas como el desempleo.

### 2.1.2. Antecedentes nacionales

Estrada y Mamani (2020) buscaron determinar la asociación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior de Puerto Maldonado, la muestra conformada por 134 participantes de ambos sexos. Como instrumentos de recolección de datos, las autoras utilizaron la Escala de Bienestar Psicológico de Sánchez Cánovas (2013) con 65 ítems y cuatro dimensiones, así como la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young (1993) compuesta por 25 reactivos y cinco dimensiones. Los resultados arrojaron la existencia de una relación significativa fuerte y positiva entre ambas variables. Respecto al análisis correlacional entre el bienestar psicológico y los componentes de la resiliencia, estos en su totalidad demuestran asociaciones significativas, positivas y de nivel moderado.

En Puno, Ccarita (2021) planteó como objetivo determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en una muestra de 132 estudiantes universitarios de último ciclo de la carrera de psicología pertenecientes a una universidad privada de Juliaca. Como instrumentos, la autora utilizó la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young en su adaptación peruana de Castilla et al. (2014) la cual consta de 25 reactivos y cuatro dimensiones, mientras que para la otra variable usó la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos de Casullo (2002) en su adaptación peruana por Dominguez (2014) constituida por 13 ítems y cuatro dimensiones. Los resultados obtenidos, demostraron la existencia de una asociación estadísticamente significativa, positiva y moderada entre ambas

variables; a nivel descriptivo se hallaron niveles altos de resiliencia y medios o regulares en cuanto a bienestar psicológico.

Por otro lado, en Lima, Carrasco y Villegas (2020) se propusieron identificar la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en una muestra de 184 individuos de ambos sexos todos estudiantes de psicología de últimos ciclos de una universidad privada en Lima Norte. Las autoras usaron los siguientes instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico para adultos (BIEPS-A) en su adaptación peruana por Dominguez (2014) y la Escala Resiliencia (ER) de Wagnild y Young, adaptada en el Perú por Novella (2002) la cual posee 25 reactivos y dos grandes factores. Los resultados de la investigación identificaron la existencia de correlación estadísticamente significativa, positiva y con un nivel moderado entre ambas variables, por el lado de las correlaciones entre los componentes del bienestar psicológico y resiliencia, estos resultaron ser significativos, positivos, pero de niveles bajo a moderado. Así mismo, en el plano descriptivo se reportaron en mayor proporción (48.4%) niveles altos de bienestar psicológico, seguidos de un nivel promedio (32.6%) y bajo (19%). Por otro lado, respecto a resiliencia, la distribución mayoritaria estuvo en un nivel moderado (54.9%), seguido del nivel alto (28.8) y bajo (16.3%).

En otro estudio desarrollado en Lima, Bustamante (2019) planteó determinar la existencia de la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en una muestra de 61 internas de un centro penitenciario femenino de Lima Sur, el rango de edades de las participantes fue de 20 a 62 años. Respecto a los instrumentos, la autora utilizó la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young



en su versión adaptada en el Perú por Novella (2002), y la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) elaborada por Casullo bajo la adaptación peruana por Domínguez (2014). Los resultados obtenidos, determinaron la existencia de una correlación estadísticamente significativa, directa, pero baja entre las dos variables. Sobre las asociaciones entre dimensiones, la autora reportó la existencia de asociación significativa positiva entre aceptación / control de situaciones, proyectos del bienestar psicológico y la satisfacción personal de la resiliencia, no obstante, no se halló correlación entre vínculos psicosociales, la autonomía del bienestar psicológico y la dimensión satisfacción personal de la resiliencia. Por el resto de las dimensiones, no se reportaron asociaciones entre sí.

En Tacna, Casas (2022) se centró en determinar si existe alguna relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia, para ello, estudió una muestra conformada por 252 varones pertenecientes al servicio militar voluntario en Tacna con edades entre los 18 y 26 años. En cuanto a los instrumentos, la autora utilizó la Escala Resiliencia (ER) de Wagnild y Young en su versión adaptada y validada al contexto peruano por Castilla et al. (2014), y la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) desarrollada por Casullo en su versión validada en Perú por Robles (2020). Los resultados de este estudio demostraron la existencia de una asociación estadísticamente significativa, directa y alta entre las dos variables. En el nivel descriptivo, se evidenciaron niveles altos para cada variable, 42.2% para resiliencia y 50.4% en bienestar psicológico.

Respecto al bienestar psicológico, Zegarra (2018) en su estudio se propuso determinar el nivel del bienestar psicológico en una muestra de 40 trabajadores

varones y mujeres del área de Recursos Humanos de una empresa limeña. En cuanto a los instrumentos, el investigador utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff (1995) en su versión adaptada al Perú por Pérez (2017) compuesta por 35 reactivos y seis dimensiones. Los resultados identificaron una proporción mayoritaria en el nivel alto (40%), seguido de un nivel medio (30%) y bajo (30%) del bienestar psicológico en la muestra, estas cifras se representaron sin tanta diferencia en cada dimensión de la variable.

Por su parte, en Lima, Chira y Anaya (2021) se plantearon indagar la relación entre el bienestar psicológico y satisfacción de vida en una muestra de 101 universitarios egresados en tiempos de pandemia con edades entre los 21 a 48 años. Para lograr su objetivo, las investigadoras aplicaron la Escala de Bienestar Psicológico de Casullo en su versión peruana por Dominguez (2014), así como la Escala de Satisfacción de Vida de Diener et al. adaptada al contexto peruano por Oliver, Galiana y Bustos (2018) constituida por cinco ítems y una sola dimensión. Los resultados evidenciaron la existencia de una relación estadísticamente significativa, positiva y moderada entre dichas variables, en cuanto a las dimensiones del bienestar psicológico, estas se asociaron significativamente a un nivel bajo y moderado, pero de forma directa.

Una investigación desarrollada por Huamaní y Arias (2018) tuvo como interés plantear un modelo predictivo del bienestar psicológico a partir de la satisfacción de vida en una muestra de 357 jóvenes varones y mujeres entre los 18 a 30 años residentes de la ciudad de Arequipa. Como instrumentos, los autores dieron uso de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) de Diener en su

adaptación al castellano por Atienza, Pons, Balaguer y García (2000) constituida por cinco reactivos y un solo factor, la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS) de Casullo y Castro (2000) la cual consta de 20 ítems y cuatro factores y por último un cuestionario para recoger datos demográficos. Los resultados permitieron determinar un modelo que explica que a mayor o menor bienestar psicológico este depende en mayor proporción de la subjetividad individual que de variables sociodemográficas. Precisamente, al analizar la situación laboral con la satisfacción de vida, el autor halló que existen diferencias significativas, mas no con el bienestar psicológico. A nivel descriptivo, no se hallaron diferencias significativas en cuanto a la edad, sexo, grado de instrucción o estado civil para ambas variables.

Por el lado de la resiliencia, Huacasi (2019) en su investigación, buscó identificar la relación existente entre la resiliencia y el desempleo a partir del análisis de la duración de este último con el consumo de bienes y servicios en una situación de desempleo. La muestra estuvo constituida por 152 varones y mujeres egresados durante el 2015-2016 de carreras como Administración, Derecho e Ingeniería Industrial en una universidad privada de la ciudad de Arequipa. Para lograr su objetivo, la investigadora utilizó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en la versión peruana de Castilla et al. (2014). Los resultados señalan que no existe una relación directa y significativa entre la resiliencia y el desempleo respecto al consumo, no obstante, se encontró una relación significativa entre la resiliencia y el desempleo en función del tiempo. La media de la muestra analizada registró niveles medio en cuanto a resiliencia y un periodo corto de desempleo.

En Cajamarca, Correa y Mendoza (2020), se plantearon determinar diferencias significativas de resiliencia en varones y mujeres, para ello consideraron una muestra de 196 alumnos universitarios con edades entre los 17 y 19 años. Para la medición de la variable, los autores hicieron uso de la versión peruana de Castilla et al. (2014) de la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young. Los resultados arrojaron que efectivamente existen diferencias significativas entre varones y mujeres, siendo estas últimas quienes alcanzan niveles más altos de resiliencia y sus dimensiones.

Finalmente, Jiménez (2018) buscó identificar niveles de resiliencia en una muestra de 156 adolescentes y jóvenes entre varones y mujeres con edades desde los 18 hasta los 24 años pertenecientes a una fundación benéfica con sedes en Lima Norte. El autor aplicó la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young adaptada al Perú por Castilla et al. (2014). Los resultados reportaron que un 62.2% de la muestra alcanzan niveles altos en resiliencia, en cuanto al sexo, las mujeres alcanzan niveles más altos en contraste con los varones, no obstante, en el resto de las variables sociodemográficas no se evidencian diferencias sustanciales.

## 2.2. Bases Teóricas

Las bases teóricas en esta investigación están orientadas a definir conceptos claves dentro del contexto de la pandemia por COVID 19, así como ir introduciendo aspectos generales sobre la empleabilidad, inserción laboral y desempleo. Así mismo, se exponen los distintos modelos teóricos del bienestar psicológico para finalmente llegar a la propuesta conceptual de Ryff y sus dimensiones. Para complementar, se hacen referencias a diversas posturas o enfoques teóricos sobre la resiliencia donde

por último se detalla el modelo teórico de Wagnild y Young, así como a los factores que la componen.

#### 2.2.1. COVID 19 y la pandemia: efectos económicos, sociales y de salud.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2020), desde la primera vez que fue notificado en Wuhan, China allá por el 2019, la rápida propagación del SARS-COV-2 o coronavirus (COVID-19) ha permitido considerarla como una pandemia debido a su presencia a escala global, este virus ha traído consigo en gran medida muchas pérdidas de vidas humanas, al cierre del medio año del 2021, se reportan más de 65 millones de infectados y 3 millones de fallecidos en todo el mundo (Organización Mundial de la Salud ,2021). Respecto al ámbito nacional, el Ministerio de Salud (MINSA) (2021) al cierre del 2021, reporta más de 2,279,299 de casos positivos y 202,524 fallecidos.

En cuanto a los efectos económicos globales y regionales como América Latina y a los que el Perú ha ido tomando tendencia, han sido muy significativos hacia una desaceleración económica general de -5,3% en comparativa con el 2019, el cierre de más de 2 millones de empresas con lo que por consecuencia aumentó la tasa de desempleo alcanzando cifras de 38 millones de personas sin trabajo (Comisión Económica para América Latina y el Caribe, 2021). En el Perú, según cifras del Ministerio de Economía y Finanzas (MEF) (2020), el PBI cerró con una diferencia respecto al segundo semestre del 2019 de -9,8%; particularmente se observó que entre el primer semestre del 2020 esta brecha se llegó hasta los -39,9%, lo cual coincidió con las medidas de aislamiento social obligatorio impuestas por el gobierno bajo con finalidad de controlar la tasa de

contagio. Esto pues sin duda alguna ocasionó incertidumbre y cierres de sectores económicos clave en la dinámica peruana (Barrutia, Silva y Sánchez, 2021).

En cuanto a los efectos en salud, el sistema de salud peruano evidenció que no estuvo a la altura de afrontar una crisis de tal magnitud, tanto para el sector público como privado, dicha situación conllevó a que el Estado Peruano decreta medidas restrictivas a nivel social y sanitario tal como la cuarentena y el confinamiento social acompañado de medidas puntuales a cada caso (Barrutia, Silva y Sánchez, 2021; Gonzales, Varona, Domínguez y Ocaña, 2020). Este escenario en particular, ha conllevado a que la salud tanto física como mental se vea afectada de manera significativa, ello debido a los temores de la gente a la muerte fundado en las crudas jornadas informativas recurrentes sobre los decesos acompañada de la incertidumbre la cual desencadena situaciones donde las emociones no positivas afloran con mayor intensidad, tales como el estrés, depresión, desesperanza, culpa, entre otras, causando así un impacto psicológico negativo tanto en la población general como en el personal de salud, dicha situación se ha visto en el extranjero (Lozano, 2020; Andreu, 2020; Pastor, 2020; Balluerka, Gómez, Hidalgo, Gorotsiaga, Espada, Padilla y Santed, 2020) como en Perú (Huarcaya, 2020; Jaramillo y Marquina, 2020; Ministerio de Salud, 2021)

A nivel social, la pandemia a golpeado de una forma muy intensa a la sociedad peruana, en nuestro país, durante el 2021 la índice pobreza llegó hasta un 60%, siendo una de las más altas con respecto al de otros países de Latinoamérica (Escobal, 2021). La desigualdad social se vio reflejada en la necesidad vital de cubrir una atención de salud especializada ante los diferentes casos de COVID-19 que aparecían en las familias, incluso hasta de manera

simultánea en varios miembros del hogar. Sumado a ello, dicha desigualdad y pobreza se vieron acentuadas por los despidos masivos debido al retroceso de la economía local lo que conllevó a que las empresas realicen recorte de personal, aumentando así en paralelo la tasa de desempleo, a la vez que conseguir empleo o ingresos económicos en plena pandemia era prácticamente imposible para cualquier individuo, favoreciendo la informalidad y reduciendo la calidad del empleo, obligando en muchos casos a adaptarse a lo que se conoce como la virtualidad o trabajo no presencial (Organización Internacional del Trabajo, 2020; (Barrutia, Silva y Sánchez, 2021) . La población se ha ido adaptando a esta nueva normalidad donde el uso de la mascarilla y protector facial sumado a la virtualidad puede dar a pensar que ello facilita una convivencia, sin embargo, ello ha generado dificultades en la interacción con otras personas donde la comunicación mediante redes sociales ha significado en cierta medida la única forma de poder expresar el lenguaje ya sea a nivel familiar, laboral o incluso académico en todas sus etapas, preescolar, escolar y superior (Pizá, 2020; Braun, Converso, Vásques y D'Urbano, 2021; Meléndez, 2021), lo particular es que se evidencia un cambio bastante significativo a nivel social y económico en las familias lo que con la llegada de las vacunas se genera una oportunidad para volver a la antigua normalidad que los diferentes grupos humanos estaban acostumbrados antes de la llegada de este virus y pandemia (Unzueta, 2021).

### 2.2.2. Inserción Laboral, Empleabilidad y Desempleo

Cuando una persona culmina su etapa universitaria en muchas situaciones lo que primero que se le puede ocurrir es conseguir empleo, esa transición representa un hito en su vida personal y madurez profesional. Navarro (2013)

refiere que en parte del siglo XIX dicha transición se daba en un sentido lineal para muchos individuos donde la persona salía de la escuela a la universidad de ella al trabajo y con este último a la inmersión social. No obstante, debido a las diversas transformaciones sociales, económicas, o culturales de la actualidad es que esa “linealidad” se ha transformado en trayectorias no lineales necesariamente pero sí particulares para esas personas. Tal como lo señala Merino y García (2007) el paso de la etapa educativa a la laboral resulta ser un producto del proceso o la interacción del sistema educativo y el económico-productivo lo cual según se señaló anteriormente se individualiza para cada persona, este proceso no debe entenderse como algo exacto o una etapa puntual, una coma en el tiempo, o de espera, sino por el contrario como una etapa de incertidumbre, donde las dudas abundan más que las certezas y las toma de decisiones adecuadas; esto en resumen es más una experiencia transitiva y de ensayo-error para los jóvenes. De todo esto, se colige que en la práctica y la actualidad, no se da un límite definitivo entre la etapa académica-formativa y la laboral, pero justamente como indica Navarro (2013), se puede apuntar a que la primera experiencia laboral, la cual no necesariamente sea formal, llega a establecer el inicio de la inserción en el mercado ya que corresponden a las primeras experiencias en campo independientes de la etapa educativa, de esa forma se puede considerar a las prácticas preprofesionales o profesionales como tal punto de partida de inserción. Además, según Díaz y Oyarzún (2002) y Manríquez (2003) dentro de las razones por las que una persona está desempleada se debe a partir de la falta de oferta de trabajo por parte del sector privado o estatal, o que la vaya de requisitos resulta ser demasiado alta, específica o no compatible con el proceso formativo en conocimientos, habilidades y capacidades, empeorando aún más las posibilidades



de una rápida inserción. Si se extrapola lo señalado, se podría afirmar que socialmente se espera que dicha transición sea exitosa para los jóvenes, en el sentido que no demande periodos largos de espera para conseguir experiencias laborales, y que puntualmente ello permita proyectarse personal y profesionalmente, no obstante, ya se ha señalado que ello recae más en la particularidad de cada individuo que en una tendencia, sumado al contexto temporal en que se da esta transición (Torres, 2019). Esto último se fundamenta tal como señala Comisión Económica para América Latina y el Caribe/Organización Internacional del Trabajo (CEPAL/OIT) (2017) (citado en Saenz, 2020) donde refieren que si la realidad no se acomoda a las condiciones ideales ello implicaría una serie de costos sociales y económicos, a nivel macro para la sociedad por ejemplo en el aumento de la tasa de desempleo y a nivel micro para el caso individual de cada persona y su familia en el sentido que no pueden cubrir sus necesidades básicas por falta de ingresos; por último, si bien una transición temporal extensa puede deberse a la competitividad, circunstancia de la demanda de perfiles específicos en el mercado, falta de conocimientos y aptitudes puntuales o simplemente a que buscan un trabajo acorde a sus expectativas, esto no es deseable cuando se dilata más el tiempo debido a factores ajenos y muy independientes del individuo como pueden ser las políticas económicas, situación política o la misma pandemia que actualmente se da (Organización Internacional del Trabajo, 2020; Calle, 2021; Barrutia, Silva y Sánchez, 2021).

Dentro de dicha transición se hallan dos conceptos claves que permiten comprender mejor esta etapa en los jóvenes recién egresados, hablamos sobre la

empleabilidad y la inserción laboral. Para autores como Pelayo (2012) la empleabilidad es concebida como la probabilidad de introducirse en el mercado laboral en función de las cualidades, capacidades y aptitudes que presenten los postulantes a una vacante, es decir se enfoca solamente en la persona y el aprendizaje que ha tenido, adicionalmente, el mismo autor hace referencia al término “ocupabilidad”, el cual se enfoca en principio al contexto situacional dando un complemento más general ya que tiene en cuenta las oportunidades en un momento dado dentro del mundo laboral. Por otro lado, para Romero et al. (2009) citado en Pelayo (2012) define a la inserción laboral como un proceso que se lleva a cabo cuando la empleabilidad y la ocupabilidad interaccionan entre sí ajustándose hasta que el individuo genere su inclusión a una vacante o empleo, para que finalmente este evento se dé, se deben tener en cuenta los indicadores de empleabilidad y la predisposición de criterios que implica la ocupabilidad, es decir considerar tanto al individuo que busca empleo, como las condiciones en la que se da esta búsqueda o intento de insertarse laboralmente.

De acuerdo con la situación local, según el INEI (2020) con respecto a la población en edad de trabajar (PET) en Lima Metropolitana y según cifras del consolidado anual del 2021 la población económicamente activa ocupada (PEA-O) de todos los niveles educativos presentó una tendencia a la baja dentro del trimestre móvil de noviembre a enero 2021, en específico, los ocupados con estudios universitarios cayeron en 16,4% (219 mil 300 personas) en comparativa con el mismo trimestre del año anterior, además del total de ocupados, solo el 25.3% son universitarios con formación completa. De ello podemos comprender que la población con empleo ha disminuido al cierre del 2020 e inicio del 2021.

Con respecto a la inserción laboral de los egresados universitarios en el Perú, la Superintendencia Nacional de Educación Universitaria (SUNEDU) (2020) en su informe bienal sobre calidad universitaria, reporta que para una muestra de egresados universitarios entre 21 a 35 años existe una tendencia de crecimiento de estos últimos siendo muy homogénea la cifra entre varones y mujeres. De igual forma, dicha institución señala que un 36.9% de egresados trabaja en el sector público, y el resto en el sector privado en sus diversos rubros. Respecto al desempleo, SUNEDU reporta que desde el 2014 (5.2%), se observa un incremento en la proporción de egresados que no están laborando, acentuándose más a partir del 2018 (8.8%) al presente. Curiosamente, los resultados también señalan que no hay una diferencia significativa entre la tasa de desempleo y el tipo de gestión de universidad de procedencia, no obstante, la institución refiere que el área profesional con menor tasa de desempleo en el año 2018 son las ciencias médicas y de la salud con un 5.2%, de ello podemos sacar muchas inferencias, ya que de por sí las ciencias de la salud tienen una demanda muy alta y la psicología en particular no es exclusivamente de dicha área, sino que también puede estar en el área ciencias sociales, la cual es un área que alcanza una tasa de desempleo del 7.5% para el año en cuestión.

### 2.2.3. Bienestar psicológico

Al hablar de Bienestar Psicológico, tenemos que hablar de salud mental, de su estado positivo, para ello, primero debemos abordar las diferentes acepciones que recibe este término, para empezar, la OMS (2013) concibe a la salud mental como un bienestar positivo del individuo, el cual vive consciente de sus capacidades, habilidades, de su capacidad de afrontamiento y convivencia, de trabajar, producir

para sí mismo y para sus similares, de generar aportes que satisfagan sus necesidades básicas como complementarias.

Según Zaccagnini (2010) el bienestar psicológico facilita a los factores psicológicos que fomentan la autorrealización del ser humano, a lo que se le considera como parte de la Psicología Positiva ya que se centra más en la comprensión de los estados de bienestar que de los trastornos o desórdenes de la salud mental. Bajo el mismo argumento, Lugo, Romero y Hernández (2018) señala que el bienestar psicológico centra la atención en el fomento de las capacidades, habilidades y desarrollo personal, siendo ellas consideradas como variables significativas del ejercicio positivo. Para finalizar, Romero, Brustad y García (2009, citando a Diener, Suh, Lucas y Smith, 2007) conceptualiza al bienestar psicológico como una amplia diversificación de fenómenos que van centradas en las respuestas emocionales y conducta del ser humano, el sentimiento de bienestar con el entorno personal, familiar y laboral, así como el nivel de satisfacción con la vida, estableciendo una asociación íntima entre el equilibrio del ser y el desarrollo propio a lo largo de la existencia humana.

#### 2.2.3.1. Modelos teóricos del Bienestar Psicológico

A lo largo de la historia del estudio del bienestar psicológico, los investigadores y académicos se han planteado modelos que permiten explicar este concepto de la manera más completa o específica según el enfoque de cada autor, para ello se ha rescatado ciertos modelos más significativos y que pueda aportar una comprensión del tema.

## A. Enfoque Universalistas o Hedónicas

Estas teorías proponen al bienestar como producto de la consecución de objetivos y la satisfacción de necesidades, las mismas que son particulares para cada individuo, en circunstancias también diversas, tales necesidades pueden ser las que Maslow detalla en su teoría (Diener y Larsen, 1991). La primera aproximación conceptual fue por Diener (1994) quien mencionaba que este bienestar era concebido como el bienestar subjetivo, basado en la satisfacción con la vida, felicidad y el placer. Este enfoque considera que al hablar del bienestar respecto a la satisfacción con la vida se hace hincapié a aspectos globales, mientras que se habla de felicidad, se asocia a aspectos más inmediatos (Rodríguez y Quiñones, 2012). Autores como Ryan, Sheldon, Kasser y Deci (1999) señalaban que las necesidades básicas de relaciones, competencia y autonomía eran universales y consideraban que las personas mientras más las cubrían mayor era su satisfacción, en ese sentido este enfoque se acentuaba en lo hedónico, donde se entiende el bienestar como la obtención de la felicidad a partir del placer, lo positivo y no del dolor o lo negativo. La idea básica del modelo según Castro (2009) es que satisfacer ese tipo de necesidades básicas e intrínsecas trae consigo un mayor bienestar psicológico. Este mismo autor también refiere que las personas más felices son determinadas por sus metas más personales o íntimas, con mayor sentido de vida y que le generan un significado y sentido personal. Para ese entonces, el concepto de bienestar estaba caracterizado por tener diversos conceptos que no necesariamente coincidían en lo mismo y que sus marcos explicativos carecían de sustento, principal crítica que autores más modernos del tema

como Ryff (1995) señalaban, reincidían en la unidimensionalidad de este constructo.

## B. Enfoque o teoría Eudaimonista

Para la segunda mitad de los noventa, Ryff (1995, citada en Castro, 2009) inició una serie de estudios sobre el bienestar psicológico, dicho constructo estuvo caracterizado por tener conceptos muy distantes y con poco consenso, debido a esto es que Ryff criticó la condición unidimensional del B.P., ante ello, esta autora fue planteando que el B.P. poseía un carácter multidimensional y que las teorías del desarrollo humano, del ciclo vital así como el funcionamiento o actitud psicológica positiva influyen en este bienestar lo que ahora sería caracterizado por su aspecto evaluativo y donde el individuo tiene el poder de valorar la forma en la que ha vivido.

En ese sentido, el enfoque multidimensional se asienta en la visión eudaimonista o basada en el potencial humano que según Ryff y Singer (2006) apoya al bienestar psicológico. Precisamente, este enfoque señala que el bienestar no se cierra en un dualismo hedónico donde prevalece el placer y las experiencias negativas queda relegadas, sino que la persona busca con insistencia su autorrealización y determinación (Ryan, Huta y Deci, 2008). En referencia a lo anterior, Ryff (1995, como se citó en Díaz, Blanco, Rodríguez, Moreno, Gallardo y Valle, 2006), señala que el enfoque multidimensional contempla la dependencia del ajuste positivo a las capacidades y desarrollo individual de cada persona; bajo la misma línea argumentativa, Emmons (1998, como se citó en Castro, 2009) indica la existencia de una relación entre las prioridades o necesidades con el bienestar y que estas se determinan en los objetivos que se plantean a nivel

individual considerando que se puedan cumplir en distintos plazos, concluyendo que la consecución de estos objetivos dan soporte al bienestar psicológico.

### C. Modelos Situacionales

Según Castro (2009), este modelo plantea que para que una persona se sienta satisfecha esta debe vivir experiencias positivas que desencadenen felicidad en ellas, además, mantiene en cuenta a las circunstancias o situaciones donde se desenvuelve la persona ya que para este modelo la importancia de estas radica en que pueden facilitar el desarrollo humano en todos sus aspectos. En otras palabras, la exposición de un ser humano a situaciones agradables o positivas produce satisfacción personal la cual va a producir su propia satisfacción y por ende un estado de bienestar (Diener, Sandvik y Pavot, 1991, citados en Castro, 2009). Como se puede entender, este modelo brinda una importancia sobrestimada a las circunstancias o experiencias, empero, investigaciones han demostrado que las variables de corte sociodemográfico no son predictores significativos para la satisfacción de vida (Lyobumirski, 2007, citado en Castro, 2009).

### D. Modelo Personológico

En contraparte del modelo situacional, se presente el modelo personológico, el cual plantea que el bienestar resulta ser más una disposición de la personalidad que de su medio, a lo que se infiere que dicho bienestar llega a ser estable temporalmente y que por ende es una variable condicionada al temperamento el mismo que es complicado de modificar (Castro, 2009). Castro también señala que según este enfoque: “Las personas “felices por naturaleza” son aquellas que están predispuestas a experimentar mayor satisfacción en el trabajo,

en la familia, con amigos, en su tiempo libre, etc.” (p. 48). De ello se colige que, si bien es cierto que la situación, medio, experiencias o circunstancias pueden alternar el estado de bienestar, debido a que este está ligado a la personalidad, es cuestión de tiempo para que el individuo retorne a su estado basal de bienestar (Costa, McCrae y Zonderman, 1987, citado en Castro, 2009).

#### E. Teorías de la Adaptación

Este conglomerado teórico consiste en que el bienestar psicológico, el cual ya no considera solo como bienestar, se dará si es que el individuo sabe adaptarse ante situaciones adversas y de estrés durante su vida, ello implica que la persona tiene consigo estrategias y aplica procesos de hábito de carácter adaptativo, permitiendo así que el efecto de un evento imprevisto no lo afecte considerablemente (Brickman, Coates y Janoff-Bulman, 1978, citados en Castro, 2009). Este enfoque teórico también señala que la adaptación de las personas llega a ser automática, utilizando recursos personales que resaltan ante estímulos estresantes y problemas que requieren ser atendidas o resueltas (Castro, 2009). Estudios descriptivos asociados al enfoque adaptativo indican que personas en condiciones de lesiones severas o con impedimentos físicos luego de cierto tiempo volvían a estabilidad su bienestar psicológico y satisfacción con la vida, ello a partir de la adaptación y el uso de los recursos personales los cuales reaccionan y buscan equilibrar el estándar de bienestar (Allman, 1990; Silver 1982, citados en Castro, 2009).



## F. Concepciones recientes sobre el Bienestar-Psicología Positiva

En los últimos años han surgido conceptos más interesantes acerca del bienestar, cabe mencionar que estos no hacen referencia necesariamente a un bienestar psicológico sino a uno más integral considerando la salud, crecimiento personal, el bienestar subjetivo, entre otros aspectos. Según Seligman (2005), el bienestar es fácilmente considerable como la plenitud de la vida, la cual se logra con la experimentación de emociones positivas, mantener un compromiso con uno mismo y con las situaciones que vive, así como desarrollarse en las diferentes esferas de vida. Seligman (2018), así mismo, decidió cambiar la felicidad por el bienestar lo que conllevó a proponer su Teoría del Bienestar mediante el modelo P.E.R.M.A., este modelo posee 5 factores los cuales permite comprender o explicar la satisfacción de vida de las personas. Estos componentes son: Emociones Positivas, Compromiso, Relaciones, Significado y Logro. Seligman (2004, como se mencionó en Alarcón, Choque, Reyes, Sánchez y Ugarriza, 2009), plantea además que el bienestar no está basado en el azar o suerte de la persona ni mucho en la herencia, sino que este estado puede darse a partir de factores más elementales los cuales son aprendidos o reforzados a través de programas intensivos de entrenamiento. Según señala Castro (2009), el bienestar psicológico aún se sigue investigando ya que como se ha explicado anteriormente hay muchas posturas que consideran aspectos generales como individuales, o que incluso no lo asocian directamente como algo psicológico o que forma parte de la salud mental de manera explícita, sin embargo, para este autor el bienestar psicológico no se desenvuelve como resultado de otros factores de corte psicológico, sino que es un constructo presente y parte del individuo que influye mutuamente con la salud física, relaciones interpersonales y funcionamiento positivo.

### 2.2.3.2. Modelo teórico de Carola Ryff

El modelo que se ha elegido para enmarcar el Bienestar Psicológico es del Ryff (1995), quien se propuso desarrollar un modelo explicativo que incluya e implique la postura eudaimonista, definiéndolo como un proceso de desarrollo de las capacidades personales y el crecimiento en los diferentes aspectos de su vida, ya sea el personal, familiar, profesional o laboral. Es, en otras palabras, un enfoque integrativo que busca centrar el bienestar desde el desarrollo del individuo en sus diversos planos bajo un medio experiencial. Algunos autores consideran que esta postura se fundamenta en los aportes de la psicología existencial y humanista (Ryff, Keyes y Shmotkin, 2002).

Ryff y Singer (2006) sostienen que el bienestar psicológico constituye la autovaloración positiva de la persona siendo constantemente influenciada por las circunstancias experimentadas durante su ciclo de vida, consideran además al bienestar eudaimónico como vital para salud integral del individuo resaltando la importancia del uso de estrategias para mantener a la salud física y mental en buen estado; de igual manera Ryff (1989) propuso el bienestar psicológico como complemento al aspecto emocional del bienestar subjetivo. Ryff (1995, como se citó en Meneses, Ruiz y Sepúlveda, 2016), propuso que cada persona debe generar esfuerzo para conseguir una mejor versión de sí mismo recayendo la responsabilidad de ello en él con la finalidad de hacer efectivo ese potencial humano y lograr propósitos de vida, por ende, el bienestar psicológico no se reduce a conseguir placer ni en mantenerse pasivo, por el contrario, resulta en esforzarse en hallar lo mejor para sí, claro que dependiendo de su medio y potencial personal. Para Ryff (1989) el bienestar psicológico se relaciona más con aspectos del funcionamiento positivo de los individuos. Por este motivo: “a nivel teórico el bienestar psicológico se compone

de las siguientes dimensiones: auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida” (Ryff, 1995, p. 65).

Desde Latinoamérica, Casullo (2002), define al bienestar psicológico como aquella capacidad de la persona capaz de crear vínculos o relaciones positivas con sus similares que interactúa manteniendo bajo control sobre su medio y su propia autoaceptación, es así como Casullo decidió desarrollar un instrumento psicométrico del bienestar psicológico basándose en la teoría de Ryff considerando inicialmente las dimensiones de autonomía, control de entorno o situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí mismo. Posteriormente, diversificó las escalas para evaluarlas en dos poblaciones distintas: en adultos y adolescentes hallando cuatro factores que eran independientes entre sí: aceptación o control del entorno; vínculos sociales; proyectos y autonomía (Caballero, 2021).

#### Dimensiones del Bienestar Psicológico según Ryff – Casullo

Para Casullo (2002) son cuatro las dimensiones que conforman el bienestar psicológico, estas son:

**A. Dimensión Autonomía:** Alude al grado o nivel de independencia que los individuos tienen para tomar decisiones adecuadas y conductas pertinentes a la vez que mantienen confianza en sí mismos y son responsables de sus acciones, generando autocontrol, equilibrio y estabilidad personal (Casullo, 2002). Según Ryff (1995), en las teorías del ciclo vital señalan la importancia de tener una noción de libertad de las reglas impositivas que se mantienen perennes en el día a día de las personas, no debe confundirse con el libre

albedrío, sino en la toma de conciencia acerca que uno es dueño de las decisiones que tomen aun así ello implique ir a favor o en contra de las reglas sociales. Asimismo, Reyes y Sánchez (2012) consideran a una persona autónoma como aquella que de manera libre y ejerciendo una conducta razonable y mesurada ejerce su voluntad.

**B. Dimensión Aceptación y Control del Entorno:** Refiere que una persona es capaz de discernir y escoger en lo posible el medio que sea favorable para sí y que además le permita cumplir sus objetivos y cubrir sus necesidades, es por ello que las personas que poseen un notable dominio de su medio sostienen un adecuado control personal y de su entorno contando así con la capacidad de conducirse de una manera eficiente y correcta lo que le permitirá interactuar y adaptarse a diferentes realidades o situaciones (Ryff, 1989). Acerca del control de sí mismo, Reyes y Sánchez (2012) señalan que una persona controlada puede ser capaz de tomar bajo control sus emociones y sentimientos, especialmente en situaciones complicadas. Por último, Casullo (2002) argumenta que los individuos desarrollan y a la par experimentan una necesidad de controlar siendo conscientes de sus debilidades y fortalezas, considera también a esta dimensión como aquella que valora más la sensación de bienestar individual.

**C. Dimensión Vínculos Sociales:** Para esta dimensión, Ryff (1995), señala que para un individuo que posee un fuerte desarrollo de sus vínculos sociales, estos serán cálidos, confiables y satisfactorios, para ello la persona demuestra afecto y empatía por sus congéneres siendo ello recíproco para él mismo. Del mismo

modo, Casullo (2002), contempla que las interacciones y lazos sociales que se van consolidando terminan por determinar el nivel de satisfacción, ello dependiendo de la empatía, reciprocidad e incluso en la calidad de dichos vínculos. Por su parte, Koestner, Lekes, Power y Chicoine (2002), refieren que esta dimensión trata de explicar la capacidad de una persona para conseguir y mantener interrelaciones positivas y sanas con otros individuos de su medio, considerando ello un factor sustancial para el equilibrio y bienestar psicológico. Por último, para Reyes y Sánchez (2012) cuando un individuo muestra cierta afabilidad, quiere decir que este posee un interés por generar lazos afectivos, socializar y se siente cómodo desenvolviéndose en grupos con gente de su entorno.

**D. Dimensión Proyectos:** Esta dimensión se asocia al hecho que los individuos tienen la necesidad de proponerse metas y objetivos para darle una motivación a su existencia, para conseguirlo deben pues aplicar una dirección, intención y estrategias, con la finalidad adicional que ello sea una experiencia satisfactoria (Ryff, 1989). Bajo esa premisa, Chávez (2008), complementa con que cada persona debe poseer en lo ideal una determinación de direccionar sus metas, propósitos u objetivos en el aquí y ahora, siendo esto significativo para individuo. Por último, Casullo (2002), sostiene que cuando alguien establece sus metas o proyectos, la persona busca en lo posible obtener logros, en paralelo que experimenta una sensación de bienestar motivándose a sí mismo, generando interés por mantener o direccionar el rumbo de su autorrealización.

#### 2.2.4. Resiliencia

El constructo de la resiliencia no ha sido ajeno a una diversidad de posturas o enfoques teóricos que buscan definirla y mejor explicarla. Es por ello por lo que a continuación se comparte algunas de las definiciones que se han formulado sobre resiliencia.

Autores como Aguirre (2008) plantean a la resiliencia como aquella capacidad o habilidad para sobresalir de las dificultades a partir de la adaptación y recuperación. Matta (2010), citado en Trujillo y Bravo (2013), complementa que la resiliencia no debe reducirse a una habilidad que aparece en la adversidad, sino como la capacidad de mantener el bienestar a pesar de las dificultades del día a día, ya que por efectos de ello permite al individuo madurar, crecer y también incrementar los potenciales específicamente a las relacionadas a la resolución de conflictos.

Existen otros autores como Grotberg (1995) quien concibe a la resiliencia como una habilidad o capacidad propia de las personas que le facilita el aprendizaje a partir de la superación de eventos infortunados, considerándola parte del proceso evolutivo, siendo además aprendida y desarrollada desde una corta edad. Bajo un argumento similar, Wolin y Wolin (1993, citado Gómez, 2019), alude a la resiliencia como ese poder o capacidad de sobreponerse, mantener un soporte en lo difícil y de recomponerse así mismo. Ambos autores sostienen que la resiliencia y su desarrollo son dependientes de la etapa evolutiva en la que surge, ya que según ello se puede volver mucho más fuerte y consistente adhiriéndose al individuo como una característica personal. Por su parte, García y

Dominguez (2013) desarrollaron la idea que en la resiliencia se encuentran dos elementos matrices que giran en torno a la resistencia ante lo trágico y la capacidad de elaborar conductas positivas a pesar de experiencias negativas.

Según se ha detallado, podemos comprender que la resiliencia es sin duda más compleja de lo que se cree, aunque con muchas similitudes entre autores, ésta aún no posee un solo marco explicativo ya que en lo particular está sujeta a ser multidimensional ya que más allá de contemplar dimensiones individuales, está sujeta a factores socioculturales y familiares o de crianza (Jimenez, 2017). Jimenez (2017) también resalta el carácter dinámico de la experiencia negativa o adversa ya que esta no es permanente ni igual en todos los eventos, sino que por el contrario son cambiantes lo cual requiere cambios en las respuestas o conductas resilientes. Salgado (2005) alude que la resiliencia puede considerarse como hechos o tendencias de preparación, vivencia y aprendizaje de experiencias no agradables para una persona, ya sea el cambio abrupto en la vida de un individuo, enfermedades, crisis sociales o incluso el desempleo.

Habiendo ya señalado algunas definiciones sobre este constructo, la tesis va a adoptar la definición propuesta por Wagnild y Young (1993) quienes describen la resiliencia como parte de la personalidad, siendo esta una característica que regula los efectos no deseados del estrés a su vez que fomenta la adaptación. De ello se desprende que la resiliencia tiene una naturaleza adaptativa, la cual fortalece el manejo emocional y conductual frente pues a eventos llámese adversos, nocivos, negativos o sumamente estresantes.

#### 2.2.4.1. Modelos teóricos de la Resiliencia

De las propuestas teóricas más resaltantes de la resiliencia a lo largo de las últimas décadas se presentan las siguientes:

##### A. Modelo del Desarrollo Psicosocial de Grotberg

Este modelo puede considerarse como un clásico dentro de los modelos explicativos de la resiliencia, Grotberg (1995) define la resiliencia como que capacidad humana de corte universal que consiste básicamente en hacer frente a las dificultades del día a día, con el objetivo de superarlas y ser transformado o aprender de la misma.

Considera además a la resiliencia como parte del desarrollo humano, siendo este promovido desde la infancia. Lo particular de su propuesta es que tiene en realce al componente ambiental en contraste con otras posturas que hablan solo de la conjunción de factores ambientales y biológicos para que se dé la resiliencia (Jimenez, 2017).

##### B. Modelo de Vanistendael

Otro autor clásico dentro del bosquejo teórico de la resiliencia es Vanistendael (1994), para este autor, dentro de la resiliencia podemos hallar dos componentes significativos: la resistencia frente a la destrucción, ello quiere decir que representa a la capacidad de mantener bajo protección la integridad personal a pesar de estar en situaciones bajo presión y como segundo componente está la capacidad de construir conductas positivas en circunstancias complicadas, para este autor, la resiliencia incluye en la persona la capacidad de afrontar los problemas de una manera aceptable a nivel social.



A partir de esta propuesta, Vanistendael (1994) elabora un modelo cualitativo llamado “la casa” donde cada elemento como la base, los dos pisos que la componen y el techo responden a una representación de elementos necesarios para la construcción de la resiliencia.

### C. Modelo de Rutter

Rutter (1992) concibe a la resiliencia como un proceso, este autor plantea que dicho constructo se caracteriza por integrar procesos sociales e intrapsíquicos los mismos que facilitan mantener una vida saludable viviendo bajo un contexto amenazante u hostil. Así mismo, señala que tales procesos se dan a lo largo del tiempo generándose así diversas combinaciones de experiencias y atributos en la persona y su esfera familiar y social, de esa forma la resiliencia no puede ni debe ser asumida como una característica innata, sino que está en constante desarrollo, es aprendida y que se mantiene en plena interacción entre la formación de la personalidad de una persona y su entorno. De manera similar es lo que plantea Suarez (2002) al referir que la resiliencia trata de una conjunción de elementos y componentes que permiten al individuo hacer frente y superar los retos de la vida.

### D. Enfoque Dinámico – Ecológico

Para finalizar esta recopilación de enfoques teóricos, es necesario mencionar a autores como Luthar y Cushing (1999), Masten (2001), Kaplan (1999) y Bernard (1999), quienes comprenden a la resiliencia como un proceso o sistema dinámico donde confluyen el ambiente y la misma persona interactuando mutuamente permitiéndole adaptarse a las adversidades de su

día a día. Inspirándose en el enfoque de Bronfenbrenner (1998), los autores que comparten esa perspectiva coinciden en que el ser humano es parte de una ecología constituida por niveles desde lo muy personal (microsistema) a lo incontrolable (macrosistema), ello ejerce influencia significativa en el desarrollo personal lo que a largo plazo determina el nivel y dirección de la resiliencia, así como otras características psicológicas.

#### 2.2.4.2. Modelo teórico de Wagnild y Young

El modelo que se ha elegido para esta investigación a fin de tener un marco conceptual de la resiliencia es el de Wagnild y Young. Este modelo en particular es interesante y completo ya que a pesar de no ser nuevo resulta valioso al considerar a la resiliencia como un rasgo de la personalidad facilitando la medición psicométrica y conocer qué factores son vinculados al constructo. Puntualmente, Wagnild y Young (1993) connota a la resiliencia como un atributo positivo de la personalidad resaltando su característica de soporte y resistencia frente a problemas, dificultades o condiciones no favorables, adicional, ambos autores detallan que existen dos factores que median la resiliencia: competencia personal y aceptación de uno mismo y de la propia vida. No obstante, en su proceso de medir los niveles de la resiliencia es que Wagnild y Young desarrollan un esquema más elaborado acerca de las dimensiones que integrarían cada factor. Becoña (2006) resalta la propuesta de Wagnild y Young haciendo énfasis en que dicho modelo se considera a la resiliencia como la adición de factores individuales asociados a familiares y sociales, incluyendo a la vez el funcionamiento de factores de protección y la consolidación de sus recursos personales y externos.

## Dimensiones de la resiliencia según el modelo teórico de Wagnild y Young

Las dimensiones teóricas de la resiliencia según Wagnild y Young son las siguientes:

- A. **Confianza en sí mismo:** Según Wagnild y Young (1993), esta dimensión deriva de la forma en como los progenitores ejercen o han ejercido la responsabilidad y deber de transmitir respeto y aceptación sumado a la enseñanza de pensar por sí mismos y resolver sus propios problemas, lograr eso paulatinamente desde la niñez probablemente genere sentimientos de orgullo positivo con base a un aumento de autoestima y autoconfianza en sus capacidades, esto permitirá también que la persona reconozca y acepte sus limitaciones lo que le permitirá centrarse en mejorar aún más sus aptitudes o habilidades favorables.
- B. **Ecuanimidad:** En referencia a la ecuanimidad, Wagnild y Young (1993, citado por Trujillo y Bravo, 2013), explica que dicha dimensión responde a un balance de la vida y experiencias acontecidas ya sean positivas o negativas. Refieren además que ser ecuánime implica enfrentarse a situaciones adversas con serenidad mediante un control de emociones fuertes, de tal manera se pueda hallar un equilibrio entre esa dualidad de la razón y emoción. Estos autores señalan que poseer una ecuanimidad desarrollada facilita la objetividad en la toma de decisiones y facilita el desarrollo de relaciones interpersonales sanas y estables.
- C. **Perseverancia:** Para Wagnild y Young (1993), esta dimensión representa la fortaleza de la persona a pesar de los designios malaventurados e infortunios,

lo asocian también a poseer muchas ansias de logros y hacer de la autodisciplina parte de sí. Los autores complementan explicando que la perseverancia implica al ejercicio de conductas cruciales bajo la premisa de lograr el objetivo propuesto aun así se presenten dificultades o se manifieste un estado de baja motivación.

D. Satisfacción personal: Esta dimensión es entendida por Wagnild y Young (1993) como la percepción de la armonía presente entre el hecho de existir, el rol que cada persona cumple en su vida y sociedad, así como el significado que tenemos de esta misma, significa también sentirse satisfecho con uno mismo, con lo que se ha logrado, estar feliz de la existencia y mantenerse en paz por las decisiones ya acciones que se toman, por último, estar tranquilos con los resultados que se obtienen a partir de conductas resilientes.

E. Sentirse bien solo: Para ambos autores, esta dimensión es concebida como la capacidad de sentirse en libertad, desde la autenticidad e importancia personal. Conlleva además el poseer una valoración positiva y significativa de la soledad ya que esta es necesaria para una mejor percepción o aumento de la satisfacción propia y reforzar su identidad como persona ya que según explican, toda persona que queda satisfecha consigo misma en su soledad encontrará paz y motivación para su vida y un espacio para reflexionar y pensar libremente (Wagnild y Young, 1993).

En conclusión, las dimensiones de este modelo teórico centran a la resiliencia como una capacidad personal que no es estática, sino aprendida y desarrollada de tal manera que acompaña al individuo durante las etapas de su vida asentándose junto a su

personalidad y forma de ser transformándose en una característica suya, el objetivo de este constructo psicológico es facilitar al individuo el afrontamiento y la búsqueda de alternativas frente a situaciones adversas en su mayoría o que desencadenan una respuesta de estrés en el individuo, particularmente la resiliencia si se retroalimenta favorece el fortalecimiento integral de la persona y genera un aprendizaje significativo que más adelante le permita resolver problemas similares o incluso más complejos.

### 2.3.Hipótesis

#### 2.3.1. Hipótesis general

- Existe una asociación estadísticamente significativa positiva entre el bienestar psicológico y la resiliencia en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.

#### 2.3.2. Hipótesis específicas

- Existe una asociación estadísticamente significativa entre los componentes del Bienestar Psicológico y el componente Competencia Personal de la Resiliencia.
- Existe una asociación estadísticamente significativa entre los componentes del Bienestar Psicológico y el componente Aceptación de uno mismo de la Resiliencia.
- Existen diferencias estadísticamente significativas en el Bienestar Psicológico según sexo en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.
- Existen diferencias estadísticamente significativas en la Resiliencia según sexo en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.

## 2.4. Definición de variables y términos

### 2.4.1. Bienestar psicológico

El bienestar psicológico consiste en mantener un estado saludable y positivo respecto a la salud mental en los componentes sociales, subjetivas y psicológicas, así como en los comportamientos de los individuos (Ryff y Singer, 2008).

### 2.4.2. Resiliencia

La resiliencia puede ser definida y comprendida como una característica asociada a la personalidad de naturaleza positiva, la cual permite que una persona soporte y resista las adversidades o situaciones complejas que se le presenten, teniendo como objetivo superarlas y salir fortalecido de ello (Wagnild y Young, 1993)

### 2.4.3. Desempleo

Por desempleo se entiende a la condición de no estar trabajando en actividades remuneradas. En términos del Ministerio del Trabajo (2016), el desempleo es aquella condición social para las personas económicamente activas que se encuentran desocupadas.

### 2.4.4. Egresado

En los términos de la SUNEDU (2017), se entiende a egresado a todo aquel estudiante universitario que finalmente ha completado los cursos obligatorios, complementarios y electivos de la malla curricular asignada para su carrera profesional, así de cumplir con los requisitos propuestos por la casa de estudios superiores donde cursó sus estudios universitarios, el cual lo condiciona para estar apto a obtener un grado académico universitario como es el Bachiller.

## 2.5. Matriz de consistencia

**Tabla 1**  
Matriz de consistencia del proyecto

Problema General	Objetivo General	Hipótesis General	Marco Teórico
¿Existe relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública?	Determinar si existe relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en una muestra de egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.	Existe una asociación estadísticamente significativa positiva entre el bienestar psicológico y la resiliencia en la muestra de egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.	Bienestar Psicológico: El bienestar psicológico consiste en una autovaloración positiva desde el funcionamiento integral en los componentes sociales, subjetivos y psicológicos, basados en el potencial y desarrollo humano (Ryff y Singer, 2008).
Problemas Específicos	Objetivos Específicos	Hipótesis Específicas	
¿Existe relación entre el bienestar psicológico y los componentes de la resiliencia en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública?	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Determinar si existe relación entre los componentes del Bienestar Psicológico y los componentes de la Resiliencia.</li> <li>•Describir el nivel de bienestar psicológico en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Existe una asociación estadísticamente significativa entre los componentes del Bienestar Psicológico y el componente Competencia Personal de la Resiliencia.</li> <li>•Existe una asociación estadísticamente significativa entre los componentes del Bienestar Psicológico y el componente Aceptación de uno mismo de la Resiliencia.</li> </ul>	Resiliencia: La resiliencia puede ser definida y comprendida como una característica asociada a la personalidad de naturaleza positiva, la cual permite que una persona soporte y resista las adversidades o situaciones complejas que se le presenten, teniendo como objetivo superarlas y salir fortalecido de ello (Wagnild y Young, 1993)
¿Cuál es el nivel del bienestar psicológico y la resiliencia en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública?	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Describir el nivel de resiliencia en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Existen diferencias estadísticamente significativas en el Bienestar Psicológico según sexo en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.</li> </ul>	
¿Existen diferencias significativas en el bienestar psicológico y resiliencia según el sexo de los egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública?	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Determinar si existen diferencias significativas en el bienestar psicológico según el sexo de los egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.</li> <li>•Determinar si existen diferencias significativas en la resiliencia según el sexo de los egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Existen diferencias estadísticamente significativas en la Resiliencia según sexo en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.</li> </ul>	

## CAPÍTULO III

### METODOLOGÍA

#### 3.1. Nivel, tipo de investigación y diseño

##### 3.1.1. Nivel y tipo de investigación

Según Caballero (2014), esta tesis se ubica en el cuarto nivel de investigación, que corresponde a los estudios descriptivos y correlacionales, en principio porque no busca una causalidad, se construye a partir de información ya aportada por la comunidad científica y porque su tipo de análisis es cuantitativo aplicado. Respecto al tipo de investigación, esta es descriptiva porque busca el dar a conocer el estado de la realidad representándola lo más fiel posible respecto a uno o más individuos en un espacio y tiempo preciso; y correlacional ya que busca conocer el comportamiento de una o más variables en relación con otra u otras.

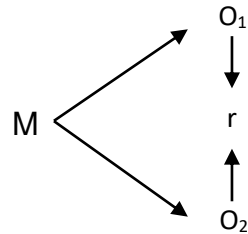
##### 3.1.2. Diseño

Desde lo planteado por Ato, López y Benavente (2013), la presente tesis está construida en el marco de un estudio predictivo ya que es no experimental, trabaja en base a una muestra única de participantes que usualmente no es seleccionada al azar y por la naturaleza cuantitativa de sus variables; así mismo, es de corte transversal debido a que la información recogida es reflejo de un espacio y tiempo determinado y de diseño correlacional simple por tener como propósito el conocer la relación entre variables con el objeto de reportar su comportamiento sin tener un control sobre terceras variables que podrían estar



interviniendo; para este caso la correlación será entre bienestar psicológico y resiliencia.

Siguiendo lo planteado, la representación en diagrama es:



Donde:

M: Muestra o participantes

O<sub>1</sub>: Observación de la variable 1 (Bienestar Psicológico)

O<sub>2</sub>: Observación de la variable 2 (Resiliencia)

r: Correlación entre dichas variables

### 3.2.Operacionalización de variables

**Tabla 2**

*Operacionalización de variables*

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	COMPONENTES/ DIMENSIONES	INDICADOR	INDICADORES	BAREMOS Y ESCALA
<i>BIENESTAR PSICOLÓGICO</i>	Es la capacidad de una persona de lograr vínculos positivos con individuos que interactúa, para ello debe mantener el control sobre el ambiente que lo rodea y la autoaceptación de su realidad (Casullo, 2002).	Para medir esta variable se usó la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) adaptado al Perú en Lima por Sergio Domínguez Lara en 2014. La cual medirá el constructo a través de sus 13 reactivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aceptación de sí mismo – control de situaciones</li> <li>• Autonomía</li> <li>• Vínculos</li> <li>• Proyectos</li> </ul>	<i>Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)</i>	<p>2, 11 y 13</p> <hr/> <p>4, 9 y 1</p> <hr/> <p>5, 7 y 8</p> <hr/> <p>1, 3, 6 y 10</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Por puntajes directos (a partir de la media aritmética de las puntuaciones por ítems para la escala total y subescalas)</li> <li>• Escala Ordinal (Puntuación tipo Likert)</li> </ul>
<i>RESILIENCIA</i>	La resiliencia es comprendida como aquella capacidad positiva de la personalidad que regula y equilibra situaciones adversas para que así se consiga el estado adaptativo de un individuo (Wagnild y Young, 1993).	Operacionalmente se utilizó la Escala de Resiliencia (E.R.), adaptada al Perú en universitarios de Lima por Mario Gómez Chacaltana en 2019. El cual medirá el nivel de esta capacidad en la muestra por medio de los 25 ítems que conforman la escala.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Competencia Personal</li> <li>• Aceptación de uno mismo</li> </ul>	<i>Escala de Resiliencia (E.R.)</i>	<p>1, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 14, 15, 16, 17, 23, 24 y 25</p> <hr/> <p>2, 6, 7, 12, 13, 18, 19, 20, 21 y 22.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Por puntajes directos (desde la sumatoria de puntuaciones por ítems para la escala total)</li> <li>• Escala Ordinal (Puntuación tipo Likert)</li> </ul>

### 3.3.Población y muestra

#### 3.3.1. Población de estudio

Según López (2004), a nivel metodológico, la población viene a ser el conjunto de individuos de los que se desea conocer alguna característica, comportamiento, etc. en una investigación. Por conveniencia contextual, metodológica y de accesibilidad para el investigador; la población es el conjunto de egresados de psicología en situación de desempleo que se graduaron en tiempos de pandemia, es decir que culminaron sus estudios universitarios entre los años 2020, 2021 y el primer trimestre del 2022. Resulta importante señalar que no se tiene estimada una cifra exacta de cuántos individuos componen esta población, no obstante, el INEI (2022) señala que en egresados universitarios la cifra de desempleo representa un 11.7% del total, por lo que si se utiliza tal dato como referencia y considerando información sobre la casa de estudios sobre el total de individuos que integran las promociones que han egresado en tiempo de pandemia los cuales serían 300 aproximadamente (Facultad de Psicología UNMSM, 2020), la cifra de desempleados teóricos sería de 35 personas. En lo particular, esta cifra solo debe tomarse como dato referencial, mas no como exacto.

#### 3.3.2. Muestra y muestreo de estudio

Según Hernandez, et al (2014), la muestra es el subgrupo representativo de la población de estudio. Esta muestra responde a un tipo de muestreo no probabilístico intencionado (Hernandez, et al, 2014), ya que según intereses del estudio se busca identificar a personas con características puntuales en común, en este caso psicólogos egresados en tiempo de pandemia que se encuentran en situación de desempleo o que lo han estado en al menos hace 3 meses como máximo.

Para obtener la muestra de desempleados se hizo una encuesta extensiva a todo egresado de psicología que culminó sus estudios profesionales desde el inicio de pandemia hasta abril 2022 estén o no en desempleo, finalmente se filtró dicha base de datos de encuestados obteniendo una muestra específica de 46 egresados de psicología entre varones y mujeres en condición de desempleo o habiéndolo estado hasta un máximo de 3 meses antes del mes de abril 2022. Cabe resaltar que estos 46 individuos no necesariamente representan el total de desempleados a la fecha en la que se realizó la encuesta, es probable que la cifra real sea superior.

A continuación, se presentan las tablas asociadas a las variables sociodemográficas consultadas en la muestra.

**Tabla 3**

*Distribución de la muestra según sexo, escuela profesional, año de egreso, tiempo de desempleo y ranking académico.*

Variable	Categoría	f	%
Sexo	Varón	20	43,5
	Mujer	26	56,5
	Total	46	100,0
Escuela Profesional	Psicología General	22	47,8
	Psicología Organizacional y de la Gestión Humana	24	52,2
	Total	46	100,0
Año de egreso	2020	2	4,3
	2021	27	58,7
	2022	17	37,0
	Total	46	100,0
Tiempo de desempleo	De 1 a 3 meses	38	82,6
	De 1 año a más	2	4,3
	De 3 a 6 meses	6	13,0
	Total	46	100,0
Ranking académico	Quinto superior	11	23,9
	Tercio superior	11	23,9
	Tercio medio	17	37,0

Tercio inferior	7	15,2
Total	46	100,0

**Tabla 4**

*Nivel de responsabilidades económicas en el hogar*

	f	Porcentaje
No	18	39,2
Sí, de manera parcial, ayudo o aporto solo con el pago de ciertos servicios	26	56,5
Sí, responsabilidad total, mi hogar depende de mí	2	4,3
Total	46	100,0

**Tabla 5**

*Frecuencias y porcentajes referentes a la edad de la muestra*

Edad	f	%
22	2	4,3
23	7	15,2
24	6	13,0
25	16	34,8
26	7	15,2
27	5	10,9
28	2	4,3
31	1	2,2
Total	46	100,0
M	27	
DE	1.71	

**Tabla 6***Frecuencias y porcentajes referentes al distrito de residencia de la muestra*

Distrito de residencia	f	%
Ate	2	4,3
Breña	1	2,2
Callao	5	10,9
Carabaylo	4	8,7
Comas	3	6,5
El Agustino	2	4,3
Jesús María	1	2,2
Lima	1	2,2
Lince	1	2,2
Los Olivos	2	4,3
Rímac	1	2,2
San Borja	1	2,2
San Juan de Lurigancho	7	15,2
San Juan de Miraflores	1	2,2
San Martín de Porres	8	17,4
Ventanilla	4	8,7
Villa María del Triunfo	2	4,3
Total	46	100,0

### 3.3.3. Criterios de inclusión

- Ser egresado de psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Haber egresado durante el periodo de la pandemia por el SARS-COV2 (2020-2022 primer trimestre).
- Encontrarse en situación de desempleo profesional o habiéndolo estado hasta un máximo de 3 meses antes del mes de abril 2022.

### 3.3.4. Criterios de exclusión

- Haber egresado antes de la pandemia.
- Pertenecer a otras carreras que no sea de psicología.
- Pertenecer a una universidad privada.
- Estar laborando desde hace más de 3 meses a la actualidad.

## 3.4. Instrumentos y materiales

### 3.4.1. Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)

#### a. Ficha técnica

Nombre de la escala	:	Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)
Autores	:	Casullo
País y año	:	Argentina, 2002
Adaptación, año y país	:	Domínguez (2014) - Perú.
Aplicación	:	Individual y/o colectiva. Adultos varones y mujeres.
Forma de administración	:	Física: de lápiz y papel. Digital: formulario virtual.
Tiempo	:	Aproximadamente entre 10 a 15 minutos
Finalidad	:	Evaluar el bienestar psicológico en adultos.
Factores o dimensiones	:	Aceptación/control de situaciones, autonomía, vinculo sociales y proyectos.

#### b. Descripción del instrumento

La Escala de Bienestar Psicológico fue elaborada por María Martina Casullo en el 2002 en Argentina basada en la teoría multidimensional de Carola Ryff (1995). Dicho cuestionario consta de 13 ítems que analizan el bienestar

psicológico de forma general, teniendo una valoración directa que fluctúa entre los 13 y 39 puntos según la escala original. Así mismo, este instrumento detalla cuatro dimensiones específicas que son las siguientes: Aceptación/Control de situaciones (ítem 2, 11 y 13), Autonomía (ítems 4, 9 y 12), Vínculos sociales (ítems 5, 7 y 8) y Proyectos (ítems 1, 3, 6 y 10). La adaptación local peruana fue desarrollada por S. Dominguez en 2014 a través del método de ecuaciones estructurales reportando una estructura muy fiel al modelo de Casullo y sus cuatro dimensiones.

c. Normas de corrección y puntuación

Esta escala presenta ítems tipo Likert con tres opciones de respuesta a la que se le asigna un punto correspondientemente: En desacuerdo (1), Ni acuerdo ni desacuerdo (2) y De acuerdo (3) con lo que se obtiene una tiene una puntuación mínima de 13 y máxima de 39. No poseen ítems inversos y cada ítem está asociado a los componentes según orden lineal previamente descrito en el punto “b”.

d. Validez

Para la elaboración de la escala original, Casullo (2002) realizó un análisis factorial confirmatorio con rotación varimax mediante el cual se redujo de 20 ítems a solo 13 en lo que la prueba final se constituía en cuatro factores que explican más del 50% de la varianza de los puntajes logrando así obtener una validez de constructo significativa.

En la adaptación peruana de la escala BIEPS-A, Domínguez (2014) reporta como evidencia de validez de constructo al análisis factorial confirmatorio que



realizó reportando un chi cuadrado  $X^2 = 169.19$ ;  $p < .001$ . Ello implica pues una coherencia con el modelo tetrafactorial original incluyendo así a los índices de ajuste adecuados para considerar dicha adaptación con un criterio de validez sólido.

e. Confiabilidad

Originalmente, Casullo (2002), presentó un índice de confiabilidad de alfa de Cronbach de .74. No obstante, la autora señala que el índice de confiabilidad disminuía obteniéndose .50 en promedio si se analizaba cada dimensión o subescala por separado debido a la reducida de cantidad de ítems que contenía cada una (Aceptación/Control, .46; Autonomía, .61; Vínculos Sociales, .49 y Proyectos .59).

No obstante, en la adaptación peruana, Dominguez (2014) reportó un alfa de Cronbach para la escala total de .96 (IC al 95%: .959; .972); para el factor Aceptación/Control un índice de .88; para el factor Autonomía, .83; para el factor Vínculos, .87; y para el factor Proyectos, .90. concluyendo así que los coeficientes de consistencia interna son elevados para la versión local.

### 3.4.2. Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER)

a. Ficha técnica

Nombre de la escala	: Escala de resiliencia (ER)
Autores	: Gail M. Wagnild y Heather M. Young
País y año	: U.S.A.; 1993
Adaptación, año y país	: Gómez, M. (2019) - Perú.

Aplicación	:	Individual o colectiva. Para adultos en versión adaptada.
Forma de administración	:	Tradicional: lápiz y papel. Digital: formulario virtual.
Tiempo	:	Aproximadamente entre 20 a 25 minutos.
Finalidad	:	Identificar el grado de resiliencia individual.
Tipificación	:	Baremos con percentiles peruanos
Factores o dimensiones	:	Competencia personal y Aceptación de uno mismo

#### b. Descripción del instrumento

La Escala de Resiliencia fue elaborada originalmente en 1993 por Gail Wagnild y Heather Young con base en su teoría. La Escala contempla 25 ítems, en los cuales los encuestados deben indicar el grado de aprobación o desaprobación. Está conformada por dos grandes factores, Competencia personal (17 ítems) y Aceptación de uno mismo (8 ítems), en cada uno de ellos descansa la definición teórica de resiliencia, de igual manera la constituyen cinco dimensiones: Ecuanimidad, Perseverancia, Confianza en sí mismo, Satisfacción personal y Sentirse bien solo.

La adaptación peruana desarrollada por Gómez (2019) contiene también 25 ítems, cabe mencionar además que esta versión cuenta 2 grandes factores: Competencia Personal (Factor I) con 15 ítems y Aceptación de uno mismo (Factor II) abarcado por 10 ítems con cinco dimensiones: Confianza en sí mismo, Sentirse bien solo, Perseverancia, Ecuanimidad y Satisfacción Personal, así mismo, es preciso señalar que el primer factor, está conformado por los ítems 1, 3, 4, 5, 8, 9,

10, 11, 14, 15, 16, 17, 23, 24 y 25; el segundo factor 2, 6, 7, 12, 13, 18, 19, 20, 21 y 22.

c. Normas de corrección y puntuación

En la escala original como en la adaptación peruana, los ítems fueron elaborados en base a escala Likert de siete alternativas de respuesta con puntuación correspondiente: Totalmente en desacuerdo (1); Desacuerdo (2); Algo en desacuerdo (3); Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4); Algo de acuerdo (5); Acuerdo (6) y Totalmente de acuerdo (7), dando un total de 25 ítems. Para este instrumento, los ítems en su totalidad son directos y calificados positivamente mediante suma simple, la puntuación máxima es de 175 y la mínima de 25.

d. Validez

Para obtener la validez de constructo de su instrumento, Wagnild y Young (1993) utilizaron la técnica de análisis factorial exploratorio de componentes principales y rotación oblimin obteniendo así dos factores generales en donde el primero estuvo conformado por 17 ítems y el segundo por 8 explicando el 44% de varianza de las puntuaciones.

En la adaptación peruana de Castilla et al. (2014), la validez de constructo se realizó a través del Análisis Factorial donde el análisis de componentes principales y la rotación ortogonal (Varimax) reportó que dicho instrumento presenta cuatro factores que demuestran el 48.49% de la varianza total: Confianza y sentirse bien solo, Perseverancia, Ecuanimidad y Aceptación de uno mismo. Con ello, a partir de los indicadores de validez de constructo y junto a los valores

factoriales superiores a .40 de los reactivos evidencian un adecuado ajuste y contribución significativa a la evaluación de la resiliencia como un solo constructo. Por otro lado, Gómez (2019) realizó un análisis factorial exploratorio donde reportó dos grandes factores Competencia Personal y Aceptación de uno mismo. Los valores factoriales de cada ítem resultaron ser significativos mayores a .40 también, ello termina representando un ajuste esperado para considerar una validez de constructo aceptable.

e. Confiabilidad

En referencia a la escala original, Wagnild y Young reportaron un índice de confiabilidad alfa de Cronbach del .85, de igual manera, la correlación ítem-test varió entre .37 y .75 con varianzas entre .50 a .70, concluyendo así que todos los coeficientes son estadísticamente significativos ante un nivel  $p < .001$  (Wagnild y Young, 1993).

Por su parte, Castilla et al. (2014) señalaron que la escala adaptada a contexto peruano presenta un índice de confiabilidad alfa de Cronbach de .90 lo cual se considera como una elevada consistencia interna, además dichos autores determinaron el coeficiente de mitades de Spearman-Brown con un valor  $r = .84$ . En el caso de Gómez (2019), este autor reportó un índice alfa de .87 lo cual permite considerarse como una consistencia interna alta.

### 3.5. Técnica de recolección y procesamiento de datos

Para la recolección de datos se utilizó la plataforma Google Forms debido a su practicidad para transferir los ítems de las escalas seleccionadas a dicho formato

debido a las dificultades para la aplicación *in situ* o presencial de instrumentos de evaluación. Dentro del formulario se consideró un apartado para el consentimiento informado y el asentimiento se representó marcando una casilla de “Acepto” y colocando sus datos y número de identificación. Respecto al procesamiento de datos se hizo los filtros bajo criterios de rigurosidad psicométrica con la finalidad de reducir margen de error y purgar elementos que no aporten al análisis de datos. Posteriormente fueron subidos a una base de datos en el programa Microsoft Excel para darle formato y orden lo que permitirá su exportación al software de análisis estadístico SPSS v.24. En dicho programa, se codificaron las variables para su adecuada identificación y análisis respectivo.

### 3.6. Proceso de análisis e interpretación de datos

A nivel descriptivo, se analizaron las variables sociodemográficas, en este caso la edad, sexo, distrito de residencia, escuela de procedencia y el área de especialización profesional; por otro lado, sobre las variables psicométricas, se analizaron las frecuencias y las medidas de tendencia central de cada una a fin de obtener los niveles de la muestra estudiada.

Respecto al nivel inferencial, se realizó un análisis de la normalidad para cada variable (bienestar psicológico y resiliencia) y los componentes de cada una a través de la prueba Shapiro-Wilk debido al tamaño de la muestra de esta investigación ( $N < 50$ ) (Yazici & Yolacan, 2007). Luego, se obtuvieron para ambas pruebas el índice de confiabilidad, los indicadores de validez de constructo mediante análisis factorial exploratorio y la validez de contenido de la prueba de Bienestar Psicológico. Ante los resultados, se decidió construir los baremos por percentiles representativos de la

muestra estudiada en función del sexo para cada variable. Teniendo en cuenta la naturaleza de los datos en lo referente a su distribución en la curva normal, se optó por realizar en los contrastes de diferencia de grupos independientes a la prueba no paramétrica U de Mann Whitney y por otro lado la prueba no paramétrica de correlación de Spearman con el objetivo de determinar la relación entre las variables de investigación.

Por otro lado, Ramos (2020, 2021) explica que, ante muestras menores a 250 participantes, los valores en asociaciones de variables resultan ser inestables y favorecen la interpretación de los falsos positivos y por ende resultados sesgados al momento de replicar los hallazgos, ello debido a que estos estudios manejan bajas probabilidades de rechazar la hipótesis nula cuando en realidad es falsa y terminan reportando resultados con falsos positivos. Bajo ese criterio y teniendo en cuenta la cantidad de participantes que integran la muestra en esta investigación se realizó un análisis propio de la estadística bayesiana que complementa el análisis correlacional: el factor bayes, este estadístico estima cuantitativamente la evidencia o grado en que los datos obtenidos respaldan la hipótesis nula como hipótesis alterna para su contraste, ello bajo un marco explicativo donde no solo se trata de rechazar o aceptar la hipótesis nula según el valor p (Ramos, 2020, 2021).

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS

#### 4.1. Análisis psicométrico de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)

##### 4.1.1. Análisis de la Validez de Contenido y de Constructo

A través del método de evaluación por jueces o expertos, es que se pudo determinar la validez de contenido del instrumento que mide el Bienestar Psicológico. Para esto participaron 5 expertos en el tema afín a esta investigación, quienes determinaron que los ítems analizados de la escala y sus componentes miden lo que deben medir habiéndose obtenido un V de Aiken de 1 (Lloret, Ferreres, Hernández y Tomás, 2014) (Ver Anexo A). Es importante resaltar que hubo sugerencias de modificar la redacción de ciertos ítems con el objetivo de hacerlos más comprensibles, las cuales fueron tomadas en cuenta.

En cuanto a la validez de constructo, se obtuvo el coeficiente Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) de .77 el cual representa un nivel aceptable que permitió llevar a cabo el siguiente procedimiento: el análisis factorial exploratorio (AFE), con el cual se obtuvo 4 factores que explican el 70.02% de la varianza total (Ver Anexo B). Mediante estos resultados, se evidencia validez del instrumento en cuanto a su composición factorial siendo coherente con la adaptación peruana y con el planteamiento teórico (Casullo, 2002; Dominguez, 2014).

#### 4.1.2. Análisis de los ítems y confiabilidad de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)

A partir del análisis estadístico, la confiabilidad de la escala resultó ser un coeficiente alfa de Cronbach de .71 lo cual representa un nivel aceptable (Nunally, 1987; George y Mallery, 2003). Del mismo modo, los resultados respecto a las correlaciones ítem-test de la escala reportaron estadísticos de niveles aceptables, los cuales se encontraron entre .64 y .73 (Ver Anexo C). Todo ello implica que la escala cuenta con fiabilidad tanto como instrumento como a nivel de los ítems y dimensiones.

#### 4.2. Análisis psicométrico de la Escala de Resiliencia (ER)

##### 4.2.1. Análisis de Validez de Contenido y de Constructo

La validez de contenido del instrumento estuvo a cargo de 5 jueces expertos en temas afines, quienes luego de una evaluación de los ítems, se reportó un V de Aiken de 1, el cual califica como aceptable para la aplicación de la escala en la muestra objetivo (Lloret, Ferreres, Hernández y Tomás, 2014) (Ver Anexo D). Para este caso no fue necesario modificar la formulación de los ítems puesto que en la adaptación de Gómez (2019) este ya había sido previamente revisado y adaptado a nivel de coherencia, relevancia y gramática.

Por otro lado, en referencia al análisis de la validez de constructo, se obtuvo en primer lugar el coeficiente Kayser-Meyer-Olkin (KMO) de .72 lo cual implica un nivel aceptable dando lugar al análisis factorial exploratorio (AFE), para lo cual arrojó 7 factores, los cuales explican el 73.56% de la varianza total avalando así la solidez del constructo (Ver Anexo E). Si bien es cierto que ello difiere con



la escala original la cual presenta 2 factores con 5 dimensiones en total, en los diversos estudios de adaptación o análisis psicométricos se han hallado variaciones en la cantidad de factores o dimensiones (Gómez, 2019; Castilla, Caycho, Shimabukuro, Valdivia y Torres, 2014).

#### 4.2.2. Análisis de los ítems y confiabilidad de la Escala de Resiliencia

Al igual que con el primer instrumento, la confiabilidad de la Escala de Resiliencia resultó ser un coeficiente alfa de Cronbach de .81 lo cual representa un nivel aceptable (Nunally, 1987; George y Mallery, 2003). Así mismo, los resultados respecto a las correlaciones ítem-test de la escala arrojaron estadísticos de niveles aceptables, los cuales se hallaron entre .78 y .83 (Ver Anexo F). Esto quiere decir que la escala posee fiabilidad a nivel general, así como a nivel de los ítems que la componen.

#### 4.3. Análisis descriptivo

En las siguientes tablas se lograron identificar los niveles de Bienestar Psicológico y Resiliencia en la muestra analizada. Las categorías fueron obtenidas a partir de la baremación de los puntajes de la escala obtenidos por los participantes (Ver Anexo I).

**Tabla 7**

*Nivel de Bienestar Psicológico hallado en la muestra de estudio*

Nivel	f	%
Bajo	6	13,0
Medio	23	50,0
Alto	17	37,0
Total	46	100,0

A través de los resultados obtenidos, se observa que 23 (50%) individuos alcanzan un nivel medio en cuanto a su Bienestar Psicológico y solo 6 (13%) personas un nivel bajo.

**Tabla 8**

*Nivel de Resiliencia hallado en la muestra de estudio*

Nivel	f	%
Bajo	10	21,7
Medio	21	45,7
Alto	15	32,6
Total	46	100,0

En esta tabla se puede observar que 21 (45.7%) individuos alcanzan un nivel medio y solo 10 (21.7%) personas un nivel bajo respecto a Resiliencia.

**Tabla 9**

*Frecuencias del nivel de Bienestar Psicológico y Resiliencia según sexo de la muestra de estudio*

	Bienestar Psicológico				Resiliencia			
	Varón		Mujer		Varón		Mujer	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Alto	9	52.9	8	47.1	7	46.7	8	53.3
Medio	8	34.8	15	65.2	10	47.6	11	52.4
Bajo	3	50	3	50	3	30	7	70
Total	20	100	26	100	20	100	26	100

A través de los resultados obtenidos, se observa que, respecto a bienestar psicológico, el 52.9% de los varones alcanzan un nivel alto, mientras que en las mujeres un 65.2% logran un nivel moderado. Por el lado de la resiliencia, los varones se distribuyen sin mucha diferencia en el nivel alto (46.7%) y medio (47.6%), caso similar se observa en las damas, donde un 53.3% alcanzan el nivel alto y un 52.4% el nivel medio de esta variable.

#### 4.4. Análisis Inferencial o Contrastación de Hipótesis

En este nivel se busca reportar las pruebas estadísticas inferenciales con el objetivo de validar o rechazar las hipótesis planteadas para esta investigación.

##### 1.1 Hipótesis General

En referencia a la hipótesis general, para determinar la correlación entre Resiliencia y Bienestar Psicológico en la muestra estudiada, se realizó previamente el análisis de distribución de la normalidad teniendo en cuenta el tamaño de la muestra ( $N < 50$ ) se utilizó la prueba de Shapiro-Wilk (Ver Anexo H) el cual, según la naturaleza no paramétrica de las variables, se determinó utilizar el estadístico correlacional Rho de Spearman y el coeficiente de determinación ( $r^2$ ) el cual busca explicar el porcentaje de variación que experimenta una variable con la otra según el modelo de correlación (Novales, 2010).

**Tabla 10**

*Correlación Rho de Spearman entre los puntajes totales del Bienestar Psicológico y Resiliencia en los participantes de la muestra*

	Bienestar Psicológico		
	Rho de Spearman	p	$r^2$
Resiliencia	,79**	,000	,63

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

Los resultados reportados, sugieren la existencia de una correlación positiva significativa ( $r = .79$  y  $p < .05$ ) entre el Bienestar Psicológico y la Resiliencia siendo esta relativamente fuerte y con coeficiente de determinación considerable explicando un 63% ( $r^2 = .63$ ) de la varianza entre ambas variables (Hernández & Fernández, 1998). Por otro lado, el factor bayes reportado resultó ser  $BF_{10} = 3.617$  y  $BF_{01} = 2.765$  e IC

95 % [.645 a .879], esto significa que efectivamente las estimaciones halladas respaldan una mayor evidencia favorable a la hipótesis alterna en la interpretación de la correlación de ambas variables Bienestar Psicológico y Resiliencia; para finalizar se reportó el factor bayes máximo ( $\max BF_{10} = 19.702$ ) el cual nos permite identificar la estabilidad de los resultados, ello hace referencia a que existe una mayor consistencia en la inferencia o análisis bayesiano (Ramos, 2021).

## 2.1 Hipótesis Específica 1

**Tabla 11**

*Correlación Rho de Spearman entre los componentes de Bienestar Psicológico y el componente Competencia Personal de la Resiliencia en los participantes de la muestra*

		Resiliencia		
		Competencia personal		
		Rho de Spearman	p	r <sup>2</sup>
Bienestar Psicológico	Aceptación y control de situaciones	,489**	,001	,239
	Autonomía	,534**	,000	,285
	Proyectos	,649**	,000	,421
	Vínculos sociales	,453**	,002	,205

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

Como se aprecia, estos hallazgos reportaron la existencia de correlaciones positivas estadísticamente significativas entre los componentes del Bienestar Psicológico y el componente Competencia Personal de la Resiliencia, alcanzando niveles de asociación entre bajos ( $r=.45$ ,  $p<.05$ ) y medios ( $r=.64$ ,  $p<.05$ ). Cabe resaltar

que los coeficientes de determinación son proporcionales a ellos y en la mayoría de las asociaciones explican más del 20% ( $r^2=.20$ ) de la varianza entre los componentes correlacionados.

### 3.1 Hipótesis Específica 2

**Tabla 12**

*Correlación Rho de Spearman entre los componentes de Bienestar Psicológico y el componente Aceptación de uno mismo de la Resiliencia en los participantes de la muestra*

		Resiliencia		
		Aceptación de uno mismo		
		Rho de Spearman	p	$r^2$
Bienestar Psicológico	Aceptación y control de situaciones	,356**	,010	,126
	Autonomía	,500**	,000	,250
	Proyectos	,591**	,000	,349
	Vínculos sociales	,511**	,000	,261

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

Por otro lado, los resultados obtenidos también evidenciaron la existencia de correlaciones positivas estadísticamente significativas entre los componentes del Bienestar Psicológico y el componente Aceptación de uno mismo de la Resiliencia, alcanzando niveles de asociación medios ( $r=.59$ ,  $p<.01$ ) y bajos ( $r=.35$ ,  $p<.01$ ). Es necesario señalar que los coeficientes de determinación en ciertos casos explican el 34% ( $r^2=.34$ ) de la varianza entre los componentes correlacionados, mientras que otros apenas solo un 12% ( $r^2=.12$ ).

#### 4.1 Hipótesis Específica 3

**Tabla 13**

*Diferencia de medias del bienestar psicológico en función del sexo de la muestra*

	U de Mann-Whitney	W	Z	Sig.
Bienestar Psicológico	242.500	593.500	-.391	.696

Dentro del análisis comparativo, al analizar las medias de las puntuaciones totales de varones y mujeres en cuanto al bienestar psicológico, se halló que no existen diferencias significativas entre ambos sexos ( $p=.69$ ). Por lo tanto, se rechaza la hipótesis específica que planteaba la existencia de diferencias.

#### 5.1 Hipótesis Específica 4

**Tabla 14**

*Diferencia de medias de la resiliencia en función del sexo de la muestra.*

	U de Mann-Whitney	W	Z	Sig.
Resiliencia	243.500	594.500	-.366	.744

Respecto a la resiliencia, el análisis de las medias de las puntuaciones totales de varones y mujeres determinó que no existen diferencias significativas entre ambos sexos ( $p=.74$ ). Por lo tanto, en esta variable también se rechaza la hipótesis específica que planteaba la existencia de diferencias.

## CAPÍTULO V

### DISCUSIÓN DE RESULTADOS

#### 5.1. Análisis y discusión de resultados

En este estudio se planteó como objetivo determinar la existencia y naturaleza de la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en egresados de psicología que culminaron sus estudios en tiempos de pandemia y que se encuentren en situación de desempleo. Además, se propuso identificar la existencia de diferencias significativas en función al sexo para cada variable, así como los niveles de bienestar psicológico y resiliencia en la muestra analizada.

En lo que respecta a la hipótesis general  $H_1$ , esta plantea la existencia de una relación estadística y significativa entre la variable bienestar psicológico y resiliencia en la muestra analizada, para ello los resultados reportaron que dicha relación sí se da ( $r=.78$ ;  $p<.05$ ) siendo esta significativa y directa, además de tener un nivel alto de asociación, esto indica que un nivel positivo o adecuado de bienestar psicológico se reflejará en una mayor capacidad de resiliencia del individuo que le permitirá hacer frente a escenarios adversos que se le presenten en el día a día. Este hallazgo guarda asidero en lo reportado por otras investigaciones en el extranjero donde esta relación también se hizo visible en niveles similares a pesar de tener muestras y espacios temporales diferentes, pero también bajo circunstancias difíciles (Martínez, 2018; Giraldo, 2013; Gonzáles, 2021; Arrogante, Pérez y Aparicio, 2015; Hinojal y Quevedo, 2018; Guil et. al., 2016), así como en el plano local (Estrada y Mamani,

2020; Ccarita, 2021; Carrasco y Villegas, 2020). A nivel teórico, este hallazgo da sustento a la propuesta de Ryff (1995), ya que el bienestar psicológico se desarrolla en base a capacidades personales tales como la autonomía, vínculos sociales, entre otros, las cuales son afines a la resiliencia, ya que según lo planteado por Wagnild y Young (1989), quienes conciben a la resiliencia como atributo de la personalidad, esta variable psicológica está basada en competencias personales y la autoaceptación, es más, según plantea Resnick (2011), es común ver a la resiliencia estar asociada con las relaciones interpersonales positivas, afecto positivo, autoestima, optimismo y autoeficacia; considerando ello y con base a los resultados obtenidos, podemos inferir que esta asociación entre bienestar psicológico y resiliencia le permitiría al individuo mantener sus recursos psicológicos estables y esforzarse en lograr metas y aspiraciones en medio de situaciones complicadas, como es el caso del desempleo y el haber egresado en plena pandemia. Parte de esta superación de obstáculos, conllevaría no solo al bienestar psicológico, sino también a una autorrealización, en este caso profesional, ya que poder insertarse en el mercado laboral en el contexto vigente representaría un gran logro para estos nuevos profesionales (Ryff y Stinger, 2006).

De acuerdo con lo planteado en la hipótesis específica H<sub>1.1</sub>, se espera que los componentes de estas dos variables se asocien positivamente entre sí, ante esto, los resultados obtenidos avalan estas relaciones entre dimensiones, no obstante, la asociación de estas no son necesariamente las más estrechas, se reportaron niveles bajos ( $r < .50$ ) y moderados ( $r > .50$ ) (Tabla 10 y 11). La dimensión del bienestar psicológico que correlacionó en un nivel inferior con el componente “Aceptación de uno mismo” de la resiliencia fue “Aceptación y control de situaciones”; ello sugiere



que en los egresados desempleados habría ciertas dificultades en su autoaceptación al intentar mantener bajo control escenarios complicados como el de esta pandemia y el de su situación laboral, ya que como según señala Leyva et. al. (2021), este contexto global pone a prueba los diversos aspectos de vida de las personas, y en los jóvenes, la presión en la toma de decisiones se manifiesta de forma intensa y crucial; este dato no resulta del todo convincente con los hallazgos de Giraldo (2013), quien reportó asociaciones pero en un nivel alto para estas dos dimensiones, no obstante se puede inferir que el contexto en el que se desarrolló su investigación no representa la misma magnitud que esta pandemia, a pesar de ello se puede observar una tendencia en común considerando que su muestra también fueron profesionales en situación de desempleo. Por el lado de las dimensiones del bienestar psicológico: “Autonomía”, “Proyectos” y “Vínculos sociales”, estas se asociaron a un nivel ligeramente más moderado con “Aceptación de uno mismo” de la resiliencia, ello se ve reflejado también en los hallazgos de Giraldo (2013), Arrogante, Pérez y Aparicio (2015), Hinojal y Quevedo (2018) así como Estrada y Mamani (2020), no obstante, en ciertas muestras estas no se asocian (Bustamante, 2019; Guil, et. al., 2016), posiblemente a las circunstancias particulares en las que están presente, como es estar privado de la libertad o ser paciente con cáncer de mama. Si bien estas dimensiones no se asocian usualmente en un nivel superior o alto, sí permiten comprender que hay un lazo medianamente intenso en lo que un individuo es capaz de hacer o pensar por sí mismo, la forma en cómo se relaciona con los demás y las metas que se proponga ante su autoaceptación (Morales y Gonzáles, 2014), en este caso, un egresado sería capaz de hacer frente a través de su autonomía al tomar las mejores decisiones para su futuro apoyándose en sus habilidades de socialización, permitiéndole en lo posible una rápida inserción al campo laboral (Giraldo, 2013), caso similar se observa en

estudiantes de último año de psicología, donde Carrasco y Villegas (2020) identificaron que estos estudiantes próximos a egresar mantienen desde ese momento el mismo nivel de asociación entre las dimensiones de ambas variables, facilitándoles mantener las diferentes esferas de vida estables a pesar del contexto actual.

En cuanto a la hipótesis específica  $H_{1,2}$ , desde el lado del segundo componente de la resiliencia “Competencia personal”, solo “Vínculos sociales” y “Aceptación y control de situaciones” estos logran asociarse significativamente de manera directa, pero en un nivel bajo, esto implicaría que, en los egresados de psicología en situación de desempleo, la socialización y la gestión de su entorno, no estará del todo en función de sus competencias personales, al menos no de forma estrecha; mientras que en “Autonomía” y “Proyectos” alcanzan niveles moderados con las competencias individuales, ello indicaría que la capacidad de valerse por sí mismo y las metas u objetivos asociados a esa autonomía tienen lazos más intensos con las competencias personales, ello sugiere que los egresados tomen a menudo decisiones por su propia cuenta en función de sus necesidades o aspiraciones ya sean a corto, mediano o largo plazo, parte de esos proyectos que se plantean seguramente sea insertarse lo más antes posible al mercado laboral considerando la posible falta de experiencia en muchos casos que termine dificultando su objetivo (García, 2020). A pesar de ello, estos datos son en realidad usuales, puesto que otras investigaciones, considerando incluso que su población de análisis fue diferente, señalan lo mismo con ligeras variaciones a la intensidad de asociación (Carrasco y Villegas, 2020; Bustamante, 2019; Casas, 2022), tales estudios explican que posiblemente existan otras variables en torno a aspectos demográficos o condiciones sociales más específicas que medien las diferencias en la asociación de las dimensiones de estas dos variables. En términos generales, los

resultados de asociación siguen siendo significativos y positivos, lo que permite comprender que el bienestar psicológico y la resiliencia son características humanas que muy a menudo van de la mano, y en lo que respecta a los egresados de psicología en situación de desempleo, se sigue manteniendo esa tendencia en ambas variables.

En cuanto a los niveles de bienestar psicológico (Tabla 6) hallados en la muestra, al menos el 50% de los egresados alcanzaron un nivel moderado de bienestar, mientras que solo un 13% llegaron a obtener un nivel alto y un 37% un nivel bajo, respecto a las frecuencias por sexo, el 52.9% de los varones logran un nivel alto y un 65.2% de las damas un nivel promedio. Esto reflejaría que, a pesar de la situación sanitaria y desempleo, la mitad de los egresados mantiene estable sus recursos psicológicos, aunque un poco más del tercio del total aparentemente puede que no alcance un bienestar pleno posiblemente debido a circunstancias muy personales o ajenas a las variables analizadas en este estudio, ello se ve reflejado en otras investigaciones donde los niveles hallados mantienen una distribución similar (Martín, 2017; Araque, González, López, Nuván y Medina, 2020; Ccarita, 2021).

Respecto a la resiliencia (Tabla 7) el escenario no fue muy distinto, puesto que un 45.7% se ubicó en un nivel moderado, un 21.7% en nivel alto y 32.6% en el nivel bajo, y en cuanto al sexo, los varones han alcanzado el nivel alto en un 46.7% y promedio en un 47.6%, prácticamente el mismo porcentaje; mientras que las mujeres han alcanzado niveles promedio y alto en un 52.4% y 53.3% respectivamente. Se observa entonces que cerca de la mitad de la muestra posee una resiliencia lo suficiente para sobreponerse en sus retos o dificultades, mientras que poco más de un tercio de los egresados de psicología en desempleo aparentemente tendría una

resiliencia poco desarrollada donde su proceso para afrontar problemas quizás sea más lento o poco exitoso. Es oportuno mencionar que no se puede determinar que por ser profesionales de la salud mental tengan necesariamente muy desarrollada su resiliencia en niveles sobresalientes, al menos en estudiantes de psicología de último año, el nivel promedio alcanzado es moderado (Carrasco y Villegas (2020), a pesar de ello hay estudios donde se demuestra lo contrario ya que se han reportado niveles de resiliencia más altos en profesionales de psicología y enfermería en contraste con otras carreras, cabe considerar que en ese entonces no había una pandemia de por medio (Hinojal y Quevedo, 2018). Por su parte, Morales (2021) logró identificar que profesionales que cuentan con empleo logran obtener significativamente un mayor nivel de resiliencia que los desempleados, el autor asume que para lograr ello, las personas en desempleo han tenido que desarrollar su resiliencia a un nivel superior para poder insertarse en el mercado laboral considerando las responsabilidades que pueda tener de por medio. En otras poblaciones, se aprecia que la distribución del nivel de resiliencia obtenido por las personas estudiadas se mantienen en niveles promedios y altos por lo que se puede inferir que los individuos en general tienen una capacidad dentro de lo esperado para salir adelante (Ccarita, 2021; Carrasco y Villegas, 2020; Casas, 2022), complementariamente, se ha identificado que niveles altos de resiliencia predicen eficazmente el nivel de bienestar psicológico (González, 2021) y de igual forma, que los recursos psicológicos personales representan eficazmente herramientas para hacer frente a situaciones difíciles como es el desempleo (Valera, Sánchez, Izquierdo y de Pedro (2019).

En referencia a la hipótesis específica H<sub>1.3</sub>, esta investigación no pudo determinar la existencia de diferencias significativas entre varones y mujeres respecto

al bienestar psicológico, de ello deriva la premisa que los egresados de psicología en desempleo independientemente de su sexo no logran diferenciarse sustancialmente en sus niveles de bienestar, posiblemente como afirma Diener (1984) porque el sexo no es un buen predictor del bienestar psicológico; esto es coherente con lo reportado en otras investigaciones donde el sexo no implicó diferencias sustanciales a pesar que a nivel de frecuencias hayan variaciones (Piña, 2017; Martín, 2017; Jiménez, 2018; Huamaní y Arias, 2018), sin embargo, también hay estudios donde reportan la existencia de diferencias significativas según el sexo, donde las damas tendrían a su favor un bienestar psicológico más notable (Correa y Mendoza, 2020) o al menos en ciertos componentes como “Proyectos” y “Vínculos sociales” y los varones en “Autonomía”, aunque con tamaños del efecto poco considerables (Del Valle y Hormaechea y Urquijo, 2015). En conclusión, se aprecia que las diferencias significativas según sexo en el bienestar psicológico son poco convincentes para mantener una tendencia, por lo que resulta necesario seguir explorando variables que podrían interferir en los resultados que ya se han podido apreciar.

Por último, en cuanto a la hipótesis específica H<sub>1.4</sub>, los resultados de esta investigación no evidenciaron el hallazgo de diferencias significativas en función del sexo en la resiliencia. No es posible determinar con exactitud los motivos, pero de ello podemos inferir que tanto varones como mujeres poseen en general el mismo nivel de capacidad de afrontar y superar toda circunstancia complicada o que los ponga a prueba. Estos hallazgos, guardan sustento con otras investigaciones (Piña, 2017; Gines, Morán y Urchaga, 2015; Giraldo, 2013) donde tampoco se reportaron diferencias notables a nivel estadístico, pero sí reportaron diferencias en cuanto a frecuencia, donde en algunos estudios los varones puntúan más que las mujeres y

viceversa, si bien es cierto que no es posible determinar los motivos, de todos modos se puede inferir que esta ausencia de diferenciación notable puede deberse a variables exógenas que no se llegan a considerar en las investigaciones (González, Valdez y González, 2011); también hay reportes donde si bien no hay diferencias significativas en la resiliencia global, pues sí termina habiendo en alguno de sus subcomponentes como es “Ecuanimidad” (Lugo, et. al., 2018). No obstante, hay estudios donde sí se reportaron estas diferencias significativas, no solo en el sexo, sino también en los grupos etarios (Hinojal y Quevedo; 2018; Gonzales y Valdez, 2013), en estas investigaciones las damas consiguen posicionarse en niveles superiores a los varones, los investigadores señalan que las damas tendrían y requieren de factores de protección externos para ser resilientes. Al igual que con el bienestar psicológico, la evidencia en torno a las diferencias por sexo en resiliencia es muy variada, existen investigaciones donde sí las reportan y otras en las que no, a pesar de ello es necesario seguir indagando para saber si es posible hallar variables mediadoras que intercedan en estos resultados diversos.

Para finalizar, resulta coherente afirmar que el contraste de los datos, evidencia y teoría terminan arrojando nuevas luces respecto al “comportamiento” del bienestar psicológico y resiliencia durante la complicada situación laboral por que la pasan los egresados de psicología que lograron su objetivo académico en plena pandemia por el COVID-19. No es posible identificar la realidad de cada participante de este estudio, pero se conoce que cada individuo tiene aparte sus propios retos, tareas, responsabilidades y obligaciones con las cuales afrontar y salir adelante (Tabla 4), definitivamente estar en desempleo coloca a uno en una carrera contra el tiempo debido a las necesidades y deberes por cumplir, al menos se sabe ahora que tener una

resiliencia óptima facilita tener un bienestar psicológico positivo, de esa forma los recursos personales que las componen podrán ser usados a favor de la persona y por ende de su medio que lo rodea. Por medio de los resultados obtenidos y la discusión de estos, sabemos que esta asociación puede ser aprovechada tanto por varones como mujeres, ya que al menos en este estudio no se evidenció que por razones de género uno tenga ventaja sobre el otro. Por último, según los datos descriptivos de la muestra, el tiempo de desempleo desde el egreso difícilmente llega a al año ya que según los datos obtenidos por encuesta el 82.6% de los casos no debería pasar de los tres a seis meses sin trabajo en la especialidad deseada, cabe mencionar también que el desempleo no distingue si formas parte de grupos destacados de ranking académico o si tienes responsabilidades familiares o no, pero resulta necesario abordar estos aspectos a fin de conocer con certeza si resultan ser significativos al momento de comprender el desempleo.

## CAPÍTULO VI

### CONCLUSIONES Y RECOMEDACIONES

#### 6.1 Conclusiones

A partir del análisis y discusión de resultados, se concluye que:

1. En cuanto al objetivo general, se determinó la existencia de una relación estadísticamente significativa y directa entre el bienestar psicológico y la resiliencia en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de Psicología de una universidad pública.
2. Respecto al primer objetivo específico, se comprobó que existe una asociación estadísticamente significativa directa entre los componentes Aceptación y control de situaciones, Autonomía, Vínculos sociales y Proyectos del bienestar psicológico con los componentes Competencias personales y Aceptación de uno mismo de la resiliencia en la muestra analizada.
3. De acuerdo con el segundo objetivo específico, el nivel de bienestar psicológico en la muestra analizada se concentró en mayor proporción en un nivel medio o moderado tanto en ambos sexos.



4. A partir del tercer objetivo específico, el nivel de resiliencia en los participantes de la muestra alcanzó en mayor proporción un nivel medio o moderado tanto en varones como en mujeres.
5. Respecto al cuarto objetivo específico, no se hallaron diferencias estadísticamente significativas según el sexo en el bienestar psicológico de la muestra de egresados de psicología en situación de desempleo.
6. Por último, en lo que concierne al quinto objetivo específico, no se reportaron diferencias estadísticamente significativas en el sexo de los participantes de la investigación para la resiliencia.

## 6.2.Recomendaciones

A raíz de las conclusiones, se plantean las siguientes recomendaciones y sugerencias relacionadas a la temática de esta investigación.

1. Ampliar el espectro de la muestra a fin de que se abarque mayor diversidad de data y que pueda llegar a cumplir supuestos de representatividad estadística.
2. Plantear investigaciones que permitan asociar variables psicológicas con el problema social del desempleo a fin de estimular su desarrollo en los futuros profesionales.
3. Plantear estudios que asocien variables sociodemográficas con el desempleo para identificar si estas representan significativamente alguna influencia o predicción para prevenir dicha situación laboral adversa.

4. Dirigir recursos desde las universidades al estudio y abordaje del desempleo en los recientes egresados ya sea de psicología o de cualquier carrera profesional con la finalidad de darles acompañamiento y soporte en su reto de insertarse al mercado laboral.
5. Elaborar data en los centros de educación superior sobre inserción laboral y desempleo de sus egresados ya que de esa forma facilitará los nuevos estudios en ese tema.
6. Incentivar a nivel académico las áreas o especialidades profesionales según exista demanda para cada una de ellas, ello con el objetivo de ampliar la oferta de profesionales y que tengan más posibilidades de hallar empleo.
7. Estimular la resiliencia en estudiantes de psicología de último año, ya que estos estarán próximos a egresar y así podrán contar con recursos psicológicos desarrollados que le permitan afrontar situaciones difíciles a nivel personal, social, familiar, económico, académico o profesional.

CAPÍTULO VI  
BIBLIOGRAFÍA

Aguirre, M (2008). *Capacidad y factores asociados a la resiliencia, en adolescentes*. [ Tesis doctoral, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de la UNMSM.

[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2683/1/Aguirre\\_ga.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2683/1/Aguirre_ga.pdf)

Alarcón, R., Choque, G., Reyes, C., Sánchez, H., & Ugarriza, N. (2009). Teoría e investigación en Psicología. *Revista de la Facultad de Psicología Universidad Ricardo Palma*, 18(2). 7-28.

Allman, A. (1990). Subjective well-being of people with disabilities: Measurement issues. [Unpublished Master thesis, University of Illinois].

Andreu, E. (2020). Actividad física y efectos psicológicos del confinamiento por covid-19. *INFAD Revista de Psicología*, 1(2), 209-220.

Araque, F., González, O., López, R., Nuván, I., & Medina, O. (2020). Bienestar psicológico y características sociodemográficas en estudiantes universitarios durante la cuarentena por SARS-CoV-2 (Covid-19). *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(8), 998-1004.

Arrogante, O., Pérez-García, A., & Aparicio-Zaldívar, E. (2015). Bienestar psicológico en enfermería: relaciones con resiliencia y afrontamiento. *Enfermería Clínica*, 25(2), 73-80.

- Atienza, F., Pons, D., Balaguer, I., & García, M. (2000). Propiedades Psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en Adolescentes. *Psicothema*, *12*(2), 314-319.
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, *29*(3), 1038-1059.
- Baessler, J., & Schwarzer, R. (1996). Evaluación de la autoeficacia: Adaptación española de la escala de Autoeficacia General. *Ansiedad y Estrés*, *2*(1), 1-8.
- Balluerka, M., Gómez, J., Hidalgo, M., Gorostiaga, M., Espada, J., Padilla, J., & Santed, M. (2020). *Las consecuencias psicológicas de la COVID-19 y el confinamiento. Informe de investigación*. Universidad del País Vasco.
- Barrutia, I., Silva, H., & Sánchez, R. (2021). Consecuencias económicas y sociales de la inmovilidad humana bajo COVID-19: caso de estudio Perú. *Lecturas de economía*, *4*(94), 285-303.
- Becerra, L., & Ruiz, B. (2021). *La pandemia Covid-19 y su impacto en el bienestar psicológico*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio de la UPAGU. [La pandemia Covid-19 y su impacto en el bienestar psicológico \(upagu.edu.pe\)](https://repositorio.upagu.edu.pe/handle/documento/1000)
- Becerra, M., Valencia, E., & Revelo, E. (2021). Análisis del desempleo durante la pandemia COVID-19 y el impacto en diferentes sectores económicos del Ecuador. *Digital Publisher CEIT*, *6*(3), 442-451.
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, *11*(3), 125-146.

- Benavente, M., & Quevedo, M. (2018). Resiliencia, bienestar psicológico y afrontamiento en universitarios atendiendo a variables de personalidad y enfermedad. *Revista de Psicología y Educación*, 13(2), 99-112.
- Bernard, B. (1999). Applications of resilience: possibilities and promise. En M. Glantz, & J. Johnson (eds.), *Resilience and Development: positive life adaptations*, (pp. 269-277). Plenum Publishers.
- Braun, E., Converso, B., Vázquez, L., & D'Urbano, P. (2021). Relatos de una experiencia situada: educación, virtualidad y pandemia. *Espacios de crítica y producción*, 2(55), 222-229.
- Brickman, P., Coates, D., & Janoff, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(36), 917- 927.
- Broadbent, E., Petrie, K., Main, J., & Weinman, J. (2006). The Brief Illness Perception Questionnaire (BIPQ). *Journal of Psychosomatic Research*, 60(4), 631–637. [DOI: 10.1016/j.jpsychores.2005.10.020](https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2005.10.020)
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. (1998). The ecology of developmental processes. En RM. Lerner (Ed.), *Modelos teóricos del desarrollo humano*, (pp. 993-1028). Wiley.
- Bustamante, D. (2019). *Resiliencia y bienestar psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario de Lima*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de la USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6166/Bustamante%20Mori%20Deysey%20Janeth.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Caballero, A. (2014). *Metodología integral innovadora para planes y tesis: La metodología del cómo formularlos*. Cengage Learning.

- Caballero, U. (2021). *Bienestar psicológico en colaboradores de una empresa de servicios de estacionamientos durante el contexto de Covid-19*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Ricardo Palma]. Repositorio de la URP. [Bienestar psicológico en colaboradores de una empresa de servicios de estacionamientos durante el contexto de Covid-19](#)
- Calle, A. (2021). *Los efectos económicos de la pandemia y la empleabilidad de la Generación “X” del Distrito de Trujillo, 2021*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada César Vallejo]. Repositorio de la UCV. [Calle AAM-SD.pdf \(ucv.edu.pe\)](#)
- Carrasco, B., & Villegas, X. (2022). *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de Psicología de los últimos ciclos de una universidad privada de Lima Norte, 2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/30120/Carrasco%20Fernandez%2c%20Brayan%20Smith%20%20Villegas%20Calle%2c%20Ximena%20Mercedes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Casas, C. (2022). *Resiliencia y bienestar psicológico en el personal de tropa servicio militar del “Cuartel Tarapacá–Tacna”, 2021*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada de Tacna]. Repositorio de la UPT. [Resiliencia y bienestar psicológico en el personal de tropa servicio militar del “Cuartel Tarapacá – Tacna”, 2021 \(upt.edu.pe\)](#)
- Castilla, H., Caycho, T., Shimabukuro, M., Valdivia, A., & Torres-Calderón, M. (2014). Análisis exploratorio de la escala de Resiliencia de Wagnild y Young en una muestra de adolescentes, jóvenes y adultos universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Psicología de Arequipa*, 4(1), 80-93.
- Castilla, H., Coronel, J., Bonilla, A., Mendoza, M., & Barboza, M. (2016). Validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia (Scale Resilience) en una muestra de

estudiantes y adultos de la Ciudad de Lima. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 5(1), 121-136.

Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Paidós.

Casullo, M., & Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología (Pontificia Universidad Católica del Perú)*, 18(1), 35-68.

Ccarita, Y. (2022). *Resiliencia y bienestar Psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno–2021*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio de la UAI. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1472/3/Yaneth%20Rutmery%20Ccarita%20Pelaez.pdf>

Chávez, S. (2008). *Bienestar Psicológico en Practicantes de Yoga*. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio de la PUCP. <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/627>

Chira, F., & Anaya, C. (2021). *Bienestar psicológico y satisfacción con la vida en egresados universitarios de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada San Ignacio de Loyola]. Repositorio de la USIL. [Bienestar psicológico y satisfacción con la vida en egresados universitarios de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia \(usil.edu.pe\)](http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/usil/12345/1/Bienestar%20psicol%C3%B3gico%20y%20satisfacci%C3%B3n%20con%20la%20vida%20en%20egresados%20universitarios%20de%20Lima%20Metropolitana%20en%20tiempos%20de%20pandemia.pdf)

Comisión Económica para América Latina y el Caribe & Organización Internacional del Trabajo (2017). La transición de los jóvenes de la escuela al mercado laboral. Coyuntura Laboral en América Latina y el Caribe. N°17. Santiago de Chile, Chile:

Naciones Unidas. Recuperado de:  
<https://repositorio.cepal.org/handle/11362/42250>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2020). América Latina y el Caribe ante la pandemia del COVID-19: efectos económicos y sociales. Santiago de Chile, Chile: Naciones Unidas. Recuperado de:  
<https://repositorio.cepal.org/handle/11362/45337>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2021). Claves de la CEPAL para el desarrollo N.º 8: Panorama Social de América Latina 2020. Santiago de Chile, Chile: Naciones Unidas. Recuperado de:  
<https://repositorio.cepal.org/handle/11362/46740>

Correa, E., & Mendoza, J. (2020). *Resiliencia según sexo en estudiantes de dos universidades de la ciudad de Cajamarca*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio de la UPAGU. [http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1486/INFORME% 20DE% 20TESIS% 202021. pdf](http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1486/INFORME%20DE%20TESIS%202021.pdf).

Costa, P., McCrae, R., & Zonderman, A. (1987). "Environmental and dispositional influences on well-being: Longitudinal follow-up of an American national sample". *British Journal of Psychology*, 4(78), 299-306.

Del Valle, M., Hormaechea, F., & Urquijo, S. (2015). El bienestar psicológico: diferencias según sexo en estudiantes universitarios y diferencias con población general. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(3), 6-13.



- Di Nella, D., & Ibáñez, V. (2021). Causas y consecuencias de la Pandemia COVID-19. De la inmovilidad de la humanidad a la circulación desconcentrada de personas. *Derechos En Acción*, 15(15), 407. <https://doi.org/10.24215/25251678e407>
- Díaz, C., & Oyarzún, G. (2002). *Análisis del desempleo en la comuna de Panguipulli año 2002*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Austral de Chile]. Repositorio de la UACH. <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2002/fed542a/doc/fed542a.pdf>
- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E., & Larsen, R. (1991). The experience of emotional well-being. En M. Lewis y J.M. Haviland (Eds.), *Handbook of Emotions*. Guilford.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(2), 71- 75.
- Diener, E., Sandvik, E., & Pavot, W. (1991). Happiness is the frequency not the intensity of positive versus negative affect. En F. Strack, M. Argyle y N. Schwartz (Eds.), *Subjective well-being, and interdisciplinary perspective* (pp. 119-140). Pergamon.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. & Smith, H. (1999). Bienestar subjetivo: Tres décadas de progreso. *Boletín Psicológico*, 5(125), 276–302.
- Dominguez, S. (2014). Análisis Psicométrico de la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos en estudiantes universitarios de Lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 8(1), 23-31.

- Dubreuil, R. (2011). *Más allá del dolor. Hacia una comprensión dinámica de la resiliencia*. Publicaciones Psicoanalíticas.
- Dubreuil, R. (2020). Pensando la resiliencia en tiempos de pandemia. *Revista Psicoanálisis*, 1(25), 49-58.
- Emmons, R. (1998). A systems framework or systems frameworks? *Psychological Inquiry*, 1(9), 148-150.
- Enciso, E., & Perilla, L. (2004). Visión retrospectiva, actual y prospectiva de la psicología organizacional. *Acta colombiana de Psicología*, 1(11), 5-22.
- Erazo, J. (2022). *El desempleo y la calidad de vida de las familias durante la pandemia Covid-19*. [Tesis de Bachiller, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio de la UTA. [Repositorio Universidad Técnica de Ambato: El desempleo y la calidad de vida de las familias durante la pandemia Covid -19 \(uta.edu.ec\)](https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/12345)
- Escobal, E. (2021). Rompiendo mitos: ¿Es necesario cambiar el modelo económico del Perú? Conexionesan. Recuperado de: <https://www.esan.edu.pe/conexion/actualidad/2021/05/19/rompiendo-mitos-es-necesario-cambiar-el-modelo-economico-del-peru-1>
- Estrada, E., & Mamani, H. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 56-68.
- Facultad de Psicología UNMSM. (2020). Ranking para matrícula 2020-I. Facultad de Psicología UNMSM. Recuperado de: [Facultad de Psicología - Matrícula 2021 - 20210314 \(unmsm.edu.pe\)](https://www.unmsm.edu.pe/informacion-general/20210314)

- Fernández, M., Soler, M., García, M., & Meseguer de Pedro, M. (2019). Los recursos psicológicos personales, resiliencia y autoeficacia, y su relación con el malestar psicológico en situaciones de desempleo. *Revista de Psicología Social*, 34(2), 331-353.
- Galán J. (2022). Desempleo y dignidad humana: un reto para las políticas públicas. *Journal of Research of the University of Quindío*, 34(3), 585-594.
- Gallardo, J. (2011). Juventud, trabajo, desempleo e identidad: un enfoque psicosocial. *Athenea Digital*, 11(3), 165-182.
- García, E. (2020). Los graduados pos-Covid, los más perjudicados para encontrar un empleo. *El Economista*. Recuperado de: <https://www.economista.es/especialformacion/noticias/10789253/09/20/Los-graduados-posCovid-los-masperjudicados-para-encontrar-un-empleo.html>
- García, M., & Domínguez, E. (2013). Desenvolvimento teórico da Resiliência e sua aplicação em situações adversas: uma revisão analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, niñez y juventud*, 11(1), 63-77.
- Gaxiola, J., Frías A., Hurtado A., Salcido N., & Figueroa F. (2011). Validación del Inventario de Resiliencia (IRES) en una población del noroeste de México. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16(1), 73-83.
- Gaxiola, J., Gaxiola, E., González, S., & Valenzuela E. (2014). Trayectoria adaptativa de la crianza positiva materna. En S. Castañeda y Sociedad Mexicana de Psicología (Eds.): *Memorias del Congreso Mexicano de Psicología* (pp. 557-559). Sociedad Mexicana de Psicología y Colegio Mexicano de Profesionistas en la Psicología.



- González, L., Valdez, M., & González, E. (2011). Resiliencia y Sentido de coherencia en adultos. En G. L. Delgadillo & V. M. Velázquez, (Ed.), *Memorias del Primer encuentro de investigación. La intervención de la Psicología en la Investigación*, (pp. 105-116). Universidad Autónoma del Estado de México.
- González, M. (2013). *Prácticas parentales, bienestar psicológico y conductas de riesgo en adolescentes*. [Tesis de doctorado no publicada, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio de la UNAM. <http://132.248.9.195/ptd2013/octubre/0702185/Index.html>.
- González, N. (2011). *Resiliencia y Personalidad en Niños y Adolescentes. Cómo Desarrollarse en Tiempos de Crisis*. Eón/Universidad Autónoma del Estado de Morelos.
- Grotberg, E. (1995). *The International Resilience Project: Promoting Resilience in Children*. Bernard Van Leer Foundation.
- Grotberg, E. (1999). Contrarrestar la depresión con los cinco bloques de construcción de la resiliencia. *Alcanzando a la juventud de hoy*, 4(1), 66-72.
- Guil, R., Zayas, A., Gil-Olarte, P., Guerrero, C., González, S., & Mestre, J. M. (2016). Bienestar psicológico, optimismo y resiliencia en mujeres con cáncer de mama. *Psicooncología*, 13(1), 127.
- Heilemann, M., Lee, K., & Kury, F. (2003). Psychometric properties of the Spanish version of the Resilience Scale. *Journal Nurs Meas*, 11(1), 61-72. [DOI: 10.1891/106137403780954976](https://doi.org/10.1891/106137403780954976)
- Hernández, Ó., & García, A. (2020). *¡Quédate en casa! Resiliencia y bienestar: Psicología aplicada en tiempos de pandemia*. Editorial UOC.

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. Editorial McGraw Hill.
- Hernández, R., & Fernández, C. (1998). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill
- Hinojal, M., & Quevedo, M. (2018). Resiliencia, bienestar psicológico y afrontamiento en universitarios atendiendo a variables de personalidad y enfermedad. *Revista de psicología y educación*, 13(2), 99-112.
- Huacasi, J. (2019). *Relación de la resiliencia y el desempleo con el consumo de los millennials egresados de las escuelas profesionales de administración de negocios, ingeniería industrial y derecho, en los años 2015 y 2016 de la Universidad Católica San Pablo, Arequipa 2019*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica San Pablo]. Repositorio de la UCSP. [Universidad Católica San Pablo: Relación de la resiliencia y el desempleo con el consumo de los millennials egresados de las escuelas profesionales de administración de negocios, ingeniería industrial y derecho, en los años 2015 y 2016 de la Universidad Católica San Pablo, Arequipa 2019 \(ucsp.edu.pe\)](https://repositorio.ucsp.edu.pe/handle/document/11111)
- Huamaní, J., & Arias, W. (2018). Modelo predictivo del Bienestar Psicológico a partir de la Satisfacción con la Vida en jóvenes de la ciudad de Arequipa (Perú). *PSIENCIA: Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 10(2), 1-20.
- Huarcaya, V. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*, 1(37), 327-334.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2021). Situación del Mercado Laboral en Lima Metropolitana: agosto-setiembre-octubre 2021. Web INEI. Recuperado de: [11-informe-tecnico-mercado-laboral-ago-set-oct-2021.pdf \(inei.gob.pe\)](https://inec.inei.gob.pe/11-informe-tecnico-mercado-laboral-ago-set-oct-2021.pdf)

- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2022). Población ocupada de Lima Metropolitana alcanzó las 4 millones 878 mil personas en el trimestre diciembre 2021-enero-febrero 2022. Web INEI. Recuperado de: [Instituto Nacional de Estadística e Informática \(inei.gob.pe\)](http://inei.gob.pe)
- Iraegui, A., & Quevedo, M. (2002). Aproximación psicolingüística al estudio de la personalidad en español: Una propuesta taxonómica. *Iberpsicología Revista Electrónica de la Federación española de Asociaciones de Psicología*, 7(1), 1-21.
- Isaza, M. (2016). Resiliencia y Bienestar Psicológico según la duración del desempleo en una muestra de profesionales colombianos. *Revista interamericana de psicología ocupacional*, 32(2), 22-37.
- Jahoda, M. (1987). *Empleo y desempleo: un análisis socio psicológico*. Ediciones Morata.
- Jaramillo, L., & Marquina, R. (2020). El COVID-19: Cuarentena y su Impacto Psicológico en la población. *Preprints Scielo* 1(1), 1-10. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.452>
- Jiménez, D. (2018). *Resiliencia en adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la fundación FORGE Lima Norte, 2017*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal]. Repositorio de la UNFV. <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2624/JIMENEZ%20YLLA%20HUAMAN%20DANIEL%20ALDRIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Jiménez, S. (2017). *Sentido de coherencia, resiliencia y salud mental positiva en los profesionales del Sistema de Emergencias Médicas*. [Tesis Doctoral, Universitat de Girona]. Repositorio de la UG. <http://hdl.handle.net/10803/406045>





- Leiva, G., Paucarchuco, K., Cornelio, C., Chinguel, R., Santos, C., Campos, A., & Palomino, K. (2021). Resiliencia laboral juvenil en tiempos de pandemia. *Visionarios en ciencia y tecnología*, 6(1), 186-226.
- Lloret, S., Ferreres, A., Hernández, A., & Tomás, I. (2014). El análisis factorial exploratorio de los ítems: una guía práctica, revisada y actualizada. *Anales de psicología/annals of psychology*, 30(3), 1151-1169.
- López, P. (2004). Población muestra y muestreo. *Punto cero*, 9(08), 69-74.
- Lozano, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83(1), 51-56.
- Lugo, S., Romero, J., & Hernández, E. (2018). Apoyo social y resiliencia: predictores de bienestar psicológico en adolescentes con suceso de vida estresante. *Psicología y Salud*, 28(2), 167-176.
- Luthar, S., & Cushing, G. (1999). The construct of resilience: Implications for interventions and social policy. *Development and Psychopathology*, 26(2), pp. 353-372.
- Lyubomirsky, S. (2007). *The how of happiness*. The Penguin Press.
- Manríquez, P. (2003). *Desempleo y seguro de cesantía. Perspectivas desde la institucionalidad chilena*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de la Santísima Concepción]. Repositorio de la UCSC. [Desempleo y Seguro de Cesantia - ALIPSO.COM](#).

- Martín, V. (2017). *Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas en situación de desempleo*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de La Laguna]. Repositorio de la ULL. [Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas en situación de desempleo \(ull.es\)](https://repositorio.ull.es/handle/10155/11111)
- Martínez, S. (2018). *Relación entre bienestar psicológico y resiliencia en padres con hijos discapacitados*. [Tesis doctoral, Universidad Argentina de la Empresa]. Repositorio de la UADE. <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/7613/Martinez%20Sara%20-%20TIF.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Masten, A. (2001). Resilience come of age: Reflections on the past and outlooks for the next generation of researchers. En M. Glantz & J. Johnson (eds.) *Resilience and Development: positive life adaptations*, (pp. 281-296). Plenum Publishers.
- Matta, H. (2010). *Grado de desarrollo de la resiliencia y su relación con los factores protectores y de riesgo, en adolescentes de Instituciones Educativas de Lima, Ica, Ayacucho y Huánuco–2005*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de la UNMSM. [Grado de desarrollo de la resiliencia y su relación con los factores protectores y de riesgo, en adolescentes de Instituciones Educativas de Lima, Ica, Ayacucho y Huánuco – 2005 \(unmsm.edu.pe\)](https://repositorio.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12002/11111)
- Meléndez, L (2021). El rol de las redes sociales en la pandemia del covid-19. *GeoGraphos: Revista Digital para Estudiantes de Geografía y Ciencias Sociales*, 12(137), 121-132.

- Meneses, M, Ruíz, S., & Sepúlveda, M. (2016). *Revisión de las principales teorías de bienestar psicológico*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Antioquía]. Repositorio de la UDEA. [bibliotecadigital.udea.edu.co](http://bibliotecadigital.udea.edu.co)
- Merino, G & García M. (2007). *Itineraris de formació i inserció laboral dels joves a Catalunya*. Fundació Jaume Bofill
- Ministerio de Economía y Finanzas del Perú (2020). Estadísticas. Política económica y social. Recuperado de: <https://www.mef.gob.pe/es/component/content/article?id=266>
- Ministerio de Salud. (2021). Sala situacional del Covid-19 Perú. Recuperado de: [Covid 19 en el Perú - Ministerio del Salud \(minsa.gob.pe\)](https://www.minsa.gob.pe/covid-19)
- Ministerio de Salud. (2021). Salud mental: El 52.2% de limeños sufre de estrés debido a la pandemia. Recuperado de: [Salud mental: El 52.2% de limeños sufre de estrés debido a la pandemia \(minsa.gob.pe\)](https://www.minsa.gob.pe/salud-mental).
- Ministerio de Trabajo. (2016). Glosario de término de temas de empleo. Recuperado de: <http://www.mintra.gob.pe/mostrarResultado.php?id=165>.
- Morales, M. (2021). *Relación entre resiliencia, satisfacción vital y salud mental tras la COVID-19*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de La Laguna]. Repositorio de la ULL. [https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/24650/Relacion\\_entre\\_resiliencia%2C\\_satisfaccion\\_vital\\_y\\_salud\\_mental\\_tras\\_la\\_COVID-19.pdf?sequence=1](https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/24650/Relacion_entre_resiliencia%2C_satisfaccion_vital_y_salud_mental_tras_la_COVID-19.pdf?sequence=1).
- Morales, M., & González, A. (2014). Resiliencia-Autoestima-Bienestar psicológico y Capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 40(1), 215-228.

- Moreta, R., Gabior, I., & Barrera, L. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. *Salud & Sociedad*, 8(2), 172-184.
- Morgan, J., & Farsides, T. (2008). Psychometric Evaluation of the Meaningful Life Measure. *Journal of Happiness Studies*, 10(2), 351-366.
- Navarro, J. (2013). *Universidad y mercado de trabajo en Cataluña: un análisis de la inserción laboral de los titulados universitarios*. [Tesis Doctoral, Universitat Autònoma de Barcelona]. Repositorio de la UAB. [https://ddd.uab.cat/pub/tesis/2014/hdl\\_10803\\_134648/jnc1de1.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/tesis/2014/hdl_10803_134648/jnc1de1.pdf)
- Novales, A. (2010). *Análisis de regresión*. Universidad Complutense de Madrid.
- Novella, A. (2002). *Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes*. [Tesis de Magister, Universidad Nacional Mayor de San Marcos].
- Nunnally, J. (1987). *Teoría Psicométrica*. Editorial Trillas.
- Oliver, A., Galiana, L., & Bustos, V. (2018). Validación de la Escala de Satisfacción con la Vida y su relación con las dimensiones del Autoconcepto en universitarios peruanos. *Persona*, 21(2), 29-44. [DOI: https://doi.org/10.26439/persona2018.n021.3018](https://doi.org/10.26439/persona2018.n021.3018)
- Oramas, A., Santana, S., & Vergara, A. (2006). El bienestar psicológico: Un indicador positivo de la salud mental. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 7(2), 34-39.

- Organización Internacional del Trabajo. (2020). “Observatorio de la OIT: El COVID-19 y el mundo del trabajo”. Web de la OIT. Recuperado de: [Observatorio de la OIT: La COVID-19 y el mundo del trabajo. Quinta edición \(ilo.org\)](#)
- Organización Mundial de la Salud (2013). *Plan de acción integral sobre salud mental 2013-2020*. OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). The Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) Web de la OMS. Recuperado de: [Nuevo coronavirus 2019 \(who.int\)](#).
- Organización Mundial de la Salud. (2021). Actualización epidemiológica semanal sobre COVID-19 - 28 de diciembre de 2021. Web de la OMS. Recuperado de: [Epidemiological Update: Coronavirus Disease \(COVID-19\) \(23 December 2021\) \(paho.org\)](#)
- Pastor, J. (2020). Los efectos psicológicos de la COVID-19. *Archivos de la Sociedad Española de Oftalmología*, 95(9), 417.
- Pelayo, M. (2012). *Capital social y competencias profesionales: Factores condicionantes para la inserción laboral*. Fundación Universitaria Andaluza Inca Garcilazo.
- Pérez, A. (1997). *Versión española de la escala Brief-COPE de Carver (1997)*. Documento del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico - Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Pérez, M. (2017). *Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de Los Olivos*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la UCV. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11339/P%C3%A9rez\\_BMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11339/P%C3%A9rez_BMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Pineda, C., Castro, J., Chaparro, R. (2017). Estudio psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos. *Pensamiento Psicológico* 16(1):45-55
- Piña, K. (2017). *Bienestar psicológico y resiliencia en jóvenes universitarios*. [Tesis de Maestría, Universidad Autónoma del Estado de México]. Repositorio de la UAEM. <http://hdl.handle.net/20.500.11799/68666>.
- Pizá, M. (2020). Pandemia y virtualidad: recibirse en casa. *Question/Cuestión*, 1(4), 1-7. <https://doi.org/10.24215/16696581e384>
- Pontificia Universidad Católica del Perú. (2018). *Observatorio laboral: Estudio del mercado laboral de la especialidad de psicología*. PUCP. Recuperado de: [Estudio sobre el Mercado Laboral de Psicología \(pucp.education\)](http://www.pucp.edu.pe/observatorio-laboral-estudio-del-mercado-laboral-de-la-especialidad-de-psicologia)
- Pugliese, E. (2000). ¿Qué es el desempleo? *Política y sociedad*, 34(2000), 59-67.
- Ramos, C. (2020). La alternativa metodológica del factor Bayes en la investigación clínica de nutrición. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 24(4), 401-403.
- Ramos, C. (2021). Un ejemplo de hallazgo de falso positivo mediante el factor Bayes para la investigación clínica. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(3), 1-3.
- Resnick, B. (2011). The relationship between resilience and motivation. In B. Resnick, L. P. Gwyther & K. A. Roberto (Eds.), *Resilience in Aging* (pp. 199-215). Springer.
- Reyes, C., & Sánchez, H. (2012). *Glosario de rasgos e indicadores psicológicos*. Universidad Ricardo Palma.

- Ribot, V., Chang, N., & González, A. (2020). Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(1), 1-11.
- Riff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081
- Rocha, K., Pérez, K., Sanz, M., Borrell, C., & Llandrich, J. (2011). Propiedades psicométricas y valores normativos del General Health Questionnaire (GHQ-12) en población general española. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 11(2), 125–139
- Rodríguez, Y., & Quiñones, A. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 5(1), 7-17.
- Romero, A., García, A., & Brustad, R. (2009). Estado del arte, y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en psicología del deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(2), 335-347.
- Ruiz, C., & Gómez, J. (2021). Efectos de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de la población trabajadora. *Archivos de Prevención de Riesgos Laborales*, 24(1), 6-11.
- Rutter, M. (1992). *Developing Minds: Challenge and Continuity across the Life Span*. Penguin Books
- Rutter, M. (1993) Resilience: some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*, 14(8), 626-631.

- Rutter, M. (1993). Resiliencia: algunas consideraciones conceptuales. *Revista de salud adolescente*.
- Ryan, R., Huta, V., & Deci, E. (2008). Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of happiness studies*, 9(1), 139-170.
- Ryan, R., Sheldon, K., Kasser, T. y Deci, E. (1996). "All goals are not created equal". En P.M. Gollwitzer y J. A. Bargh (Eds.), *The psychology of action: Linking cognition and motivation to behavior* (pp. 7-26). Guilford
- Ryff, C. (1989). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: new directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35-55.  
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/016502548901200102>
- Ryff, C. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*. 4(4). 99-104.  
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C., & Singer, B. (2008). Conócete a ti mismo y conviértete en lo que eres: un enfoque eudaimónico del bienestar psicológico. *Revista de estudios de la felicidad*, 9(1), 13-39.
- Ryff, C., Keyes, C., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. [DOI: 10.1037//0022-3514.82.6.1007](https://doi.org/10.1037//0022-3514.82.6.1007).
- Saenz, P. (2020). *Factores prevalentes que influyen en la inserción laboral de los egresados del pregrado de universidades públicas y privadas del Perú 2018*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Norbert Wiener]. Repositorio de la U. Wiener.  
[FACTORES PREVALENTES QUE INFLUYEN EN LA INSERCIÓN](#)



LABORAL DE LOS EGRESADOS DEL PREGRADO DE UNIVERSIDADES  
PÚBLICAS Y PRIVADAS DEL PERÚ 2018 (uwiener.edu.pe)

- Salgado, A. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Liberabit*, 11(11), 41-48.
- San Román, L. (2020). *Beneficios del bienestar psicológico en la productividad de los trabajadores a nivel Perú*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica San Pablo]. Repositorio de la UCSP. <http://repositorio.ucsp.edu.pe/handle/20.500.12590/16336>
- Sandin, B., & Chorot, P. (2003). Cuestionario del Afrontamiento del estrés (CAE): Desarrollo y situación preliminar. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(2), 39-54. DOI: [10.5944/rppc.vol.12.num.3.2007.4044](https://doi.org/10.5944/rppc.vol.12.num.3.2007.4044)
- Sanjuan, P., Pérez, A., & Bermúdez, J. (2000). Escala de autoeficacia general: Datos psicométricos de la adaptación para población. *Psicotema*, 12(3), 509–513
- Scholten, H., Quezada, V. E., Salas, G., Barria, N. A., Molina, R., García, J. E., ... & Somarriva, F. (2020). Abordaje psicológico del COVID-19: una revisión narrativa de la experiencia latinoamericana. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 54(1), 128-187.
- Seligman, M. (2004). Positive Psychology, positive prevention and positive therapy. En C.R. Snyder & S.J. López (Eds.). *Handbook of positive psychology* (pp.3-9). Oxford University Press.
- Seligman, M. (2005). *La auténtica felicidad* (M. Diago & A. Debrito, Trads.). Imprelibros.

- Seligman, M. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology, 13*(4), 333-335.
- Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M., & Benedek, D. M. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. *Psychiatry and clinical neurosciences, 74*(4), 281.
- Silver, R. (1982). Coping with an undesirable life event: A study of early reactions to physical disability. [Doctoral dissertation, Northwester University]. ProQuest. [COPING WITH AN UNDESIRABLE LIFE EVENT: A STUDY OF EARLY REACTIONS TO PHYSICAL DISABILITY - ProQuest](#)
- Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado, 23*(3), 43-72.
- Soler, M., Meseguer, M., & García, M. (2016). Propiedades psicométricas de la versión española de la escala de resiliencia de 10 ítems de Connor-Davidson (CD-RISC10) en una muestra multi ocupacional. *Revista Latinoamericana de Psicología, 48*(1), 159–166.
- Soto, J. (2021). *Enfoque económico del desempleo y su relación con la oferta laboral, una aproximación a la teoría clásica del empleo en el Perú año 2000-2018*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la UPN. [Enfoque económico del desempleo y su relación con la oferta laboral, una aproximación a la teoría clásica del empleo en el Perú año 2000-2018 \(upn.edu.pe\)](#)
- Suárez, N. (2002). *Manual de Promoción de la resiliencia en niños para fortalecer el espíritu humano*. Paidós

- Superintendencia Nacional de Educación Universitaria. (2017). *Guía de instrucción: registro y envío de información de formatos de egresados de pregrado 2015, para el informe bienal sobre la realidad universitaria del país*. Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria.
- Superintendencia Nacional de Educación Universitaria. (2020). *Informe Bienal sobre la realidad universitaria peruana*. Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria.
- Thauma, J. (2022). *Repercusiones de la pandemia del COVID-19 en la práctica profesional de psicología, Chachapoyas 2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas]. Repositorio de la UNTRMA. <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/2729>
- Torres, D. (2019). *La inserción laboral de los recién egresados universitarios en el Perú*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Pontificia Católica del Perú]. Repositorio de la PUCP. [La inserción laboral de los recién egresados universitarios en el Perú \(pucp.edu.pe\)](http://pucp.edu.pe)
- Torres, M., & Ruiz, A. (2013). Habilidades de resiliencia en estudiantes de educación media superior del Estado de México. En J. C. Gaxio-la y J. Palomar (Coords.): *Estudios de resiliencia en América Latina* (pp. 53-69). Pearson.
- Trujillo, E., & Bravo, E. (2013). *Clima Social Familiar y Resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Particular de Lima Norte, 2013*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión].
- Unzueta, R. (2021). La pandemia de la COVID-19 y su impacto económico, social y salud. *Revista Científica Ágora*, 8(1), 1-12.

- Urzúa, A., Vera-Villaruel, P., Caqueo-Úrizar, A., & Polanco-Carrasco, R. (2020). La Psicología en la prevención y manejo del COVID-19. *Aportes desde la evidencia inicial. Terapia psicológica*, 38(1), 103-118.
- Valera, M., Sánchez, M., Izquierdo, M., & de Pedro, M. (2019). Los recursos psicológicos personales, resiliencia y autoeficacia, y su relación con el malestar psicológico en situaciones de desempleo. *International Journal of Social Psychology, Revista de Psicología Social*, 34(2), 341-353.
- Vanistendael, S. (1994). La resiliencia: un concepto largo tiempo ignorado. *La Infancia en el mundo*, 5(3), 5-30.
- Vielma, J., & Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Educere*, 14(49), 265-275.  
<https://www.redalyc.org/pdf/356/35617102003.pdf>
- Villalobos, A. (2009). *Desarrollo de una medida de resiliencia para establecer el perfil psicosocial de los adolescentes resilientes que permita poner a prueba el modelo explicativo de resiliencia basado en variables psicosociales*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Costa Rica]. Repositorio de la UCR. [tesis11.pdf \(binasss.sa.cr\)](https://tesis11.pdf(binasss.sa.cr))
- Wagnild, G. (2011). *The Resilience Scale User's Guide*. P. E. Guinn Ed.
- Wagnild, G., & Young, H. (1993) Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*. 1(2). 165 – 177.
- Watson, D., Clark, L., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 106-129.

- Wolin, J., & Wolin, S. (1993). *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity*. Villard Books.
- Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L., Gill, H., Phan, L., Chen-Li, D., Iacobucci, M., Ho, R., Majeed, A., & McIntyre, R. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *Journal of affective disorders*, 9(277), 55–64. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.001>
- Yazici, B., & Yolacan, S. (2007). A comparison of various tests of normality. *Journal of Statistical Computation and Simulation* 77(2), 175-183.
- Zaccagnini, J. (2010). Amistad y bienestar psicológico: el papel de los “amigos”. *Encuentros en psicología social*, 5(1), 63-72.
- Zegarra, G. (2018). *Bienestar psicológico en trabajadores de una consultora de recursos humanos del distrito de San Isidro*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilazo de la Vega]. Repositorio de la UIGV. [Bienestar psicológico en trabajadores de una consultora de recursos humanos del distrito de San Isidro \(uigv.edu.pe\)](https://repositorio.uigv.edu.pe/handle/document/1111)

# ANEXOS

## Anexo A

## Análisis de la Validez de Contenido de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-

A)

**Tabla 15***Validez de Contenido por Jueces (BIEPS-A)*

Ítem	Componente	Jueces					Total	V
		J1	J2	J3	J4	J5		
1	Proyectos	1	1	1	1	1	5	1.00
2	Aceptación/Control de situaciones	1	1	1	1	1	5	1.00
3	Proyectos	1	1	1	1	1	5	1.00
4	Autonomía	1	1	1	1	1	5	1.00
5	Vínculos sociales	1	1	1	1	1	5	1.00
6	Proyectos	1	1	1	1	1	5	1.00
7	Vínculos sociales	1	1	1	1	1	5	1.00
8	Vínculos sociales	1	1	1	1	1	5	1.00
9	Autonomía	1	1	1	1	1	5	1.00
10	Proyectos	1	1	1	1	1	5	1.00
11	Aceptación/Control de situaciones	1	1	1	1	1	5	1.00
12	Autonomía	1	1	1	1	1	5	1.00
13	Aceptación/Control de situaciones	1	1	1	1	1	5	1.00

## Anexo B

## Análisis de la Validez de Constructo de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-

A)

**Tabla 16***Prueba de KMO y Barlett (BIEPS-A)*

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,777
Aprox. Chi-cuadrado		514,023
Prueba de esfericidad de Bartlett	gl	78
	Sig.	,000



**Tabla 17**

*Varianza total explicada por los componentes principales de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)*

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de cargas al cuadrado de la extracción	
	Total	% de varianza	% acumulado	Total	% de varianza
1	5,098	39,212	39,212	5,098	39,212
2	1,633	12,562	51,774	1,633	12,562
3	1,275	9,806	61,580	1,275	9,806
4	1,098	8,444	70,024	1,098	8,444
5	,777	5,976	76,000		
6	,684	5,263	81,262		
7	,555	4,268	85,531		
8	,506	3,893	89,423		
9	,388	2,982	92,406		
10	,340	2,618	95,024		
11	,258	1,986	97,010		
12	,227	1,748	98,758		
13	,161	1,242	100,000		

## Anexo C

## Análisis de los ítems y confiabilidad de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-

A)

**Tabla 18**

*Análisis de confiabilidad Alfa de Cronbach de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)*

Alfa de Cronbach		
Alfa de Cronbach	basada en elementos estandarizados	N de elementos
,705	,707	13

**Tabla 19**

*Análisis de confiabilidad Alfa de Cronbach de los componentes de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)*

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Aceptación y control de situaciones	,522	3
Autonomía	,647	3
Vínculos sociales	,569	3
Proyectos	,504	4

**Tabla 20**  
*Análisis ítem-test (BIEPS-A)*

Ítem	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
1	32,43	8,607	-,030	,526	,725
2	32,35	8,187	,256	,408	,698
3	32,57	7,540	,364	,365	,684
4	32,83	7,036	,423	,524	,674
5	32,80	6,694	,499	,676	,660
6	32,98	6,555	,382	,448	,688
7	32,54	8,298	,047	,626	,726
8	32,37	8,149	,244	,354	,698
9	32,35	8,187	,256	,658	,698
10	32,67	6,314	,594	,692	,641
11	32,39	7,755	,430	,473	,681
12	32,43	7,762	,364	,617	,686
13	32,41	7,492	,534	,656	,669

## Anexo D

## Análisis de la Validez de Contenido de la Escala de Resiliencia (ER)

**Tabla 21**  
*Validez de Contenido por Jueces (ER)*

Ítem	Componente	Jueces					Total	V
		J1	J2	J3	J4	J5		
1	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
2	Aceptación de uno mismo	1	1	1	1	1	5	1.00
3	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
4	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
5	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
6	Aceptación de uno mismo	1	1	1	1	1	5	1.00
7	Aceptación de uno mismo	1	1	1	1	1	5	1.00
8	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
9	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
10	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
11	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
12	Aceptación de uno mismo	1	1	1	1	1	5	1.00
13	Aceptación de uno mismo	1	1	1	1	1	5	1.00
14	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
15	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
16	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
17	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
18	Aceptación de uno mismo	1	1	1	1	1	5	1.00
19	Aceptación de uno mismo	1	1	1	1	1	5	1.00
20	Aceptación de uno mismo	1	1	1	1	1	5	1.00
21	Aceptación de uno mismo	1	1	1	1	1	5	1.00
22	Aceptación de uno mismo	1	1	1	1	1	5	1.00
23	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
24	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00
25	Competencia Personal	1	1	1	1	1	5	1.00

## Anexo E

## Análisis de la Validez de Constructo de la Escala de Resiliencia (ER)

**Tabla 22***Prueba de KMO y Barlett (ER)*

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,722
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	769,833
	gl	300
	Sig.	,000

**Tabla 23**

*Varianza total explicada por los componentes principales de la Escala de Resiliencia (ER)*

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de cargas al cuadrado de la extracción	
	Total	% de varianza	% acumulado	Total	% de varianza
1	6,742	26,970	26,970	6,742	26,970
2	3,676	14,702	41,672	3,676	14,702
3	2,105	8,421	50,093	2,105	8,421
4	1,805	7,220	57,312	1,805	7,220
5	1,460	5,840	63,152	1,460	5,840
6	1,421	5,683	68,835	1,421	5,683
7	1,182	4,728	73,563	1,182	4,728
8	,975	3,898	77,461		
9	,878	3,512	80,973		
10	,783	3,134	84,107		
11	,641	2,565	86,672		
12	,612	2,448	89,120		
13	,571	2,284	91,404		
14	,381	1,524	92,929		
15	,349	1,396	94,325		
16	,311	1,243	95,567		
17	,279	1,118	96,685		
18	,237	,949	97,634		
19	,171	,682	98,316		
20	,127	,507	98,823		

21	,094	,375	99,198
22	,086	,345	99,543
23	,067	,269	99,812
24	,035	,140	99,952
25	,012	,048	100,000

---

## Anexo F

## Análisis de los ítems y confiabilidad de la Escala de Resiliencia (ER)

**Tabla 24***Análisis de confiabilidad Alfa de Cronbach de la Escala de Resiliencia (ER)*

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,810	,847	25

**Tabla 25***Análisis de confiabilidad Alfa de Cronbach de los componentes de la Escala de Resiliencia (ER)*

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Competencia Personal	,771	15
Aceptación de uno mismo	,604	10



**Tabla 26**  
*Análisis ítem-test (ER)*

Ítem	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
1	137,65	100,854	,310	,657	,805
2	137,57	97,762	,588	,676	,796
3	137,46	102,920	,217	,651	,809
4	137,20	97,894	,628	,869	,795
5	137,57	97,407	,488	,768	,798
6	137,26	94,064	,625	,933	,791
7	137,72	96,874	,452	,697	,799
8	137,54	92,787	,751	,884	,786
9	137,52	97,811	,446	,723	,799
10	137,57	96,473	,526	,929	,796
11	137,24	98,586	,473	,717	,799
12	139,76	106,630	-,063	,802	,833
13	137,65	99,699	,471	,784	,800
14	137,22	102,663	,276	,737	,807
15	137,78	97,552	,423	,812	,800
16	137,07	101,618	,293	,794	,806
17	137,50	100,478	,380	,898	,803
18	137,09	99,503	,434	,928	,801
19	137,39	99,621	,463	,898	,800
20	137,98	106,422	-,029	,747	,822
21	137,52	98,388	,332	,871	,805

22	139,11	98,010	,200	,870	,818
23	137,78	97,285	,405	,929	,801
24	137,91	101,192	,180	,962	,813
25	137,35	100,187	,233	,824	,810

---

## Anexo G

## Distribución de la normalidad de las escalas BIEPS-A y ER

**Tabla 27**

*Prueba Shapiro-Wilk para determinar la distribución de la normalidad de las puntuaciones de la muestra para cada variable*

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Resiliencia	,934	90	,000
Bienestar Psicológico	,715	90	,000

## Anexo H

Baremos de la escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) y de Resiliencia (ER)

**Tabla 28***Baremo de la Escala de Bienestar Psicológico según la distribución de puntajes totales en percentiles*

	Puntaje Total	Categoría
	5	
	10	
	15	Bajo
	20	
	25	
	30	
	35	
	40	
	45	
Percentiles	50	Promedio
	55	
	60	
	65	
	70	
	75	
	80	
	85	Alto
	90	
	95	
M	35.26	
DE	2.94	

**Tabla 29**

*Baremo de la Escala de Resiliencia según la distribución de puntajes totales en percentiles.*

		Puntaje Total	Categoría
	5	120,90	
	10	132,40	
	15	135,00	Bajo
	20	136,00	
	25	137,00	
	30	138,00	
	35	138,00	
	40	139,80	
	45	142,15	
Percentiles	50	144,00	Promedio
	55	145,00	
	60	146,00	
	65	148,00	
	70	151,80	
	75	152,00	
	80	152,60	
	85	153,95	Alto
	90	154,60	
	95	160,00	
	M	143.39	
	DE	10.34	

## Anexo I

## Consentimiento Informado utilizado en el formulario virtual de obtención de datos

Sección 2 de 6

Consentimiento Informado

En mi condición de participante, con base a lo expuesto en el presente documento, acepto voluntariamente participar en la investigación "Resiliencia, Autoeficacia Profesional y Bienestar Psicológico en egresados de Psicología de una universidad pública de Lima Metropolitana" conducida por el bachiller de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos: Sr. Leonardo Omar Olivera Pari.

He sido informado(a) del objetivo de este estudio y de las características de mi participación. Reconozco que la información que provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y anónima. Además, esta no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio.

Entiendo que una copia de este documento de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados generales de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar al Investigador Responsable del proyecto al correo electrónico leonardo.olivera@unmsm.edu.pe o al 957282129.

¿Acepta Ud. participar libremente en esta investigación habiendo leído previamente el consentimiento informado? \*

Sí

No

## Anexo J

Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-A de Casullo modificada a partir de la adaptación realizada por Dominguez (2014)

**BIEPS-A**

Le pedimos que lea con atención las siguientes frases. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: **-ESTOY DE ACUERDO- NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO -ESTOY EN DESACUERDO-** No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con una cruz (aspa) en uno de los tres espacios.

A= De Acuerdo

NN=Ni de Acuerdo ni en Desacuerdo

D=En Desacuerdo

N	ENUNCIADO	A	NN	D
1	Sé lo que quiero hacer con mi vida.			
2	Si algo me sale mal puedo aceptarlo.			
3	Considero importante pensar qué haré en el futuro.			
4	Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas.			
5	Generalmente le caigo bien a la gente.			
6	Siento que podré lograr las metas que me proponga.			
7	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
8	En general me llevo bien con la gente.			
9	En general hago lo que quiero, soy poco influenciable.			
10	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
11	Puedo admitir mis equivocaciones y tratar de mejorar.			
12	Puedo tomar decisiones sin dudar mucho.			
13	Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias.			

## Anexo K

Escala de Resiliencia ER de Wagnild y Young modificada a partir de la adaptación realizada por Gómez (2019)

**ESCALA DE RESILIENCIA (ER)**

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

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

Las alternativas de respuesta son: Totalmente en Desacuerdo, En Desacuerdo, Parcialmente en Desacuerdo, Indiferente, Parcialmente de Acuerdo, De Acuerdo, Totalmente de Acuerdo.

Espera las indicaciones para comenzar la evaluación.

ENUNCIADO	Totalmente en Desacuerdo	En Desacuerdo	Parcialmente en Desacuerdo	Indiferente	Parcialmente de Acuerdo	De Acuerdo	Totalmente de Acuerdo
1. Cuando planifico algo lo realizo.							
2. Soy capaz resolver mis problemas.							
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.							
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.							
5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).							
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.							
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.							
8. Me siento bien conmigo mismo(a).							
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10. Soy decidido(a).							
11. Soy amigo(a) de mí mismo.							
12. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.							
13. Considero cada situación de manera detallada.							
14. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.							
15. Soy auto disciplinado(a).							
16. Por lo general encuentro algo de que reirme.							
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.							
18. En una emergencia soy alguien en quien los demás pueden confiar.							
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.							
20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no.							
21. Mi vida tiene sentido.							
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.							
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.							
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.							
25. Acepto que hay personas a las que no les agrado.							