

UNIVERSIDAD DE HUANUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA



TESIS

**“Felicidad y resiliencia en adolescentes de la institución educativa
Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025”**

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTOR: Rengifo Jara, Tirone

ASESOR: Acencio Malpartida, Larry Franklin

HUÁNUCO – PERÚ

2026

U

TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional ()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Psicología Educativa
AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2020)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias sociales

Sub área: Psicología

Disciplina: Psicología (incluye terapias de aprendizaje, habla, visual y otras discapacidades físicas mentales)

D

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de licenciada en psicología

Código del Programa: P05

Tipo de Financiamiento:

- Propio (X)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 74578601

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 45723125

Grado/Título: Maestro en educación, mención:

investigación y docencia superior

Código ORCID: 0000-0002-4442-9082

H

DATOS DE LOS JURADOS:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Diestro Caloretti, Karina Vanessa	Maestra en administración de la educación	25769441	0000-0002-0497-1889
2	Cornejo Cervantes, Cyndi Melissa	Maestra en administración de la educación	43665542	0000-0001-6724-1915
3	Mendoza Morales, Carmen	Maestra en gestión pública	22515653	0000-0002-5360-1649



Facultad de Ciencias de la Salud
Programa Académico Profesional de Psicología
"Psicología, la fuerza que mueve al mundo y lo cambia"

"AÑO DE LA ESPERANZA Y EL FORTALECIMIENTO DE LA DEMOCRACIA"

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las **09:30 A.M.** horas del día 13 del mes de abril del año dos mil veintiséis, en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud de la ciudad universitaria La Esperanza en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el **Jurado Calificador** integrado por los docentes:

- MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI **PRESIDENTE**
- MG. CYNDI MELISSA CORNEJO CERVANTES VDA. DE HURTADO **SECRETARIA**
- MG. JULITA DEL PÍLAR FERNANDEZ DAVILA ALFARO **VOCAL**
- MG. CARMEN MENDOZA MORALES **(JURADO ACCESITARIO)**
- **ASESOR DE TESIS MG. LARRY FRANKLIN ACENCIO MALPARTIDA**

Nombrados mediante Resolución N° 1711-2025-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada. **"FELICIDAD Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA GOMEZ ARIAS DAVILA DE TINGO MARIA – HUANUCO 2025"**; Presentado por el Bachiller en Psicología, **SR. RENGIFO JARA, TIRONE**, para optar el Título Profesional de **LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) aprobado por unanimidad con el calificativo cuantitativo de 16 y cualitativo de buena.

Siendo las, 10:36 am Horas del día 13 del mes de abril del año 2026, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI
 0000-0002-0497-1889 - DNI: 2576944
PRESIDENTE

[Handwritten signature of Cyndi Melissa Cornejo Cervantes Vda. de Hurtado]

[Handwritten signature of Carmen Mendoza Morales]

MG. CYNDI MELISSA CORNEJO CERVANTES VDA. DE HURTADO

MG. CARMEN MENDOZA MORALES

0000-0001-6724-1915 - DNI: 43665542
SECRETARIA

0000-0002-5360-1649 - DNI: 22515653
VOCAL



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: TIRONE RENGIFO JARA, de la investigación titulada "FELICIDAD Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA GOMEZ ARIAS DAVILA DE TINGO MARIA - HUANUCO 2025", con asesor(a) LARRY FRANKLIN ACENCIO MALPARTIDA, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 917-2024-D-FCS-UDH del P. A. de PSICOLOGÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 24 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 18 de noviembre de 2025



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA
D.N.I.: 71345687
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

149. Tirone Rengifo Jara.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

24%

INDICE DE SIMILITUD

24%

FUENTES DE INTERNET

12%

PUBLICACIONES

11%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

hdl.handle.net

Fuente de Internet

4%

2

repositorio.upla.edu.pe

Fuente de Internet

3%

3

repositorio.unheval.edu.pe

Fuente de Internet

3%

4

repositorio.udh.edu.pe

Fuente de Internet

2%

5

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

1%



RICHARD J. SOLIS TOLEDO

D.N.I.: 47074047

cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA

D.N.I.: 71345687

cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

DEDICATORIA

Esta investigación está dedicada con mucho cariño a mi madre, quien ha sido de mucha fortaleza en todo momento para alcanzar mis metas.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios quien me ha dado la vida y me ha permitido formarme en esta profesión tan bonita. Así mismo, agradezco infinitamente a mi madre, mis hermanos y amigos quienes estuvieron en todo momento mostrándome un apoyo incondicional. Sobre todo, a mis queridos docentes, quienes me guiaron, inspiraron y motivaron en este camino de la psicología. Mi cariño y admiración para ustedes, queridos docentes.

ÍNDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTOS.....	III
ÍNDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS.....	VI
ÍNDICE DE FIGURAS.....	VII
RESUMEN.....	VIII
ABSTRACT.....	IX
INTRODUCCIÓN.....	X
CAPÍTULO I.....	12
PROBLEMA DE INVESTIGACION.....	12
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	12
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	16
1.2.1. PROBLEMA GENERAL.....	16
1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....	16
1.3. OBJETIVOS.....	17
1.3.1. OBJETIVO GENERAL.....	17
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	17
1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	18
1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA.....	18
1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRACTICA.....	18
1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA.....	19
1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.....	20
CAPITULO II.....	21
MARCO TEÓRICO.....	21
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	21
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES.....	21
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES.....	22
2.1.3. ANTECEDENTES REGIONALES.....	23
2.2. BASES TEÓRICAS.....	27
2.2.1. FELICIDAD.....	27
2.2.2. RESILIENCIA.....	32

2.3.	DEFINICIONES CONCEPTUALES	38
2.4.	HIPÓTESIS	39
2.4.1.	HIPÓTESIS GENERAL.....	39
2.4.2.	HIPÓTESIS ESPECÍFICAS	39
2.5.	VARIABLES.....	40
2.5.1.	VARIABLES 1	40
2.5.2.	VARIABLES 2	40
2.6.	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	41
CAPITULO III.....		42
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....		42
3.1.	TIPO DE INVESTIGACIÓN	42
3.1.1.	ENFOQUE	42
3.1.2.	ALCANCE O NIVEL	42
3.1.3.	DISEÑO	43
3.2.	POBLACIÓN Y MUESTRA.....	43
3.2.1.	POBLACIÓN	43
3.2.2.	MUESTRA	44
3.3.	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	47
3.3.1.	TÉCNICA	47
3.3.2.	INSTRUMENTOS	48
3.3.3.	CONFIABILIDAD Y VALIDEZ	48
3.4.	TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN.....	50
CAPITULO IV.....		52
RESULTADOS.....		52
4.1.	ANÁLISIS DE RESULTADOS	52
4.2.	ANÁLISIS INFERENCIAL.....	56
CAPITULO V.....		61
DISCUSION.....		61
CONCLUSIONES		64
RECOMENDACIONES.....		66
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....		69
ANEXOS.....		74

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Población de estudio.....	44
Tabla 2 Muestra de estudio	45
Tabla 3 Edad de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	52
Tabla 4 Sexo de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	53
Tabla 5 Categoría De La Resiliencia de adolescentes de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	54
Tabla 6 Categoría de la felicidad de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	55
Tabla 7 Pruebas de normalidad.....	56
Tabla 8 Análisis de Correlación entre la resiliencia y la felicidad de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	56
Tabla 9 Análisis de Correlación entre la resiliencia y la confianza en sí mismo de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	57
Tabla 10 Análisis de Correlación entre la resiliencia y la ecuanimidad en si mismo de adolescentes de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	58
Tabla 11 Análisis de Correlación entre la resiliencia y la perseverancia de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	58
Tabla 12 Análisis de Correlación entre la resiliencia y la satisfacción personal de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	59
Tabla 13 Análisis de Correlación entre la resiliencia y sentirse bien solo de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	60

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Edad de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	52
Figura 2 Sexo de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	53
Figura 3 Categoría De La Resiliencia de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	54
Figura 4 Categoría de la felicidad de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.....	55

RESUMEN

El presente estudio tuvo como propósito analizar la relación existente entre los niveles de felicidad y resiliencia en los adolescentes de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila, ubicada en Tingo María, Huánuco, durante el año 2025. La investigación se enmarcó en un enfoque cuantitativo y adoptó un diseño no experimental, de tipo básico, con un nivel correlacional y de corte transversal. La población total estuvo integrada por 2,051 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra representativa de 325 adolescentes mediante un muestreo probabilístico aleatorio simple. Para la recolección de datos se emplearon dos instrumentos validados en el contexto peruano: la Escala de la Felicidad de Alarcón (2006) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993). El procesamiento de la información se realizó con el software estadístico SPSS v.26, aplicando técnicas de estadística descriptiva e inferencial.

Los resultados evidenciaron que el 65,8% de los adolescentes presenta niveles bajos de felicidad, mientras que el 87,4% manifiesta niveles entre medios y altos de resiliencia. El análisis inferencial reveló una correlación negativa moderada y significativa entre ambas variables ($Rho = -0,488$; $p = 0,000$), lo que indica que un mayor nivel de resiliencia no necesariamente se asocia con un incremento en la felicidad percibida. De igual modo, todas las dimensiones de la resiliencia —confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo— mostraron correlaciones positivas muy elevadas con el índice global de resiliencia. En síntesis, se concluye que, aunque los adolescentes poseen una adecuada capacidad de afrontamiento y adaptación frente a la adversidad, ello no se traduce directamente en un mayor bienestar subjetivo, posiblemente debido a las condiciones sociales y contextuales que limitan su experiencia de felicidad.

Palabras clave: Felicidad, resiliencia, adolescentes, bienestar emocional, educación secundaria.

ABSTRACT

The objective of this study was to determine the relationship between happiness and resilience in adolescents at the Gómez Arias Dávila Secondary School in Tingo María – Huánuco, during the year 2025. The research was basic in type, with a quantitative approach, non-experimental design, correlational level, and cross-sectional scope. The population consisted of 2051 secondary-level students, and the sample included 325 adolescents selected through simple random probabilistic sampling. Two validated instruments were used: the **Lima Happiness Scale** (Alarcón, 2006) and the **Resilience Scale** by Wagnild and Young (1993), both with high reliability. Data collection was carried out through structured questionnaires administered collectively. Statistical analysis was conducted using SPSS v26, employing normality tests (Kolmogorov-Smirnov and Shapiro-Wilk) and Spearman's rank correlation, as the variables did not follow a normal distribution.

The results showed that 87.4% of the adolescents presented medium to high levels of resilience, but a concerning 65.8% reported low levels of happiness. A moderate and statistically significant negative correlation was found between the two variables ($Rho = -0.488$; $p = 0.000$), suggesting that in this context, resilience may function more as a coping mechanism than as a source of well-being. Additionally, very high positive correlations were found between resilience and its dimensions: self-confidence, equanimity, perseverance, personal satisfaction, and feeling good alone.

Keywords: Happiness, resilience, adolescents, emotional well-being, secondary education.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación surge a partir de la preocupación por el bienestar emocional de los adolescentes, en particular por dos constructos fundamentales para su desarrollo integral: la felicidad y la resiliencia. En el **Capítulo I**, se presenta el planteamiento del problema, donde se expone la necesidad de estudiar cómo se relacionan estas dos variables en un contexto escolar ubicado en una zona urbano marginal del departamento de Huánuco. Se establecen el problema general, los objetivos específicos y las respectivas hipótesis de investigación. Asimismo, se justifica la importancia del estudio en los ámbitos teórico, práctico y metodológico, considerando que los adolescentes enfrentan situaciones adversas que ponen a prueba su capacidad de adaptación y su bienestar subjetivo. Finalmente, se especifican las limitaciones del estudio y se detalla la viabilidad del mismo, con énfasis en el acceso a la población y los recursos disponibles.

El **Capítulo II** desarrolla el marco teórico de la investigación. En esta sección se analizan antecedentes internacionales, nacionales y regionales que abordan el vínculo entre felicidad y resiliencia, permitiendo identificar coincidencias y vacíos en la literatura. También se presentan las bases conceptuales y teóricas que fundamentan las variables, destacando aportes de autores como Alarcón, Wagnild y Young, Seligman, Lyubomirsky y otros. Se definen conceptualmente las variables y sus dimensiones, se plantean las hipótesis generales y específicas, y se presenta la matriz de operacionalización.

El **Capítulo III** describe la metodología utilizada para llevar a cabo la investigación. Se detalla que el estudio fue de tipo básico, con un enfoque cuantitativo, diseño no experimental y de nivel correlacional. La población estuvo compuesta por 2,051 adolescentes, de los cuales se seleccionó una muestra probabilística aleatoria simple de 325 estudiantes de primero a quinto grado. Se utilizaron dos instrumentos estandarizados y validados: la Escala de la Felicidad de Lima (Alarcón, 2006) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), ambos adaptados a la población adolescente peruana. Se describen las técnicas de recolección, procesamiento y análisis de los datos,

haciendo uso del software estadístico SPSS v26. También se especifican los criterios de inclusión y exclusión de los participantes.

El **Capítulo IV** presenta los resultados obtenidos a partir del análisis estadístico. En esta sección se detallan los hallazgos descriptivos sobre los niveles de felicidad y resiliencia, destacando que el 65,8% de los adolescentes presentan niveles bajos de felicidad, mientras que el 87,4% muestran niveles medios a altos de resiliencia. A nivel inferencial, se reporta una correlación negativa, moderada y significativa entre ambas variables ($Rho = -0.488$; $p = 0.000$), así como correlaciones positivas muy altas entre la resiliencia general y sus dimensiones. Los datos son presentados en cuadros y figuras que permiten una interpretación clara y técnica de los hallazgos.

En el **Capítulo V**, se desarrolla la discusión de los resultados en contraste con los antecedentes revisados y el marco teórico. Se reflexiona sobre la aparente paradoja de que altos niveles de resiliencia no se correspondan necesariamente con altos niveles de felicidad, lo cual puede explicarse por condiciones sociales adversas, como la pobreza, la desestructuración familiar o la falta de apoyo emocional. La discusión permite profundizar en la complejidad del vínculo entre ambas variables, destacando la importancia de trabajar en estrategias educativas y psicológicas que integren el desarrollo de habilidades de afrontamiento junto con el fortalecimiento del bienestar subjetivo.

Finalmente, el informe culmina con las **conclusiones y recomendaciones**, las cuales resumen los hallazgos más relevantes y proponen acciones para las autoridades educativas, docentes, investigadores y la sociedad en general. Se destaca la necesidad de intervenir oportunamente en la salud emocional de los adolescentes, promoviendo programas que potencien tanto su resiliencia como su felicidad, con el fin de contribuir a su desarrollo integral y a una vida más satisfactoria.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La adolescencia es una etapa llena de desafíos emocionales. En este período, la búsqueda de la felicidad es constante, y la resiliencia se vuelve crucial para superar obstáculos. Aunque se reconoce la importancia de la felicidad y la resiliencia en los adolescentes, se necesita una comprensión más profunda de cómo se relacionan.

Por su parte, Ramírez (2021) afirma que la felicidad se define como un estado duradero de dicha que varía en intensidad de una persona a otra. Aunque todos los individuos experimentan momentos de felicidad, también enfrentan situaciones que desencadenan emociones diferentes que pueden obstaculizar los niveles de felicidad deseados.

A continuación, se presentan estadísticas de la felicidad de algunos países:

A nivel internacional, Jiménez (2024) dio a conocer el informe de felicidad, donde Bolivia ocupa el puesto 73, Ecuador el 74, Colombia y Venezuela, que se ubican en los puestos 78 y 79 respectivamente.

Institut de Publique Sondage d'Opinion Secteur (2023) dio a conocer una encuesta llevada a cabo por Ipsos en 32 países, el 72% de los peruanos encuestados se identificó como personas felices. Esta encuesta fue realizada a un total de 22,508 individuos entre el 22 de diciembre de 2022 y el 6 de enero de 2023.

Como podemos evidenciar en las estadísticas, este dato positivo contrasta con la realidad de otros individuos que no se consideran felices, lo que sugiere la existencia de una brecha significativa en la percepción de la felicidad dentro de los países presentados.

Por otro lado, La American Psychological Association (APA, s.f) define a

la resiliencia como la capacidad de enfrentar y superar exitosamente experiencias difíciles o desafiantes en la vida, destacando la importancia de la flexibilidad mental, emocional y conductual, así como la capacidad de ajustarse a las demandas tanto externas como internas.

Ante ello cabe mencionar que son diversos los factores que influyen en la capacidad de adaptación de las personas frente a la adversidad, incluyendo su percepción y relación con el entorno, la disponibilidad y calidad de los recursos sociales, así como las estrategias empleadas para enfrentar los desafíos.

En ese sentido, Suaña (2023) refiere que, al abordar la felicidad en adolescentes, hemos notado una serie de desafíos que enfrentan. Estos incluyen problemas de comportamiento, abuso de sustancias, dificultades emocionales, especialmente baja autoestima, relaciones interpersonales riesgosas y comportamientos arriesgados. En situaciones más graves, algunos adolescentes han intentado suicidarse, mayormente debido a problemas familiares como divorcio, abandono o negligencia por parte de los padres. Observamos que muchos adolescentes carecen de la capacidad de recuperación (resiliencia) para hacer frente a estos problemas, lo que les impide alcanzar un estado de satisfacción plena, es decir, la felicidad.

Ante lo ya mencionado, podemos evidenciar estadísticas de problemas en los adolescentes que ponen a prueba su capacidad de resiliencia:

En Chile, La defensoría de la niñez (2021) refiere que la mayoría de los menores, ya sean niños, niñas o adolescentes, residen en hogares que son biparentales (47,6%) o monoparentales nucleares (24,9%). Esta distribución refleja una realidad común en la que los niños y adolescentes viven con ambos padres o con un único progenitor en una unidad familiar nuclear.

Asimismo, el Fondo de las Naciones Unidas de la Infancia (UNICEF, 2022) señala que en el Perú existe una urgente necesidad de comprender de manera más profunda las vivencias de los adolescentes. Se resalta que los modelos explicativos actuales no tienen en cuenta de manera suficiente las variables esenciales del contexto peruano, como la exclusión, la pobreza y la

diversidad cultural.

En este contexto, se reconoce la importancia de la felicidad y la resiliencia en el desarrollo integral de los adolescentes. Sin embargo, la falta de felicidad y la carencia de resiliencia representan desafíos significativos que afectan negativamente su bienestar emocional y su capacidad para enfrentar adversidades.

Al respecto, Cyrulnik y Anaut (2016) refieren que cuando el entorno es inerte y no proporciona seguridad ni estímulos, el niño se adapta incrementando sus comportamientos autocentrados debido a la falta de interacción con otros. Esta situación es una respuesta a un ambiente patológico. Afortunadamente, la mayoría de las familias de acogida están llenas de vitalidad y motivación, lo que les permite brindar calidez a un niño que ha sufrido una carencia afectiva temprana. Los aislamientos en etapas tempranas son los más dañinos para el cerebro, la afectividad, las interacciones sociales y el desarrollo del lenguaje. Cuanto antes se tome la decisión de acoger al niño, más fácil será corregir los daños mediante la resiliencia.

Por otro lado, Froh y Bono (2016) refiere que las emociones nos proporcionan información valiosa sobre nuestro entorno. La ansiedad puede indicar una amenaza inminente, mientras que el enfado puede señalar que alguien nos ha frustrado o herido. Sin embargo, cuando estamos contentos, rara vez nos preguntamos la razón, simplemente disfrutamos de la sensación porque indica que todo está bien. Por esta razón, seguimos en la misma línea para seguir disfrutando. Automáticamente, tendemos a ser menos analíticos cuando estamos de buen humor y no nos cuestionamos el porqué. En cambio, cuando nuestras emociones son negativas, tendemos a examinar más las causas. Nuestra naturaleza nos impulsa a investigar las causas de los eventos negativos para poder evitarlos o prevenirlos en el futuro. Esta inclinación nos ayuda a sobrevivir, pero no necesariamente a progresar.

Ante lo expuesto, se puede inferir que la falta de felicidad en los adolescentes se manifiesta en tristeza, ansiedad, insatisfacción y falta de

motivación, afectando su rendimiento académico y relaciones interpersonales. Estadísticas de diversas regiones, incluyendo Huánuco, revelan niveles bajos de felicidad debido a situaciones familiares difíciles, pobreza y exclusión social. Asimismo, la carencia de resiliencia implica una incapacidad para recuperarse y adaptarse a las dificultades, aumentando la vulnerabilidad a problemas emocionales y conductuales, como baja autoestima, abuso de sustancias y conductas de riesgo. La falta de un entorno seguro y apoyo emocional adecuado agrava esta situación, impidiendo el desarrollo de habilidades para manejar el estrés y las adversidades.

En cuanto a la elección de la institución, se eligió la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco debido a las observaciones realizadas en el contexto local, donde se evidencia un diagnóstico situacional de niveles preocupantes de malestar emocional y dificultades para afrontar adversidades entre los adolescentes, dificultades de aprendizaje, baja autoestima y problemas de conducta. Esta institución se encuentra en una zona urbano marginal, lo que agrava los problemas relacionados con la felicidad y la resiliencia debido a factores socioeconómicos y de vulnerabilidad psicosocial.

Así mismo, el pronóstico es desfavorable si no se atiende este problema. A corto plazo los adolescentes podrían enfrentar mayores dificultades en su desarrollo personal y académico, como deserción escolar, bajo rendimiento académico. A mediano plazo pueden experimentar trastornos afectivos. A largo plazo puede haber otros problemas mayores como conflictos a nivel familiar, personal, perpetuándose ciclos de insatisfacción y falta de adaptación a las adversidades. La intervención oportuna es crucial para mejorar su bienestar integral y fomentar un entorno educativo más saludable y resiliente.

Por todo ello, resulta esencial realizar un estudio sobre la felicidad y resiliencia en los adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila, para llenar el vacío de información existente y proporcionar una base sólida para el desarrollo de estrategias educativas y psicológicas, ya que la adolescencia es una etapa crítica en el desarrollo humano, caracterizada por una serie de cambios físicos, emocionales y sociales. Durante esta fase, los adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila desarrollan su identidad, establecen relaciones

significativas y toman decisiones que pueden influir en su futuro. En este contexto, la felicidad y la resiliencia se convierten en componentes esenciales para asegurar un desarrollo equilibrado y saludable.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es la relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025?

1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

¿Cuál es el nivel predominante de la felicidad en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025?

¿Cuál es el nivel predominante de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025?

¿Qué relación hay entre felicidad y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025?

¿Cuál es la relación entre felicidad y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025?

¿Qué relación hay entre felicidad y la dimensión perseverancia de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025?

¿Cuál es relación entre felicidad y la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en adolescentes de I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025?

¿Cuál es la relación entre felicidad y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en adolescentes de I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025?

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar la relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Identificar el nivel predominante de la felicidad en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Identificar el nivel predominante de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Establecer la relación entre felicidad y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Determinar la relación entre felicidad y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Determinar la relación entre felicidad y la dimensión perseverancia de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Determinar la relación entre felicidad y la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Determinar la relación entre felicidad y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

La presente investigación encuentra su sustento teórico en la revisión de los principales enfoques conceptuales que abordan las variables felicidad y resiliencia, las cuales se relacionan estrechamente con el bienestar psicológico y la adaptación positiva ante las adversidades. Desde la psicología positiva, la felicidad se entiende como un estado de equilibrio emocional que integra satisfacción vital y sentido existencial, mientras que la resiliencia representa la capacidad de afrontar, superar y aprender de situaciones difíciles.

El análisis teórico permitió establecer la conexión entre ambos constructos y su relevancia en el desarrollo socioemocional de los adolescentes. Asimismo, se efectuó una revisión sistemática de investigaciones previas nacionales e internacionales que sirvieron como referentes para contrastar los resultados obtenidos en este estudio. En conjunto, estos aportes teóricos y empíricos fortalecen el marco conceptual y contribuyen al acervo científico sobre el bienestar adolescente, ofreciendo fundamentos sólidos para futuras investigaciones en este campo.

1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRACTICA

El estudio de la relación entre la felicidad y la resiliencia en los adolescentes de la Institución Educativa Gómez Arias Dávila de Tingo María tiene una importancia práctica evidente, ya que responde a una necesidad social concreta. Esta población se desarrolla en contextos donde la pobreza, la desintegración familiar, la violencia y las limitadas oportunidades educativas afectan el bienestar emocional de los jóvenes. Analizar cómo estos factores influyen en su capacidad de adaptación y en su percepción de felicidad permite generar información útil para la intervención educativa, psicológica y social.

De esta manera, los resultados de la investigación pueden orientar

la implementación de programas de tutoría emocional, acompañamiento psicológico y fortalecimiento de habilidades socioemocionales. Además, aportan evidencia empírica que puede servir de base para la formulación de políticas públicas y estrategias educativas dirigidas a fomentar el desarrollo integral y la salud mental positiva de los adolescentes en situación de vulnerabilidad.

1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA

Desde el punto de vista metodológico, la investigación se justifica porque empleó instrumentos psicométricos estandarizados y validados —la Escala de la Felicidad de Lima (Alarcón, 2006) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993)—, los cuales garantizan la validez y confiabilidad de las mediciones realizadas. El uso de estos cuestionarios permitió obtener información cuantificable, objetiva y precisa sobre las variables en estudio, facilitando el análisis estadístico de las relaciones entre ellas.

Además, la metodología adoptada, de enfoque cuantitativo y diseño correlacional, posibilitó analizar los datos de manera rigurosa, estableciendo patrones y asociaciones significativas que fortalecen el sustento empírico del estudio. En ese sentido, la estructura metodológica aplicada contribuye tanto al avance del conocimiento científico como a la generación de evidencia práctica sobre los factores que influyen en el bienestar adolescente.

1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Entre las principales limitaciones se identificó la escasez de antecedentes previos que aborden conjuntamente las variables de felicidad y resiliencia en población adolescente de la región Huánuco, lo que obligó a considerar estudios realizados con muestras universitarias o con enfoques predominantemente descriptivos. Asimismo, la aplicación de los instrumentos se restringió a una institución educativa específica, lo que limita la generalización de los resultados a otras realidades socioculturales. Pese a ello, los hallazgos obtenidos ofrecen un punto de partida valioso para

investigaciones posteriores en contextos similares.

1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

El desarrollo del estudio fue plenamente viable, ya que se contaba con acceso directo a la comunidad educativa y con el consentimiento institucional para la aplicación de los instrumentos. Además, se dispuso de los recursos humanos, materiales y económicos necesarios para su ejecución. El proceso se llevó a cabo siguiendo los principios éticos de la investigación psicológica, garantizando la confidencialidad, el anonimato y el consentimiento informado tanto de los participantes como de sus padres o tutores legales. Este cumplimiento ético, junto con la disponibilidad logística y técnica, aseguró la factibilidad y la adecuada culminación del estudio.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Martínez (2022) realizó una investigación titulada Resiliencia en adolescentes de una escuela preparatoria del Estado de México, con el propósito de comparar los niveles de resiliencia según edad, sexo, grado académico y rendimiento escolar. La investigación, de corte descriptivo y diseño no experimental, permitió reconocer que la mayoría de los adolescentes (92.14%) evidencian una alta capacidad de resiliencia, mientras que porcentajes menores mostraron niveles moderados (7.64%) y bajos (0.22%). Estos resultados sugieren que, a pesar de las tensiones propias de la etapa adolescente, los jóvenes desarrollan estrategias adaptativas que les permiten afrontar con éxito los retos educativos y personales. La ausencia de diferencias estadísticamente significativas por edad refuerza la idea de que la resiliencia no depende únicamente de factores cronológicos, sino del entorno familiar, las experiencias de vida y los recursos personales adquiridos en el proceso de socialización.

Ferreira y Salvitti (2021), en su estudio Descrição dos Níveis de Autoestima, Autoimagem, Resiliência e Felicidade de Estudantes Adolescentes, exploraron las interrelaciones entre variables psicosociales en una muestra de 200 adolescentes de escuelas públicas y privadas en Paraíba, Brasil. Mediante un diseño descriptivo transversal, identificaron que no existían correlaciones directas entre autoestima, resiliencia y felicidad. Sin embargo, sí hallaron diferencias por género, donde las adolescentes mostraron mayor percepción de felicidad. Este resultado invita a reflexionar sobre la influencia del entorno cultural y social en la construcción del bienestar emocional, y sobre cómo los modelos de crianza y expectativas de género podrían

favorecer el desarrollo de ciertas habilidades de afrontamiento más presentes en las mujeres que en los hombres.

Por su parte, Vargas et al. (2020) desarrollaron el estudio Resiliencia en adolescentes y adultos en internamiento por diversos delitos, cuyo objetivo fue examinar los niveles de resiliencia en ambas poblaciones. Mediante un diseño descriptivo con enfoque mixto, los autores evidenciaron que tanto adolescentes (60%) como adultos (62%) presentaban resiliencia moderada. Los eventos más difíciles de afrontar fueron el internamiento y la pérdida de familiares cercanos; sin embargo, el apoyo de la familia fue identificado como el principal factor protector. Este hallazgo confirma que la resiliencia no es una cualidad innata, sino un proceso dinámico que puede ser fortalecido incluso en contextos de vulnerabilidad extrema, siempre que existan redes de apoyo afectivo que permitan resignificar las experiencias adversas.

2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES

Suaña (2023) llevó a cabo la investigación Resiliencia y felicidad en adolescentes de un colegio particular cristiano de Arequipa, con el objetivo de establecer la relación entre ambas variables. El estudio, de diseño no experimental, transversal y enfoque cuantitativo, reportó una correlación positiva y moderada ($r = 0.667$; $p < 0.001$) entre resiliencia y felicidad. Este resultado implica que los adolescentes con mayor fortaleza emocional tienden a experimentar niveles más elevados de satisfacción vital. El autor interpreta que la práctica de valores espirituales y el acompañamiento socioemocional en entornos educativos de carácter cristiano podrían actuar como factores protectores que fortalecen la resiliencia y contribuyen al bienestar psicológico de los estudiantes.

Claros (2022), en su estudio Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes del distrito de El Tambo – Huancayo, propuso examinar cómo la capacidad de sobreponerse a las dificultades influye en la planificación personal. Su investigación, de tipo básica, correlacional y

diseño transversal, evidenció que el 71.3% de los estudiantes presentaba alta resiliencia, mientras que el 57.5% mostró un proyecto de vida consolidado. La correlación significativa ($\rho = 0.688$; $p = 0.000$) indica que la resiliencia favorece la proyección hacia metas personales y académicas, permitiendo a los jóvenes afrontar con optimismo los desafíos del entorno social. Esto sugiere que los programas educativos deben incorporar estrategias de fortalecimiento emocional que ayuden a los estudiantes a planificar su futuro con mayor sentido de propósito.

Zavaleta (2021) exploró la relación entre resiliencia y felicidad en beneficiarios del programa Beca 18 de una universidad privada de Lima. La investigación, de naturaleza empírica y cuantitativa, con una muestra de 239 jóvenes entre 18 y 25 años, reveló una asociación positiva y significativa entre ambas variables, sin diferencias por sexo o edad. El hallazgo sugiere que la resiliencia actúa como un mediador del bienestar subjetivo en contextos de exigencia académica. Los estudiantes becarios, al haber atravesado procesos de adversidad socioeconómica, parecen desarrollar mayor capacidad de adaptación, lo cual fortalece su percepción de felicidad y sentido de logro personal.

Huincho (2020), en su estudio Nivel de felicidad y resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña, buscó determinar el vínculo entre estas dos variables en una muestra de 52 estudiantes. Los resultados mostraron una correlación positiva y significativa ($r = 0.391$; $p = 0.004$), confirmando que la felicidad y la resiliencia se refuerzan mutuamente. Aunque el grado de relación fue bajo, el autor sugiere que las emociones positivas funcionan como un motor interno que potencia la capacidad de adaptación ante las dificultades académicas y personales, favoreciendo así un desarrollo integral más equilibrado.

2.1.3. ANTECEDENTES REGIONALES

Campos et al. (2023) desarrollaron un estudio titulado Resiliencia en alumnos de Instituciones Educativas Públicas del Distrito de Amarilís y Huánuco, 2022, con el propósito de establecer las diferencias

existentes en los niveles de resiliencia entre los estudiantes de la I.E.P. “Juana Moreno” y del Colegio Nacional de Aplicación UNHEVAL. El enfoque adoptado fue cuantitativo, de tipo básico, con un diseño no experimental, transversal y de carácter descriptivo-comparativo. La investigación abarcó una población total de 976 estudiantes, de los cuales 588 pertenecían a la institución “Juana Moreno” y 388 al Colegio de Aplicación de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Los resultados indicaron que no existían diferencias estadísticamente significativas entre los niveles de resiliencia de ambas instituciones educativas, lo que sugiere que los estudiantes de ambos contextos desarrollan capacidades similares para enfrentar las dificultades personales y académicas. Esta ausencia de diferencias podría estar asociada a factores contextuales comunes, como las condiciones socioculturales de la región, los recursos emocionales compartidos por los jóvenes huanuqueños, y la presencia de redes de apoyo familiar o comunitario. Desde una perspectiva interpretativa, se puede inferir que los estudiantes de Amarilis y Huánuco enfrentan retos estructurales semejantes —como limitaciones económicas, carencias educativas o inestabilidad familiar—, lo que promueve el desarrollo de estrategias adaptativas similares. Por tanto, la resiliencia, más que una cualidad individual, se manifiesta como un proceso socialmente mediado que se fortalece en comunidades con experiencias compartidas de adversidades, los hallazgos resaltan la importancia de incluir programas escolares orientados al fortalecimiento emocional y al acompañamiento socioeducativo, ya que la resiliencia no surge de manera espontánea, sino que se construye a partir del contacto con entornos educativos que promueven la seguridad emocional y la autoconfianza.

Díaz et al. (2023) realizaron una investigación titulada Nivel de felicidad en alumnos de primero y quinto año de estudios de una universidad pública de Huánuco, 2022, cuyo objetivo principal fue identificar si existían diferencias estadísticamente significativas en los niveles de felicidad entre los estudiantes que recién iniciaban su formación profesional y aquellos que estaban próximos a culminarla. La

investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, descriptivo y de tipo comparativo transversal. La muestra estuvo compuesta por 586 estudiantes (274 de primer año y 312 de quinto año), pertenecientes a 14 programas académicos distintos de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Los resultados revelaron que el 50.9% de los participantes presentaba niveles bajos de felicidad, mientras que el 49.1% mostraba niveles altos. Este equilibrio entre ambos extremos refleja que, en el contexto universitario público de Huánuco, los factores personales y académicos influyen de manera diversa sobre el bienestar subjetivo. El análisis inferencial, basado en la prueba de hipótesis, arrojó un valor $p = 0.258$ ($p > 0.05$), confirmando que no existían diferencias significativas en el nivel global de felicidad entre los grupos comparados. Sin embargo, al examinar las dimensiones específicas del constructo, se detectaron diferencias significativas en la dimensión “alegría de vivir”, lo que sugiere que los estudiantes de los primeros ciclos experimentan un entusiasmo inicial frente a la experiencia universitaria, el cual tiende a moderarse a medida que avanzan los años de formación. Estos hallazgos invitan a reflexionar sobre la influencia de factores académicos, como la carga de estudio, las exigencias de desempeño o las condiciones institucionales, que pueden incidir en el bienestar emocional de los jóvenes universitarios. De igual modo, el estudio pone en evidencia que la felicidad no se mantiene estática durante el proceso educativo, sino que fluctúa según las experiencias personales, las metas alcanzadas y la percepción de apoyo social. En consecuencia, se recomienda que las universidades promuevan espacios de acompañamiento psicológico y tutorías socioemocionales que ayuden a preservar la motivación, el sentido de pertenencia y la satisfacción personal de los estudiantes a lo largo de toda su trayectoria académica.

Ostos (2023), por su parte, desarrolló la investigación Inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes de la Institución José Varallanos de Lauricocha, Huánuco – 2021, con el propósito de analizar la relación

entre ambas variables en un grupo de estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria. La investigación se basó en un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo-relacional y correlacional. La muestra incluyó 174 adolescentes, y la recolección de datos se realizó mediante cuestionarios previamente validados que midieron la inteligencia emocional y la resiliencia. Para el análisis estadístico se utilizó la prueba de correlación de Spearman. Los resultados evidenciaron que el 44.8% de los participantes presentaba un nivel medio de inteligencia emocional, mientras que el 27.6% se distribuía en niveles altos y bajos, respectivamente. En cuanto a la resiliencia, el 43.9% de los adolescentes mostró un nivel regular y el 37.9% un nivel bueno. La correlación obtenida ($Rho = 0.772$; $p = 0.000$) confirmó la existencia de una relación positiva y estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y la resiliencia, lo que implica que, a mayor manejo de emociones, mayor capacidad de adaptación y afrontamiento ante situaciones difíciles.

Desde una lectura interpretativa, el estudio de Ostos aporta evidencia empírica que reafirma el papel de las competencias emocionales como base del equilibrio psicológico en la adolescencia. Los resultados permiten inferir que los jóvenes que reconocen, expresan y regulan adecuadamente sus emociones desarrollan una mayor fortaleza interna para superar conflictos interpersonales, presiones académicas o cambios familiares. Asimismo, la investigación sugiere que el contexto rural de Lauricocha, caracterizado por un tejido social fuerte y relaciones comunitarias estrechas, podría influir positivamente en la formación de actitudes resilientes. Esto refuerza la idea de que la educación emocional, además de ser un componente formativo, debe integrarse en la práctica pedagógica como una herramienta para la prevención de conductas de riesgo y el fortalecimiento del bienestar psicológico integral

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. FELICIDAD

De acuerdo con Alarcón (2006), la felicidad puede entenderse como un estado emocional complejo en el cual la persona experimenta una sensación profunda de satisfacción y bienestar consigo misma, producto de haber alcanzado o aproximado sus metas personales. Este estado es esencialmente subjetivo, pues depende de cómo cada individuo interpreta sus logros y el sentido que atribuye a sus experiencias vitales.

En un análisis posterior, Alarcón y Caycho (2015) amplían esta concepción señalando que la felicidad no debe entenderse como un estado estático o momentáneo, sino como un proceso dinámico y cambiante influido por múltiples dimensiones de la vida humana. Dichas dimensiones incluyen factores biológicos como la salud física o el equilibrio neuroquímico, psicológicos como la autoestima, los valores y las creencias personales, y socioculturales como el entorno familiar, el nivel socioeconómico y la integración social. En consecuencia, la felicidad se experimenta de forma distinta en cada individuo, pues las personas responden de manera diferente ante las mismas circunstancias. Esto explica por qué algunos logran conservar una actitud positiva a pesar de enfrentar dificultades, mientras que otros, en condiciones similares, perciben insatisfacción o vacío emocional. En la misma línea, Csikszentmihalyi (1996) sostiene que la felicidad no se recibe pasivamente, sino que se construye activamente. Cada individuo tiene la responsabilidad de desarrollar las condiciones internas que le permitan vivir de manera plena, lo cual se logra al dirigir la atención hacia actividades que generen sentido y permitan experimentar la sensación de flujo, es decir, un involucramiento total y satisfactorio en lo que se realiza.

Componentes de la felicidad

Para Argyle (1987), la felicidad se compone de tres elementos

fundamentales.

La frecuencia e intensidad del afecto positivo, que refleja la capacidad del individuo para experimentar emociones agradables como la alegría, el amor o la satisfacción.

El nivel de satisfacción promedio con la vida, entendido como la evaluación cognitiva que una persona hace de su existencia a partir de su participación en actividades significativas ya sean laborales, recreativas o sociales.

La ausencia de afectos negativos, como la ansiedad y la depresión. Según el autor, el bienestar emocional no consiste solo en sentirse feliz, sino también en evitar que los estados emocionales adversos dominen la experiencia cotidiana. La tristeza o el estrés son naturales en la vida humana, pero su persistencia o intensidad excesiva puede afectar la percepción de felicidad.

Enfoques contemporáneos sobre la felicidad

Durante las últimas décadas, el estudio científico de la felicidad ha evolucionado considerablemente. Diener et al. (2018) introducen el concepto de bienestar subjetivo, entendido como una evaluación global que las personas hacen sobre su vida. Este constructo integra tres componentes: el afecto positivo, la ausencia de afecto negativo y la satisfacción vital. El bienestar subjetivo permite estudiar la felicidad desde una perspectiva más amplia, considerando tanto la emoción como la valoración racional de la vida.

Por su parte, Lyubomirsky et al. (2021) enfatizan que la felicidad sostenible depende menos de factores externos o genéticos y más de las actividades intencionales que las personas eligen realizar. Practicar la gratitud, cultivar relaciones saludables, ayudar a otros o mantener una actitud optimista son comportamientos que incrementan la felicidad de forma duradera, al fortalecer los recursos emocionales internos del individuo.

Características de la felicidad según Lyubomirsky (interpretadas por Porras, 2021)

Porras (2021) sintetiza las principales ideas de Lyubomirsky y plantea que:

- la felicidad debe concebirse como un proceso de construcción personal y social.
- No es un hallazgo fortuito ni una condición que dependa de la suerte, sino una meta vital alcanzable mediante el esfuerzo consciente. Entre las características destacadas se encuentran:
 - Su naturaleza esencial para la existencia humana.
 - El derecho de toda persona a buscar y promover su bienestar.
 - Su carácter de construcción continua, que se nutre de la interacción con los demás.
 - La responsabilidad personal es la generación de felicidad, ya que depende de las decisiones y actitudes adoptadas.
 - De esta forma, la felicidad se concibe como un proyecto de vida que trasciende la individualidad, porque el bienestar propio está estrechamente ligado al bienestar colectivo.

Teoría auténtica de la felicidad (Seligman, 2011)

Seligman (2011) propuso la teoría auténtica de la felicidad, considerada el pilar de la psicología positiva. En este enfoque, la felicidad se define como el grado de satisfacción que una persona experimenta con su vida, resultado de tres elementos principales: la emoción positiva, el compromiso y el significado. Cada uno de estos aspectos contribuye al bienestar general y puede medirse mediante la percepción subjetiva del individuo. Asimismo, Seligman sostiene que la felicidad auténtica se sostiene sobre fortalezas personales y virtudes humanas como la bondad, el coraje, la gratitud o la integridad que, al ponerse en práctica, generan experiencias de flujo y autorrealización. La búsqueda de la felicidad, por tanto, implica desplegar las mejores cualidades personales frente a los desafíos de la vida, orientando las

acciones hacia aquello que tiene sentido y propósito.

Teoría de la felicidad de Alarcón (2009)

Alarcón plantea una teoría multidimensional y dinámica de la felicidad, donde esta se entiende como una experiencia compleja que abarca componentes emocionales, cognitivos, sociales y espirituales. Desde esta perspectiva, la felicidad es una evaluación subjetiva de la propia vida, determinada tanto por factores internos como la personalidad, las estrategias de afrontamiento y la autoeficacia, como por factores externos tales como las relaciones familiares, las oportunidades sociales y las condiciones materiales.

Además, la felicidad no es un estado permanente, sino un proceso en constante cambio, influido por las experiencias diarias y los acontecimientos vitales. En este sentido, cada individuo construye su bienestar a través de la interacción entre su mundo interno y su contexto social, reafirmando que la felicidad es una vivencia personal, pero profundamente enraizada en lo colectivo.

Perspectivas recientes sobre resiliencia

En las últimas investigaciones, Masten (2021) amplía el concepto de resiliencia y lo define como una capacidad multisistémica, es decir, una habilidad que se desarrolla en interacción con distintos sistemas de apoyo la familia, la escuela y la comunidad. De este modo, la resiliencia no es solo una cualidad individual, sino un proceso social que se nutre de las relaciones significativas y del acompañamiento institucional.

Asimismo, Ungar (2020) subraya que las habilidades socioemocionales como la empatía, la autorregulación o la comunicación asertiva son factores esenciales para fortalecer la resiliencia, especialmente en adolescentes que viven en entornos vulnerables.

En complemento, Southwick y Charney (2018) destacan que la resiliencia duradera se fundamenta en el optimismo, el sentido de propósito, el afrontamiento activo y el apoyo social. Estos factores

permiten a las personas reconstruirse frente a la adversidad, transformando las experiencias difíciles en oportunidades de crecimiento personal.

Dimensiones de la felicidad

- **Sentido positivo de la vida (ausencia de sufrimiento profundo).** Esta dimensión se relaciona con la capacidad de afrontar las dificultades sin que éstas dominen la experiencia vital. La psicología contemporánea asocia este componente con la resiliencia, entendida como la habilidad para recuperarse tras una pérdida o evento adverso (Southwick & Charney, 2012). Las personas que han enfrentado situaciones difíciles y logran reinterpretarlas desde el aprendizaje suelen desarrollar un mayor sentido de propósito y bienestar.
- **Satisfacción con la vida.** Según Lyubomirsky (2015), la gratitud y la vitalidad emocional son factores clave que determinan el nivel de satisfacción personal. La gratitud, además, tiene un efecto protector, ya que fortalece las relaciones interpersonales, reduce la ansiedad y promueve la salud mental. Agradecer lo que se posee, incluso en situaciones adversas, permite resignificar la experiencia y aumentar el bienestar general.
- **Realización personal.** Martínez (2012) sostiene que toda persona busca alcanzar la autorrealización a través del equilibrio entre bienestar material, salud física y desarrollo psicológico. Lyubomirsky (2011) complementa esta idea señalando que las circunstancias externas como el dinero o la posición social explican apenas una pequeña parte de la felicidad, siendo el resto producto de actitudes internas. Por tanto, la realización personal se alcanza cuando el individuo logra vivir en coherencia con sus valores y no solo cuando cumple metas materiales.
- **Alegría de vivir.** Esta dimensión está vinculada al temperamento y al sentido del humor. Según los postulados de Hipócrates y Pavlov, cada persona posee un tipo de sistema nervioso que influye en su

manera de reaccionar ante el entorno. Las personas con temperamentos más equilibrados tienden a mantener estados emocionales estables y una actitud positiva. Además, la interacción social, las actividades recreativas y la práctica de la espiritualidad son fuentes significativas de alegría de vivir, al promover el apoyo mutuo y la pertenencia comunitaria.

El Modelo PERMA de la felicidad (Seligman, 2011)

Seligman (2011) propone el modelo PERMA, considerado uno de los marcos teóricos más completos para explicar el bienestar humano. Este modelo identifica cinco pilares fundamentales de la felicidad:

P – Positive Emotions (Emociones positivas): Se refiere a experimentar sentimientos agradables como alegría, esperanza o serenidad, los cuales amplían la mente y fortalecen los recursos psicológicos (Fredrickson, 2001).

E – Engagement (Compromiso): Alude al estado de flujo o total concentración en actividades que proporcionan satisfacción intrínseca.

R – Relationships (Relaciones positivas): Destaca la importancia de los vínculos afectivos saludables como fuente de apoyo, sentido y motivación.

M – Meaning (Significado): Hace referencia a la necesidad de conectar con algo más grande que uno mismo como una causa o propósito, que otorgue sentido a la existencia.

A – Accomplishment (Logro): Implica la sensación de eficacia personal al alcanzar metas, lo que fortalece la autoestima y la percepción de éxito.

2.2.2. RESILIENCIA

De acuerdo con Ángeles-Donayre y Manrique (2021), la resiliencia puede entenderse como una capacidad interna que permite a las

personas sobreponerse a las dificultades, aprender de ellas y continuar avanzando con una visión de crecimiento. Desde el enfoque de la psicología positiva, se reconoce como una emoción constructiva que fomenta el bienestar y la felicidad, al posibilitar que el individuo encuentre significado y fortaleza incluso en contextos adversos. En otras palabras, la resiliencia constituye un recurso emocional y cognitivo que ayuda a transformar la adversidad en una oportunidad para el desarrollo personal.

En esa misma línea, Fischer et al. (2021) sostienen que la resiliencia implica la habilidad de adaptarse y fortalecerse a medida que se enfrentan experiencias complejas o estresantes. Lejos de significar únicamente resistencia, esta capacidad representa una forma de crecimiento psicológico que emerge tras haber lidiado con circunstancias difíciles, reforzando la madurez emocional y la autoconfianza.

Tipos de resiliencia

Huanca (2020) propone una clasificación de la resiliencia en función de los contextos en los que se manifiesta:

Resiliencia individual: se observa cuando una persona asume los retos de la vida con actitud optimista, manteniendo la motivación y aprendiendo de las experiencias difíciles. Este tipo de resiliencia refuerza el carácter, la autonomía y la autoestima.

Resiliencia familiar: alude a la fortaleza que surge dentro del núcleo familiar para afrontar problemas comunes. Se expresa mediante el apoyo mutuo, la comunicación y la cooperación, factores que fortalecen la identidad y cohesión familiar.

Resiliencia social o comunitaria: se desarrolla a partir de las redes de apoyo conformadas por amigos, vecinos o instituciones. Este tipo de resiliencia refleja la capacidad de las comunidades para reconstruirse frente a crisis colectivas.

Resiliencia grupal: integra tanto los procesos psicológicos

individuales como los mecanismos de apoyo social. Supone la capacidad de los grupos para afrontar situaciones traumáticas y superarlas de manera colaborativa.

Enfoque psicológico de la resiliencia

Maslow (2006) describe a la persona resiliente como aquella que alcanza una forma de autorrealización equilibrada, es decir, alguien que actúa en coherencia consigo mismo, sin conflictos internos y orientado hacia metas con sentido. Estas personas suelen ser emocionalmente estables, observadoras, creativas y confiadas en sus capacidades. Además, muestran espontaneidad y autenticidad en su comportamiento, lo que les permite desenvolverse de manera eficaz y segura frente a los desafíos del entorno.

Componentes de la resiliencia

Olivar (2022) plantea que la resiliencia está compuesta por cuatro dimensiones interrelacionadas que explican su funcionamiento integral:

Componente fisiológico: se refiere al papel que desempeña el sistema nervioso y hormonal en la respuesta ante el estrés. La resiliencia, en este sentido, depende de la regulación de neurotransmisores y de la capacidad del cuerpo para mantener el equilibrio durante situaciones críticas.

Componente emocional: destaca la importancia de la inteligencia emocional, la empatía y la autogestión afectiva. Las personas resilientes muestran un mayor control sobre sus emociones, lo que les permite responder de forma más constructiva ante la adversidad.

Componente conductual: abarca las habilidades sociales y la competencia interpersonal. Implica saber comunicarse, pedir apoyo, negociar y establecer relaciones saludables. Estas conductas fortalecen el sentido de pertenencia y la eficacia personal.

Componente cognitivo: se asocia con la capacidad para evaluar las

circunstancias con realismo y optimismo, así como con la disposición para aprender de la experiencia. La flexibilidad cognitiva y la creatividad para resolver problemas son claves para afrontar los cambios y adaptarse a ellos.

Dimensiones de la resiliencia

De acuerdo con Wagnild y Young (1993), la resiliencia se expresa a través de cinco dimensiones esenciales que describen la manera en que las personas enfrentan la adversidad:

Ecuanimidad: capacidad para mantener la calma y el equilibrio emocional ante los problemas.

Perseverancia: tendencia a continuar con determinación pese a las dificultades, impulsada por la disciplina y el compromiso personal.

Confianza en sí mismo: seguridad en las propias habilidades y convicción para enfrentar desafíos.

Satisfacción personal: sentido de propósito y realización al comprender el significado de la vida propia.

Sentirse bien solo: autonomía emocional y valoración de uno mismo, sin depender del reconocimiento externo.

Modelo bifactorial de Wagnild y Young (1993)

Los autores conciben la resiliencia como una fortaleza interna de la personalidad que posibilita a los individuos resistir la presión, adaptarse y tomar decisiones adecuadas incluso bajo circunstancias estresantes. Este modelo plantea dos componentes principales:

Competencia personal: comprende atributos como la autoconfianza, la independencia, la creatividad, la perseverancia y la capacidad para asumir riesgos calculados. Representa la dimensión

activa de la resiliencia, aquella que impulsa la acción y la superación.

Aceptación de uno mismo y de la vida: se relaciona con la serenidad, la flexibilidad y la capacidad para aceptar la realidad tal como es, sin resignación, pero con una actitud de adaptación y equilibrio emocional. Este componente refleja el crecimiento personal que surge de la aceptación y la transformación.

La Adolescencia

La adolescencia constituye una etapa de transición entre la niñez y la adultez caracterizada por intensos cambios físicos, psicológicos y sociales. Según la Organización Mundial de la Salud (2022), abarca aproximadamente de los 10 a los 19 años y representa una fase crucial para el desarrollo de la identidad, la autonomía y la madurez emocional. Es también un periodo de vulnerabilidad, pues los jóvenes enfrentan nuevos desafíos que pueden influir en su bienestar y en la construcción de su personalidad.

Perspectiva psicosocial contemporánea

Steinberg (2017) explica que la adolescencia debe entenderse no solo como una etapa de cambios biológicos, sino también como un momento de reorganización neurocognitiva, en el que los sistemas emocionales se desarrollan más rápido que los mecanismos de control racional. Este desbalance explica conductas impulsivas o riesgosas propias de la edad.

De acuerdo con la teoría del desarrollo positivo adolescente (Lerner et al., 2020), los jóvenes prosperan cuando se desenvuelven en contextos que les brindan oportunidades de participación, relaciones de apoyo y ambientes seguros. Estas condiciones fortalecen competencias como la resiliencia, la autoestima y el bienestar emocional.

Características de la adolescencia

Entre las características más importantes destacan:

Cambios físicos: desarrollo de los caracteres sexuales secundarios y crecimiento acelerado (Santrock, 2021).

Desarrollo cognitivo: aparición del pensamiento abstracto y la capacidad de razonamiento hipotético.

Búsqueda de identidad: necesidad de definir un autoconcepto y un sistema de valores propio (Erikson, 1968).

Cambios emocionales: mayor intensidad afectiva y oscilaciones del estado de ánimo.

Independencia y socialización: aumento de la autonomía y relevancia del grupo de pares en la construcción de la identidad.

Etapas de la adolescencia

De acuerdo con Santrock (2021) y la OMS (2022), esta etapa se divide en tres fases:

Temprana (10–13 años): predominan los cambios corporales y la adaptación escolar.

Media (14–16 años): se acentúa la búsqueda de identidad y la formación de vínculos afectivos.

Tardía (17–19 años): el joven consolida su identidad, define metas personales y se orienta hacia la vida adulta.

Aspectos psicológicos de la adolescencia

Durante la adolescencia se configuran el sistema de valores, las aspiraciones y la autopercepción. Esta etapa implica el reto de equilibrar la independencia con la necesidad de pertenencia. Aunque pueden surgir conflictos de identidad o baja autoestima, también es un periodo de gran potencial para el desarrollo de la resiliencia y la autorregulación emocional (Blakemore, 2018).

a. Importancia del contexto social y educativo

El entorno familiar y educativo desempeña un papel esencial. Los adolescentes que reciben apoyo emocional, orientación y reconocimiento tienden a presentar mayor bienestar psicológico y rendimiento académico. Por el contrario, la falta de apoyo o la exposición a entornos conflictivos puede afectar su estabilidad emocional y social (Benetti & Kambouropoulos, 2020).

Aplicaciones en contextos educativos

En contextos escolares, el modelo PERMA de Seligman (2011) ha mostrado ser una herramienta eficaz para promover la motivación, la resiliencia y el sentido de pertenencia. Norrish et al. (2013) evidenciaron que los adolescentes que desarrollan de manera equilibrada los cinco componentes del modelo (emociones positivas, compromiso, relaciones, sentido y logro) tienden a experimentar mayores niveles de felicidad y mejores resultados académicos.

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES

Sentido positivo de la vida: ausencia de sufrimiento profundo o desesperanza, lo que refleja estabilidad emocional y propósito vital (Alarcón, 2006).

Satisfacción con la vida: percepción de plenitud y aceptación de los logros alcanzados (Alarcón, 2006).

Realización personal: orientación hacia metas que otorgan sentido a la existencia (Alarcón, 2006).

Alegría de vivir: actitud positiva ante la vida y disfrute de las experiencias cotidianas.

Confianza en sí mismo: seguridad en las propias competencias para afrontar retos (Wagnild & Young, 1993).

Ecuanimidad: equilibrio emocional y serenidad frente a la adversidad.

Perseverancia: constancia y autodisciplina para alcanzar los objetivos

propuestos.

Satisfacción personal: reconocimiento del propio propósito vital y del aporte al entorno.

Sentirse bien solo: valoración de la independencia y aceptación de uno mismo como ser íntegro y autónomo.

2.4. HIPÓTESIS

2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL

Ha: Existe relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Ho: No existe relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

Ha1: Existe relación significativa entre felicidad y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Ho1: No existe relación significativa entre felicidad y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Ha2: Existe relación significativa entre felicidad y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Ho2: No existe relación significativa entre felicidad y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Ha3: Existe relación significativa entre felicidad y la dimensión perseverancia de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias

Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Ho3: No existe relación significativa entre felicidad y la dimensión perseverancia de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Ha4: Existe relación significativa entre felicidad y la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Ho4: No existe relación significativa entre felicidad y la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Ha5: Existe relación significativa entre felicidad y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

Ho5: No existe relación significativa entre felicidad y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

2.5. VARIABLES

2.5.1. VARIABLES 1

Felicidad

2.5.2. VARIABLES 2

Resiliencia

2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	INSTRUMENTOS
Felicidad	Alarcón (2006) menciona que la felicidad puede describirse como un estado emocional de completa satisfacción que una persona experimenta de manera subjetiva cuando logra obtener aquello que anhela.	Son las respuestas que se obtienen de la aplicación de los cuestionarios sobre la felicidad y sus dimensiones a los adolescentes.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sentido positivo de la vida ▪ Satisfacción de la vida ▪ Realización personal ▪ Alegría de vivir 	<ul style="list-style-type: none"> • Satisfacción y optimismo consigo mismo. • Percibe logros en su vida en general. • Se considera una persona realizada. • Capacidad de disfrute de las cosas. 	(26,20, 18, 23, 22, 02, 19,17,11,07,14). 4,3, 5, 1,6, 10). (24, 21, 27, 25, 09, 08). (12, 15, 16,13). Los ítems redactados en forma inversa: 2, 7, 11, 14, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 26).	Ordinal Muy baja Felicidad Baja Felicidad Mediana Felicidad Alta felicidad Muy Alta felicidad	Escala factorial para medir la felicidad de Alarcón Reynaldo, 2006
Resiliencia	Fischer y et al. (2021) afirma que la resiliencia es la capacidad de las personas para adaptarse y superar circunstancias difíciles o desafiantes, ganando fortaleza a lo largo del camino.	La resiliencia se obtendrá de las respuestas de los puntajes obtenidos de la escala de resiliencia que se aplica a los adolescentes	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Confianza en sí mismo ▪ Ecuanimidad ▪ Perseverancia ▪ Satisfacción personal ▪ Sentirse bien solo 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ manejasituaciones con confianza. ▪ Mantiene un equilibrio frente a las adversidades. ▪ Persiste a pesar de las dificultades. ▪ Reconoce sus propios logros con satisfacción. ▪ Logra estar solo y con significado. 	<ul style="list-style-type: none"> •Confianza en sí mismo: 16,21,22 y 25. •Ecuanimidad: 7,8,11 y 12. •Perseverancia: 5,3 y 19. •Satisfacción personal: 6, 9,10, 13,17,18 y 24. •Sentirse bien solo: 1,2,4,14,15,20 y 2 	Ordinal Alta Moderada Baja	Escala de resiliencia de Gail M. Wagnild y Heather M. Young, 1993.

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

La indagación fue de naturaleza básica, dado que su propósito principal es sentar las bases sobre las cuales pueden desarrollarse investigaciones ulteriores de índole aplicada o tecnológica (Ñaupas et al., 2018).

3.1.1. ENFOQUE

El enfoque del estudio fue cuantitativo dado que la recopilación y análisis de datos se llevó a cabo a través de información numérica.

Palomino et al. (2015) explican que la investigación cuantitativa se caracteriza por su búsqueda de neutralidad valorativa para asegurar la objetividad. Esta metodología se basa en la observación y medición meticulosa y controlada de los hechos, evitando la influencia subjetiva de los individuos. Se sigue un enfoque lógico y lineal riguroso, con un control predeterminado, ya que se establece claramente el inicio y el final del estudio, incluyendo el planteamiento del problema, los objetivos, las hipótesis, la contrastación, el análisis y las conclusiones.

3.1.2. ALCANCE O NIVEL

El alcance de la investigación fue descriptiva y correlacional. Su objetivo es ofrecer una comprensión detallada y precisa de las variables de estudio, que en este caso son felicidad y resiliencia, y también buscará establecer relaciones entre estas dos variables.

Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) refieren que el alcance descriptivo tiene como objetivo ofrecer una descripción detallada de las propiedades, atributos y perfiles de individuos, colectivos, comunidades, procesos, objetos, fenómenos o cualquier otro elemento que se analice. Respecto, al alcance correlacional señala que busca determinar el grado de relación o asociación que existe entre dos o más conceptos,

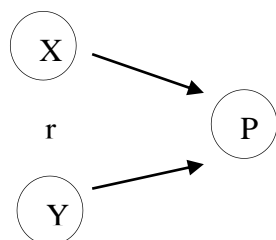
categorías o variables en un contexto específico.

3.1.3. DISEÑO

El diseño fue transversal correlacional, dado que se busca establecer relaciones entre las variables en un único punto en el tiempo.

Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) señalan que el diseño transversal correlacional es efectivo para establecer relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un punto específico en el tiempo.

Esquema:



Donde:

P: Es la población de estudio, adolescentes de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.

X: Es la primera variable estudiada felicidad.

Y: Es la segunda variable estudiada es la resiliencia.

r: Es el coeficiente de correlación.

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1. POBLACIÓN

Pimienta y de la Orden (2017) refiere que la población se refiere al conjunto total de elementos individuales o factores que constituyen el objeto de estudio en un lugar y momento específicos, y que comparten cualidades similares y observables.

En este contexto la población estuvo conformada por 2051 adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María, distribuidos de la siguiente manera:

Tabla 1

Población de estudio

Grado	Cantidad de adolescentes
1° grado	381
2° grado	449
3° grado	414
4° grado	418
5° grado	389
Total	2051

Nota. Registro madrugada I.E. Gómez Arias Dávila

3.2.2. MUESTRA

De acuerdo con Hernández Sampieri y Mendoza (2018) la muestra es un segmento o subconjunto de la población o universo de interés del cual se recopilan los datos relevantes. Es crucial que esta muestra sea representativa de la población completa para garantizar la validez y generalización de los resultados obtenidos.

La muestra estuvo conformada por 325 adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María. La muestra se obtuvo mediante el muestreo probabilístico aleatorio simple.

La fórmula del muestreo aleatorio simple es el siguiente:

$$n = \frac{Z^2 * p * q * N}{(E^2 * (N - 1) + Z^2 * p * q)}$$

Dónde:

N = Tamaño de la población = 2051

Z = Nivel de confianza = 1,96 (95%)

$p = \text{Grado de Homogeneidad} = 0.50 (50\%)$
 $q = \text{Grado de heterogeneidad} = 0.50 (50\%)$
 $E = \text{Margen de error} = 5\%$
 $n = \text{Tamaño de muestra} = ?$

Reemplazando:

$$n = \frac{1,96^2 * 0,50 * 0,50 * 2051}{(1,96^2 * 0,05^2 * (2051 - 1)) + 1,96^2 * 0,50 * 0,50}$$

$$n = 325$$

En consecuencia, la presente investigación fue conformada por 325 adolescente de la I.E Gómez Arias Dávila de Tingo María.

La muestra se conforma de la siguiente manera:

Tabla 2

Muestra de estudio

Grado	Cantidad de adolescentes
1° grado	60
2° grado	71
3° grado	66
4° grado	66
5° grado	62
Total	325

Muestreo

El enfoque de muestreo empleado en esta investigación fue de tipo probabilístico, lo que significa que todos los miembros de la población tuvieron la misma posibilidad de ser seleccionados para formar parte de la muestra. Esta elección metodológica se justifica porque permite una mayor representatividad de los resultados y una reducción significativa de sesgos en la selección de los participantes.

De acuerdo con Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), el muestreo probabilístico se caracteriza porque todas las unidades de la

población tienen desde el inicio una probabilidad conocida y diferente de cero de ser incluidas en la muestra. Este procedimiento exige definir con claridad las características de la población, determinar el tamaño muestral óptimo y realizar la selección de los participantes de forma aleatoria, asegurando así la validez externa del estudio.

En esta investigación, la población estuvo conformada por adolescentes matriculados en la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, pertenecientes a los diferentes grados de nivel secundario. De esta población se extrajo una muestra representativa seleccionada aleatoriamente, respetando los criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos.

Criterios de inclusión

- Adolescentes matriculados en la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco elegidos mediante muestreo aleatorio.
- Estudiantes cuyas edades oscilan entre 12 y 18 años.
- Participantes que asisten de manera regular a la institución educativa.
- Estudiantes que no presentan antecedentes de problemas conductuales o disciplinarios.
- Adolescentes sin riesgo académico al momento de la aplicación de los instrumentos.
- Estudiantes que completaron íntegramente los cuestionarios de evaluación.

Criterios de exclusión

- Estudiantes fuera del rango etario establecido (menores de 12 o mayores de 18 años).
- Adolescentes con limitaciones físicas o mentales que impidieran su participación plena o la comprensión de los instrumentos.
- Participantes involucrados simultáneamente en otros estudios que pudieran interferir en los resultados.
- Estudiantes no seleccionados mediante el procedimiento

aleatorio.

- Sujetos que presentaron riesgo académico o inasistencias recurrentes durante el proceso.

3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.3.1. TÉCNICA

Para la recolección de la información se utilizó la técnica de la psicometría, por medio de la cual se aplicaron los instrumentos correspondientes a las variables de estudio. Esta técnica es reconocida por su efectividad para reunir información de grandes grupos de personas en un periodo relativamente corto, de forma estandarizada y objetiva.

Según Martínez y Villota (2022), Sugieren que la psicometría permite cuantificar y medir datos de manera rápida y directa, garantizando la confiabilidad y analizando los datos en forma objetiva. Siempre y cuando los instrumentos a utilizar se encuentren bien diseñados y tengan una buena claridad para la comprensión del encuestado.

Asimismo, Hernández-Sampieri (2018) asevera que una escala es un conjunto de ítems estructurados que permiten evaluar las variables que se pretenden analizar, en tres, cinco o siete categorías. En el presente estudio, las escalas fueron auto aplicados a los adolescentes en un ambiente controlado dentro de la institución educativa, bajo la supervisión del investigador y con la debida orientación ética.

3.3.2. INSTRUMENTOS

A. Escala factorial de la Felicidad de Lima

Autor: Reynaldo Alarcón

Año: 2006

Procedencia: Lima, Perú

Estructura: 27 ítems con cinco alternativas de respuesta tipo Likert (desde totalmente de acuerdo hasta totalmente en desacuerdo).

Dimensiones evaluadas:

-Sentido positivo de la vida (ítems 26, 20, 18, 23, 22, 02, 19, 17, 11, 07, 14).

-Satisfacción con la vida (ítems 4, 3, 5, 1, 6, 10).

-Realización personal (ítems 24, 21, 27, 25, 9, 8).

-Alegría de vivir (ítems 12, 15, 16, 13).

-Aplicación: Individual o colectiva.

Duración: 10 minutos.

Población: Adolescentes, jóvenes y adultos.

Finalidad: Evaluar los factores psicológicos que determinan el nivel de felicidad.

3.3.3. CONFIABILIDAD Y VALIDEZ

El instrumento cuenta con una alta confiabilidad, evidenciada por un coeficiente alfa de Cronbach de .916, lo que indica una fuerte consistencia interna. Además, las correlaciones ítem-total fueron altamente significativas ($p < .01$), lo cual demuestra que todos los ítems contribuyen de manera coherente a la medición del constructo (Alarcón, 2006).

B. Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993)

Autores: Gail M. Wagnild y Heather M. Young

Adaptación peruana: Gómez (2019)

Procedencia: Estados Unidos

Número de ítems: 25

Escala de respuesta: tipo Likert de 7 puntos (1 = totalmente en desacuerdo, 7 = totalmente de acuerdo).

Duración aproximada: 15 a 20 minutos.

Aplicación: Individual o grupal.

Población: Adolescentes, jóvenes y adultos.

Finalidad: Medir las dimensiones que conforman la resiliencia.

Dimensiones:

- Confianza en sí mismo: ítems 16, 21, 22 y 25.
- Ecuanimidad: ítems 7, 8, 11 y 12.
- Perseverancia: ítems 5, 3 y 19.
- Satisfacción personal: ítems 6, 9, 10, 13, 17, 18 y 24.
- Sentirse bien solo: ítems 1, 2, 4, 14, 15, 20 y 23.

Confiabilidad y validez

El coeficiente alfa de Cronbach reportado por los autores fue de 0.91, demostrando alta consistencia interna. Las correlaciones ítem-test oscilaron entre 0.37 y 0.75 ($p < .01$), confirmando la validez del instrumento (Wagnild & Young, 1993).

Validez y confiabilidad de los instrumentos

La Escala de la felicidad de Lima, ha sido adaptado a la población Huanuqueña, con la técnica de las modificaciones lingüísticas, en un estudio de Acencio (2023), en el que ha realizado el análisis de relación entre la felicidad y factores sociodemográficos, para ello ha estandarizado los valores del cuestionario con un nivel de precisión de acuerdo al 0.893 lo que indica un alto nivel de consistencia del estudio, la muestra con la que ha realizado el estudio fue de 1035 personas adultas de la provincia de Huánuco de los 13 distritos que lo conforman, con un nivel de precisión al 97% lo que lo hacía altamente generalizable

Asimismo, la prueba de la escala de la felicidad de Lima, se ha realizado un análisis por la técnica del juicio de expertos, quienes han podido ver la revisión de los ítems y la consistencia de los mismos obteniéndose los siguientes indicadores:

Validación por juicio de expertos del instrumento de la Felicidad

Expertos	Indicador obtenido	Aplicable
Percy Ito Aguilar	0.85	Aplicable
Larry F. Acencio Malpartida	0.90	Aplicable
Laura Cristóbal Valdez	0.85	Aplicable

La escala de resiliencia de Wagnild, ha sido adaptada en el estudio de Ostos (2023) por criterio de jueces en un estudio denominado inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes de la institución educativa José Varallanos de Lauricocha, Huánuco 2021; para ello es que ha a través de una prueba piloto con 25 adolescentes y 5 jueces permitieron la adaptación del mismo, logrando obtenerse un coeficiente de 0.872 del alfa de Cronbach, lo que garantiza que el instrumento sea utilizado en nuestra realidad.

Escala	Calificación
Deyci Rivera Osorio	0.90
Lidia Villanera Omonte	0.85
Larry Acencio Malpartida	0.85

Para brindar un análisis de validez al instrumento, este fue evaluado por 3 expertos del área, en las que se ha visto la coherencia, consistencia, pertinencia y suficiencia de los instrumentos destacando que ambos instrumentos se encuentran como aplicables para la investigación.

3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

Previo al trabajo de campo, se obtuvo el consentimiento informado de

los padres y el asentimiento de los adolescentes, considerando la naturaleza ética del estudio y el grupo etario participante.

Una vez recolectados los datos, estos fueron procesados y analizados estadísticamente mediante los programas Microsoft Excel 2021 y SPSS versión 26.

El análisis descriptivo incluyó el cálculo de frecuencias y porcentajes para caracterizar las variables felicidad y resiliencia, representando los resultados en tablas y figuras.

Referente el análisis inferencial, se aplicó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov (debido a que la muestra fue superior a 50 casos). Según el valor p obtenido, se determinó el uso de pruebas paramétricas o no paramétricas. Dado que los datos no siguieron una distribución normal ($p < 0.05$), se optó por pruebas no paramétricas, específicamente la Chi-cuadrado (χ^2), para contrastar las hipótesis y establecer el grado de relación entre las variables.

CAPITULO IV

RESULTADOS

4.1. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Tabla 3

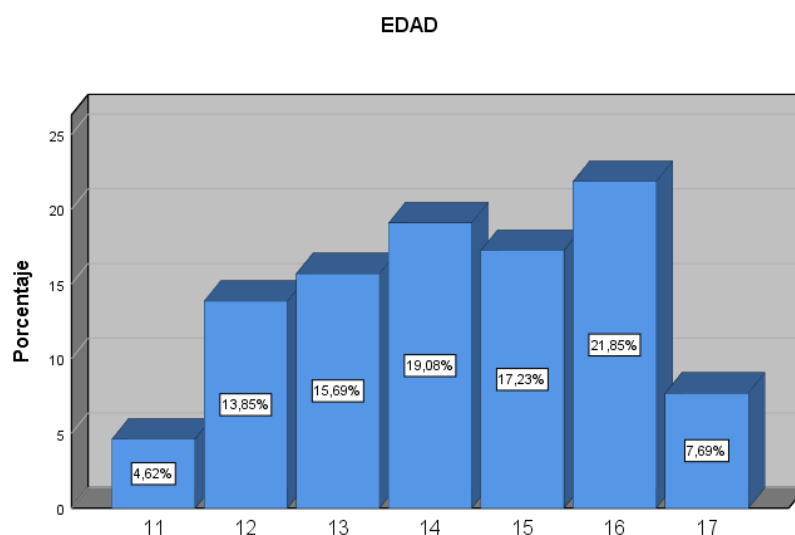
Edad de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	11	15	4,6	4,6
		45	13,8	18,5
		51	15,7	34,2
		62	19,1	53,2
		56	17,2	70,5
		71	21,8	92,3
		25	7,7	100,0
Total	325	100,0	100,0	

Fuente. S.P.S.S V.25

Figura 1

Edad de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025



Fuente. Tabla 3.

La muestra estuvo compuesta por estudiantes de entre 11 y 17 años. La edad más frecuente fue 16 años (21,8%), seguida de 14 años (19,1%) y 15 años (17,2%). Estas tres edades comprenden casi el 60% de la muestra total. La edad menos frecuente fue 11 años (4,6%).

Interpretación:

La población estudiada está compuesta mayoritariamente por adolescentes, lo cual es relevante para comprender el desarrollo de variables psicológicas como la resiliencia y la felicidad en etapas claves del desarrollo emocional.

Tabla 4

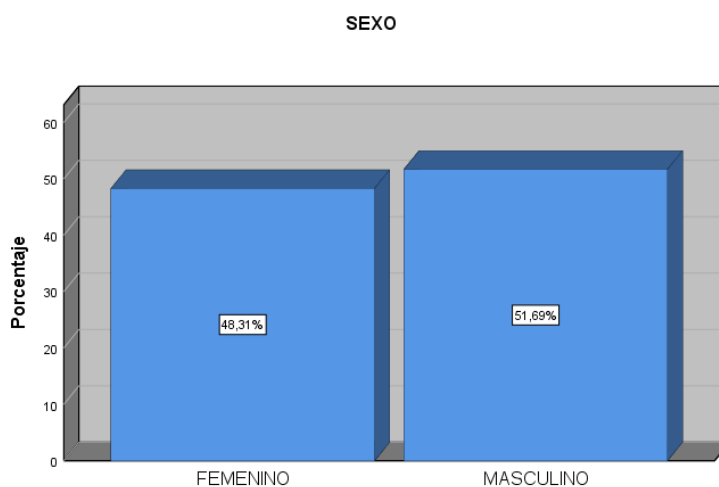
Sexo de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Femenino	157	48,3	48,3	48,3
	Masculino	168	51,7	51,7	100,0
	Total	325	100,0	100,0	

Fuente. S.P.S.S V.25

Figura 2

Sexo de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.



Fuente. Tabla 4.

La muestra estuvo distribuida de forma equilibrada entre hombres (51,7%) y mujeres (48,3%).

Interpretación: La distribución por sexo es equitativa, permitiendo realizar análisis sin un sesgo marcado por género. Este equilibrio fortalece la representatividad de los resultados obtenidos.

Tabla 5

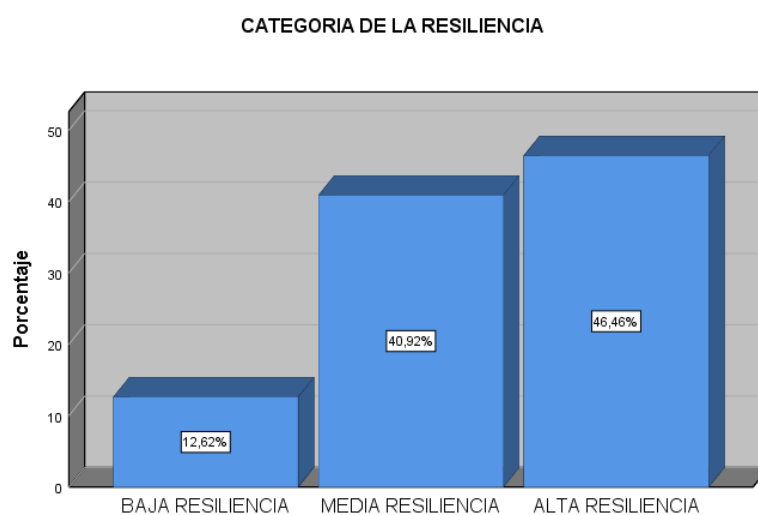
Categoría De La Resiliencia de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Baja resiliencia	41	12,6	12,6	12,6
	Media resiliencia	133	40,9	40,9	53,5
	Alta resiliencia	151	46,5	46,5	100,0
	Total	325	100,0	100,0	

Fuente. S.P.S.S V.25

Figura 3

Categoría De La Resiliencia de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025.



Fuente. Tabla 5.

Tabla 5 y Figura 3: Categorías de resiliencia

- Alta resiliencia: 46,5%
- Media resiliencia: 40,9%
- Baja resiliencia: 12,6%

Interpretación:

Más del 87% de los estudiantes presentan niveles medios a altos de resiliencia, indicando una capacidad generalizada para afrontar de manera positiva las dificultades. Este hallazgo sugiere un buen desarrollo de habilidades adaptativas en la mayoría de la población estudiada.

Tabla 6

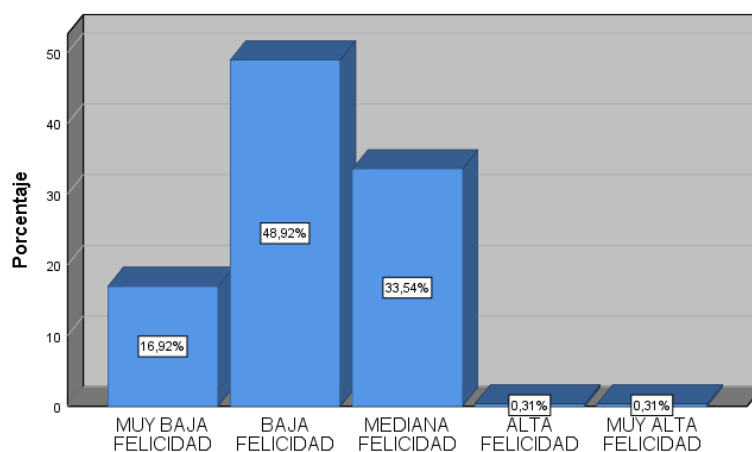
Categoría de la felicidad de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Muy baja felicidad	55	16,9
	Baja felicidad	159	48,9
	Mediana felicidad	109	33,5
	Alta felicidad	1	,3
	Muy alta felicidad	1	,3
	Total	325	100,0

Fuente. S.P.S.S V.25

Figura 4

Categoría de la felicidad de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025



Fuente. Tabla 6.

- Muy baja y baja felicidad: 65,8% (16,9% muy baja + 48,9% baja)
- Mediana felicidad: 33,5%
- Alta y muy alta felicidad: 0,6%

Interpretación:

Los datos indican una tendencia preocupante: más del 65% de los estudiantes experimentan niveles bajos de felicidad. Esta situación contrasta con su alta resiliencia, lo que invita a reflexionar sobre factores del entorno escolar, familiar o social que podrían estar afectando su bienestar emocional.

4.2. ANÁLISIS INFERENCIAL

Tabla 7

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Puntaje global de resiliencia	,143	325	,000	,918	325	,000
Puntaje global de la felicidad	,112	325	,000	,934	325	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

- **Resiliencia:**
 - Kolmogorov-Smirnov: $p = 0.000$
 - Shapiro-Wilk: $p = 0.000$
- **Felicidad:**
 - Kolmogorov-Smirnov: $p = 0.000$
 - Shapiro-Wilk: $p = 0.000$

Interpretación:

Ambas variables presentan una distribución no normal ($p < 0.05$), lo que justifica el uso de estadísticos no paramétricos, como la correlación de Spearman, para el análisis de relaciones entre variables.

Tabla 8

Análisis de Correlación entre la resiliencia y la felicidad de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

				Puntaje global de resiliencia	Puntaje global de la felicidad
Rho de Spearman	Puntaje global de resiliencia	Coefficiente de correlación	de	1,000	-,488**
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		325	325
	Puntaje global de la felicidad	Coefficiente de correlación	de	-,488**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		325	325

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

- Rho = **-0,488**
- $\rho = 0,000$

Interpretación:

Existe una **correlación negativa moderada y significativa** entre resiliencia y felicidad. Este hallazgo es contraintuitivo, ya que teóricamente se esperaría una relación positiva. Puede interpretarse que, en esta muestra, los estudiantes más resilientes no necesariamente se perciben más felices, posiblemente porque su resiliencia es más una respuesta a contextos adversos que a experiencias positivas.

Tabla 9

Análisis de Correlación entre la resiliencia y la confianza en sí mismo de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

				Puntaje global de resiliencia	Confianza en si mismo
Rho de Spearman	Puntaje global de resiliencia	de	Coficiente de correlación	1,000	,906**
			Sig. (bilateral)	.	,000
			N	325	325
	Confianza en si mismo	sí	Coficiente de correlación	,906**	1,000
			Sig. (bilateral)	,000	.
			N	325	325

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

Tabla 9: Confianza en sí mismo

- Rho = **0,906**
- $\rho = 0,000$

Interpretación:

Existe una **correlación positiva muy alta y significativa** entre resiliencia y confianza en sí mismo. Esto indica que los estudiantes con mayor resiliencia tienden a tener una autoimagen más sólida y seguridad personal.

Tabla 10

Análisis de Correlación entre la resiliencia y la ecuanimidad en si mismo de adolescentes de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

		Puntaje global de resiliencia	Ecuanimidad	
Rho de Spearman	de Puntaje global de resiliencia	de	1,000	,896**
		Coeficiente de correlación		
		Sig. (bilateral)		,000
		N	325	325
	Ecuanimidad	Coeficiente de correlación	,896**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	325	325

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

- Rho = **0,896**
- p = **0,000**

Interpretación:

También se halla una correlación **muy alta y significativa** entre resiliencia y ecuanimidad, lo que demuestra que los estudiantes resilientes son más capaces de mantener la calma y el equilibrio emocional en situaciones difíciles.

Tabla 11

Análisis de Correlación entre la resiliencia y la perseverancia de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

		Puntaje global de resiliencia	Perseverancia	
Rho de Spearman	Puntaje global de resiliencia	de	1,000	,895**
		Coeficiente de correlación		
		Sig. (bilateral)		,000
		N	325	325
	Perseverancia	Coeficiente de correlación	,895**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	325	325

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

- Rho = **0,895**
- p = **0,000**

Interpretación:

Existe una relación positiva muy fuerte entre resiliencia y perseverancia. Esto refuerza la idea de que la resiliencia está estrechamente asociada a la capacidad de persistir frente a los obstáculos.

Tabla 12

Análisis de Correlación entre la resiliencia y la satisfacción personal de adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

					Puntaje global de Satisfacción resiliencia personal	
Rho de Spearman	Puntaje global de resiliencia	de	Coeficiente de correlación	de	1,000	,965**
			Sig. (bilateral)		.	,000
			N		325	325
	Satisfacción personal		Coeficiente de correlación	de	,965**	1,000
			Sig. (bilateral)		,000	.
			N		325	325

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

- Rho = **0,965**
- p = **0,000**

Interpretación:

La correlación casi perfecta entre resiliencia y satisfacción personal evidencia que los estudiantes resilientes tienden a sentirse realizados con su desempeño y vida personal. Esto es consistente con modelos teóricos de bienestar.

CAPITULO V

DISCUSION

El análisis de Spearman reveló una correlación negativa moderada y significativa entre la felicidad y la resiliencia ($Rho = -0,488$; $p = 0,000$). Este resultado es contraintuitivo, ya que desde la teoría de la psicología positiva y la literatura científica se esperaría una relación directa y positiva.

Este hallazgo difiere de los resultados de **Suaña (2023)**, quien encontró una correlación positiva y moderada entre ambas variables en adolescentes arequipeños ($R = 0,667$; $p < 0.001$), y de **Huincho (2020)**, quien halló una correlación positiva, aunque baja ($r = 0.391$; $p = 0.004$) en estudiantes universitarios de Lima.

Una posible interpretación es que, en este contexto de vulnerabilidad sociocultural (zona urbano-marginal), los adolescentes desarrollan mecanismos de resiliencia como defensa frente a la adversidad, sin que esto se traduzca en mayor felicidad. En ese sentido, la resiliencia sería una forma de adaptación más que un reflejo de bienestar subjetivo. Esta hipótesis coincide con lo reportado por **Vargas et al. (2020)** en jóvenes en internamiento, donde la resiliencia surge como protección, pero no necesariamente como estado de satisfacción.

Los resultados muestran que el 65,8% de los adolescentes presentan niveles **bajos o muy bajos** de felicidad. Solo el 0,6% alcanza un nivel alto o muy alto.

Este patrón evidencia un déficit significativo en el bienestar emocional de los adolescentes, y se alinea con lo reportado por **Díaz et al. (2023)** en Huánuco, donde el 50,9% de universitarios reportaron niveles bajos de felicidad. Este bajo nivel de felicidad puede explicarse por factores como pobreza, conflictos familiares y carencia de oportunidades, también mencionados en los antecedentes de **UNICEF (2022)**

El 46,5% de los estudiantes presentan **alta resiliencia**, y el 40,9%

media, lo que indica una tendencia positiva. Solo el 12,6% presenta baja resiliencia.

Estos resultados son consistentes con **Martínez (2022)**, quien halló que el 92,14% de adolescentes mexicanos presentaban alta resiliencia. A nivel regional, **Campos et al. (2023)** reportaron niveles similares en alumnos huanuqueños. Esta alta resiliencia, en un entorno adverso, podría reflejar una capacidad adaptativa estructurada sobre factores internos como confianza, perseverancia o apoyo social básico.

Se encontró una correlación positiva muy alta ($Rho = 0,906$; $p = 0,000$) entre la resiliencia y la confianza en sí mismo.

Este resultado coincide con **Suaña (2023)**, quien halló una relación positiva significativa entre felicidad y esta dimensión ($r = 0,562$; $p < 0.001$). La confianza en sí mismo se posiciona como un fuerte predictor tanto de resiliencia como de bienestar subjetivo, y su fortalecimiento podría ser clave en intervenciones escolares.

La correlación entre felicidad y ecuanimidad fue **muy alta y significativa** ($Rho = 0,896$; $p = 0,000$), lo que respalda la idea de que la capacidad de mantener la calma ante la adversidad está asociada con una mayor satisfacción vital.

Este hallazgo es similar al de **Claros (2022)** y **Suaña (2023)**, quienes reportaron relaciones positivas entre esta dimensión y la felicidad. En la teoría de Wagnild y Young, la ecuanimidad es una clave de resiliencia adaptativa que permite a los adolescentes afrontar los retos sin perder el equilibrio emocional.

La correlación fue también muy alta ($Rho = 0,895$; $p = 0,000$). Esto sugiere que los adolescentes que muestran una actitud constante y determinada frente a sus metas tienden a experimentar mayor bienestar emocional.

Esto reafirma los hallazgos de **Suaña (2023)** ($Rho = 0,594$) y de **Mellan (2019)**, que destacan la importancia de la perseverancia como rasgo protector

en poblaciones vulnerables.

Se halló una **correlación casi perfecta** ($Rho = 0,965$; $p = 0,000$) entre ambas variables. Esto significa que los adolescentes que perciben sentido y realización en sus vidas también reportan mayores niveles de felicidad.

Esto se alinea con el modelo de **Alarcón y Caycho (2015)**, que incluyen la satisfacción vital como uno de los pilares de la felicidad, y también con **Lyubomirsky (2015)**, quien señala que la gratitud y la valoración positiva de los logros personales fortalecen el bienestar emocional.

Se reportó una correlación muy alta ($Rho = 0,963$; $p = 0,000$), lo que indica que la capacidad de estar bien consigo mismo, sin necesidad de aprobación externa, se vincula significativamente con la felicidad.

Ostos (2023) reporta resultados similares en adolescentes huanuqueños. Esta dimensión puede representar un componente de autonomía emocional importante para fortalecer tanto la resiliencia como la felicidad.

CONCLUSIONES

Sobre la relación entre la felicidad y la resiliencia (objetivo general):

Se concluye que existe una **correlación negativa moderada y significativa** entre felicidad y resiliencia en los adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María ($Rho = -0,488$; $p = 0,000$). Este resultado sugiere que, en este contexto, la resiliencia se manifiesta como una respuesta adaptativa frente a condiciones adversas, sin que ello implique una mayor sensación de bienestar subjetivo.

Sobre el nivel predominante de felicidad (objetivo específico 1):

Se concluye que el nivel predominante de felicidad en los adolescentes evaluados es **bajo**, representando el 65,8% de la muestra (muy baja y baja). Este hallazgo refleja una situación preocupante en el bienestar emocional, posiblemente relacionada con factores socioeconómicos y familiares adversos del entorno educativo.

Sobre el nivel predominante de resiliencia (objetivo específico 2):

La mayoría de los adolescentes (87,4%) presentan **niveles medios a altos de resiliencia**, lo que indica que cuentan con habilidades adaptativas para enfrentar la adversidad, a pesar de presentar bajos niveles de felicidad. Esto puede interpretarse como una fortaleza emocional en medio de un entorno desafiante.

Sobre la dimensión confianza en sí mismo (objetivo específico 3):

Se concluye que existe una **correlación positiva muy alta y significativa** entre la felicidad y la confianza en sí mismo ($Rho = 0,906$; $p = 0,000$). Esto evidencia que una mayor seguridad personal contribuye directamente al bienestar emocional.

Sobre la dimensión ecuanimidad (objetivo específico 4):

La relación entre felicidad y ecuanimidad es **muy fuerte y significativa** ($Rho = 0,896$; $p = 0,000$). Se concluye que los adolescentes que conservan la calma frente a las dificultades tienden a sentirse más felices.

Sobre la dimensión perseverancia (objetivo específico 5):

confirma una relación **muy alta y positiva** entre felicidad y perseverancia ($Rho = 0,895$; $p = 0,000$), lo que sugiere que el esfuerzo constante frente a los desafíos promueve una experiencia subjetiva de bienestar.

Sobre la dimensión satisfacción personal (objetivo específico 6): Se encontró una **correlación casi perfecta** entre felicidad y satisfacción personal ($Rho = 0,965$; $p = 0,000$), lo que confirma que los adolescentes que se sienten realizados y con propósito de vida tienden a experimentar mayor felicidad.

Sobre la dimensión sentirse bien solo (objetivo específico 7): Se halló una **relación muy alta y significativa** entre felicidad y la capacidad de estar bien consigo mismo ($Rho = 0,963$; $p = 0,000$). Esta habilidad de autonomía emocional es clave para el bienestar personal.

RECOMENDACIONES

- **Para la comunidad educativa (directivos, docentes y personal psicológico):**

Diseñar programas de promoción del bienestar emocional que fortalezcan la autoestima, el sentido de propósito y la alegría de vivir, considerando que los niveles de felicidad en la muestra son bajos a pesar de la alta resiliencia.

Incorporar talleres y actividades sobre resiliencia emocional, enfocados no solo en la resistencia al sufrimiento, sino también en la búsqueda activa de bienestar, disfrute y realización personal.

Brindar espacios de acompañamiento psicológico individual y grupal, especialmente para los estudiantes con bajos niveles de felicidad, abordando factores como conflictos familiares, estrés académico o dificultades socioeconómicas.

- **Para los padres de familia y cuidadores:**

Fomentar vínculos afectivos sólidos y apoyo emocional en casa, ya que la resiliencia se fortalece con redes de apoyo y la felicidad depende también de la calidad de las relaciones familiares.

Promover la autonomía y la confianza en los adolescentes, ayudándoles a enfrentar desafíos sin sobreprotegerlos, pero con acompañamiento afectivo, lo que puede impactar positivamente en su autoestima y bienestar.

- **Para investigadores y futuros tesisistas:**

Explorar modelos más complejos que incluyan variables mediadoras (como autoestima, gratitud, estrés percibido) que podrían explicar la relación paradójica entre resiliencia y felicidad encontrada en este estudio.

Realizar estudios longitudinales o con enfoque mixto, que permitan entender cómo se desarrollan y transforman la resiliencia y la felicidad en el

tiempo, especialmente en contextos de vulnerabilidad.

➤ **Para los estudiantes de Psicología**

Fomentar el autoconocimiento emocional y la práctica reflexiva, se recomienda que los estudiantes desarrollen espacios de reflexión personal sobre sus niveles de bienestar y resiliencia, promoviendo estrategias de afrontamiento saludables y actividades que fortalezcan su felicidad subjetiva. Esto permitirá no solo su bienestar personal, sino también una mayor empatía y eficacia al intervenir en poblaciones adolescentes.

Profundizar en el estudio de la Psicología Positiva, es recomendable que los estudiantes se familiaricen con los modelos actuales de felicidad y resiliencia (como el modelo PERMA de Seligman, o el enfoque multisistémico de Masten), con el fin de ampliar su marco teórico y mejorar la calidad de sus futuras investigaciones e intervenciones en salud mental.

Diseñar proyectos de intervención psicoeducativa, se sugiere que los estudiantes de Psicología desarrollen propuestas orientadas a mejorar el bienestar emocional en adolescentes desde una perspectiva preventiva, especialmente en contextos escolares con condiciones socioemocionales desfavorables, como se evidenció en el presente estudio.

➤ **Para la Universidad de Huánuco**

Incorporar programas de bienestar emocional estudiantil, a partir de los resultados, se recomienda implementar talleres, charlas y acompañamiento psicológico enfocados en promover la felicidad, el sentido de vida, la resiliencia y las habilidades socioemocionales en todos los niveles académicos, especialmente en primer y segundo ciclo.

Fortalecer la formación en Psicología Positiva y desarrollo adolescente, la Universidad puede enriquecer su plan de estudios incluyendo asignaturas optativas o contenidos transversales sobre Psicología Positiva, salud mental en la adolescencia y educación emocional, con énfasis en poblaciones vulnerables.

Promover la investigación aplicada con impacto social, se recomienda incentivar investigaciones que aborden el bienestar psicológico y emocional en la región de Huánuco, priorizando líneas temáticas como resiliencia, felicidad, autoestima, salud mental comunitaria y tutoría. Esto reforzaría el compromiso de la universidad con el desarrollo humano y social de su comunidad.

Establecer vínculos institucionales con instituciones educativas de nivel secundario, basado en los hallazgos del estudio, se sugiere que la Universidad de Huánuco articule con colegios e institutos para realizar programas de intervención psicológica, prácticas preprofesionales e investigaciones conjuntas sobre el bienestar adolescente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acencio, L. (2023). La felicidad en relación con factores sociodemográficos. *Revista Eugenio Espejo*, Ecuador. <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/ree/v18n2/2661-6742-ree-18-02-0004.pdf>
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Interamerican Journal of Psychology*, 40(1), 99-106. <https://www.redalyc.org/pdf/284/28440110.pdf>
- Alarcón, R., & Caycho, T. (2015). Relaciones entre gratitud y felicidad en estudiantes universitarios de lima metropolitana. *Psychologia: avances de la disciplina*, 9(1), 59-69. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1900-23862015000100005&script=sci_arttext
- Ángeles- Donayre, M. M. y Manrique, C. R. (2021). La resiliencia como herramienta de cambio para alcanzar la felicidad en adolescentes de Lima Norte. *PsiqueMag*, 10(1), 90-96. <https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/psiquemag/article/view/231/221>
- Campos, D. E., Palma, L. B. & Villar, K. (2023). Resiliencia en alumnos de instituciones educativas públicas del distrito de amarilis y Huánuco, 2022. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio institucional UNHEVAL. <https://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/9314>
- Csikszentmihalyi, M. (1996). *Fluir (flow): Una psicología de la felicidad*. Kairós. <https://www.facilitadores-alfa.org/wp-content/uploads/2020/10/Fluir-una-Psicologia-de-la-Felicidad.-Mihaly-Csikszentmihaly.pdf>
- Díaz, A. L., Eufrasio, B. D. & Picoy, S. M. (2023). Nivel de felicidad en alumnos de primero y quinto año de estudios de una universidad pública de Huánuco, 2022. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio institucional UNHEVAL. <https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/8885/TPS00394D69.pdf?sequence=5&isAllowed=y>

- Ferreira, F. y Salvitti R. A. (2021). Descrição dos Níveis de Autoestima, Autoimagem, Resiliência e Felicidade de Estudantes Adolescentes/Description of the Levels of Self-Esteem, Self-Image, Resilience and Happiness of Adolescent Students. *Saúde em Foco*, 8(2), 3-14. <http://www4.unifsa.com.br/revista/index.php/saudeemfoco/article/view/2394>
- Fischer, L., Moratalla, C., Tur, R. y Villaró G. (2021). *Despertar tu resiliencia. Aprender de mujeres con discapacidad intelectual. Plena Inclusión Madrid*.
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Huanca, M. D. F. O. (2020). *Resiliencia y violencia en el enamoramiento en adolescentes de las Instituciones Educativas*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio institucional UCSM. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/e0010545-6275-4694-97a5-5af87bc1252a/content>
- Huincho, M. S. (2020). *Nivel de felicidad y nivel de resiliencia en alumnos de una universidad privada limeña*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana los Andes]. Repositorio institucional UPA. <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1796/TESIS%20FINAL%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ñaupas, P., H., Mejía, M. E., Novoa, R. E., y Villagómez, P. A. (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis*. 4a edición, Bogotá: Ediciones de la U.
- Olivar, N. (2022). La resiliencia. *Linked in*. https://es.linkedin.com/pulse/la-resiliencia-nerio-olivar-urbina?trk=pulse-article_more-articles_related-content-card
- Palomino, J. J., Peña, J., D., Zevallos, G. Y Orizano, L. A. (2015). *Metodología de investigación: Guía para elaborar un proyecto en salud y educación*. San Marcos.

- Pimienta., J. y de la Orden, A., (2017). Metodología de la investigación. Pearson.
- Ramírez, A. S. (2021). Correlación entre resiliencia y felicidad en estudiantes de licenciatura en una universidad de Colombia. *Revista de Educación Superior del Sur Global-RESUR*, (11). <http://www.iusur.edu.uy/publicaciones/index.php/RESUR/article/view/128/299>
- Suaña, L. G. (2023). Resiliencia y felicidad en adolescentes de un Colegio Particular Cristiano de Arequipa, 2023. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional UPU. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/9381504>
- Wagnild, G.M. & Young, HM. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Encuesta Nacional de Hogares [ENAHOG]. (2021). Huánuco: el impacto de la pandemia ocasionó un retroceso en la pobreza hasta niveles del 2013. <https://www.ipe.org.pe/portal/huanuco-el-impacto-de-la-pandemia-ocasiono-un-retroceso-en-la-pobreza-hasta-niveles-del-2013/>
- Fondo de las Naciones Unidas de la Infancia (UNICEF, 2022). Ser adolescente en el Perú. <https://www.unicef.org/peru/informes/ser-adolescente-en-peru-2020>
- Defensoría de la niñez. (2021). Datos clave y estadísticas de la niñez Y adolescencia En Chile. https://www.defensorianinez.cl/informe-anual-2021/wp-content/uploads/2021/11/panorama_estadistico_general.pdf
- American Psychological Association [APA]. (s.f.). Resilience. <https://www.apa.org/topics/resilience>.
- Alarcón, R. (2009). Psicología de la felicidad: Introducción a la psicología positiva. Lima: Editorial Universitaria.
- Seligman, M. E. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. Simon and Schuster.

- Porras, G. (2021). La felicidad, Sonja. <https://es.linkedin.com/pulse/la-felicidad-sonja-lyubomirsky-geovanni-porras>
- Argyle, M. (1987). *The psychology of happiness*. Methuen.
- Ipsos (22 de marzo del 2023). Felicidad global 2023. <https://www.ipsos.com/es-pe/felicidad-global-2023#:~:text=Un%2072%25%20de%20peruanos%20se%20considera%20feliz%2C%20seg%C3%BAn%20una%20encuesta,Ipsos%20realizada%20en%2032%20pa%C3%ADses.>
- Mellán, C. A. (2019). *Resiliencia y felicidad en estudiantes del programa beca 18 IES de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad san Martín de Porres]. Repositorio institucional SMP. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/5667/MELLAN_MC.pdf?isAllowed=y&sequence=1
- Jiménez, M.(2024). Informe Mundial de la Felicidad: en qué puesto se encuentra Perú y a qué naciones sudamericanas supera en el ranking. Infobae. <https://www.infobae.com/peru/2024/03/20/estos-son-los-paises-mas-felices-del-mundo-segun-el-informe-mundial-de-la-felicidad-que-lugar-ocupa-peru/>
- Martínez, M. D. R. (2022). *Resiliencia en adolescentes de una escuela Preparatoria del Estado de México*. [Tesis de pregrado, Universidad autónoma del estado de México]. Repositorio institucional UAEMEX. <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/136900/Tesis%20LP%20Martinez%20tesis%20para%20RI%2029%20de%20Sep%202022.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- Vargas C., Gonzales, N., Valdez J., Gonzales S. y Zanatta E. (2020). Resiliencia en adolescentes y adultos en internamiento por diversos delitos. *CIENCIA ergo-sum, Revista Científica Multidisciplinaria de Prospectiva*, 27(1) <https://www.redalyc.org/journal/104/10461231007/10461231007.pdf>
- Claros M. (2022). *Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes de una institución educativa en el distrito de El Tambo - Huancayo, 2022*. [Tesis

de pregrado, Universidad Continental]. Repositorio institucional UC.
https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/12428/2/IV_FHU_501_TE_Claros_Astete_2022.pdf

Maslow, A. (2006). *La amplitud potencial de la naturaleza humana*. (2ª Ed.). Trillas.

Ostos, X. (2023) Inteligencia Emocional y Resiliencia en adolescentes de la institución educativa José Varallanos de Lauricocha , Huánuco – 2021. [Tesis de posgrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizan].
<https://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/9413>

Cyrułnik, B. y Anaut, M. (2016) *¿Por qué la resiliencia?: lo que nos permite reanudar la vida*. Gedisa.

Froh, J. J., y Bono, G. (2016). *Educación en la gratitud: cómo enseñar a apreciar lo positivo de la vida*. Palabra.

Zavaleta, A (2021). *Resiliencia y felicidad en becarios de una universidad privada de Lima*. [Tesis de pregrado, UPC].
<https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Search/Results?lookfor=resiliencia+y+felicidad&type=AllFields>

COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

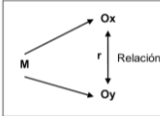
Rengifo Jara, T. (2026). *Felicidad y resiliencia en adolescentes de la institución educativa Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025* [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco]. Repositorio Institucional UDH. <http://...>

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: FELICIDAD Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE LA ZONA URBANO MARGINAL DE TINGO MARÍA – HUÁNUCO, 2024.

PROBLEMA	OBEJTIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<p>GENERAL:</p> <p>¿Cuál es la relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025?</p> <p>ESPECIFICAS:</p> <p>¿Cuál es el nivel predominante de la felicidad en adolescentes de la de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025?</p> <p>¿Cuál es el nivel</p>	<p>GENERAL:</p> <p>Determinar la relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>ESPECIFICAS:</p> <p>Identificar el nivel predominante de la felicidad en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Identificar el nivel predominante de la</p>	<p>GENERAL:</p> <p>Ha: Existe relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Ho: No existe relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>ESPECIFICAS:</p> <p>Ha1:Existe relación significativa entre felicidad y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en adolescentes de la I.E Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Ho1: No existe relación significativa entre</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Felicidad</p> <p>Variable 2:</p> <p>Resiliencia</p>	<ul style="list-style-type: none"> Sentido positivo de la vida. Satisfacción de la vida. Realización personal- Alegría de vivir <ul style="list-style-type: none"> Confianza en sí mismo 	<p>Tipo:</p> <p>Básica</p> <p>Nivel:</p> <p>Descriptivo – correlacional.</p> <p>Enfoque:</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Diseño:</p> <p>no experimental, transversal y correlacional.</p> <p>Esquema:</p> 

<p>predominante de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025?</p> <p>¿Qué relación hay entre felicidad y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025?</p> <p>¿Cuál es la relación entre felicidad y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco,</p>	<p>resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Establecer la relación entre felicidad y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Determinar la relación entre felicidad y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Determinar la relación entre felicidad y la</p>	<p>felicidad y la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Ha2:Existe relación significativa entre felicidad y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Ho2: No existe relación significativa entre felicidad y la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Ha3:Existe relación significativa entre felicidad y la dimensión perseverancia de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Ho3: No existe relación significativa entre felicidad y la dimensión perseverancia de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Ha4: Existe relación significativa entre</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ecuanimidad • Perseverancia • Satisfacción personal • Sentirse bien solo 	<p>Donde:</p> <p>M= Muestra xxx</p> <p>Ov1. Felicidad solo</p> <p>Ov2.resiliencia</p> <p>R= correlación</p> <p>Tipo de muestreo: El tipo de muestreo censal.</p>
---	--	---	---	---

<p>2025?</p> <p>¿Qué relación hay entre felicidad y la dimensión perseverancia de la resiliencia en adolescentes de de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025?</p> <p>¿Cuál es relación entre felicidad y la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en adolescentes de de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025?</p> <p>¿Cuál es la relación entre felicidad y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en</p>	<p>dimensión perseverancia de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Determinar la relación entre felicidad y la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Determinar la relación entre felicidad y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p>	<p>felicidad y la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>HO4: No existe relación significativa entre felicidad y la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Ha5:Existe relación significativa entre felicidad y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p> <p>Ha5: No existe relación significativa entre felicidad y la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias de Tingo María – Huánuco, 2025.</p>
---	--	--

adolescentes de de la
I.E. Gómez Arias de
Tingo María –
Huánuco, 2025?

ANEXO 2 INSTRUMENTO 1

ESCALA DE FELICIDAD

INSTRUCCIONES

A continuación, se presenta una serie de preguntas que describen algunas afirmaciones sobre felicidad. Lea usted detenidamente cada afirmación según el grado de acuerdo o desacuerdo. Las opciones de respuestas son: 1) Totalmente de acuerdo, 2) De acuerdo, 3) Ni de acuerdo ni desacuerdo, 4) En desacuerdo, 5) Totalmente en desacuerdo, seleccione una respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

Ítems	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente desacuerdo
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.					
2. Siento que mi vida está vacía.					
3. Las condiciones de mi vida son excelentes.					
4. Estoy satisfecho con mi vida.					
5. La vida ha sido buena conmigo.					
6. Me siento satisfecho con lo que soy.					
7. Pienso que nunca seré feliz.					
8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes.					
9. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida.					
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar.					
11. La mayoría del tiempo me siento feliz.					
12. Es maravilloso vivir.					

13. Por lo general me siento bien.					
14. Me siento inútil.					
15. Soy una persona optimista.					
16. He experimentado la alegría de vivir.					
17. La vida ha sido injusta conmigo					
18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.					
19. Me siento un fracasado.					
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí.					
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.					
22. Me siento triste por lo que soy.					
23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.					
24. Me considero una persona realizada.					
25. Mi vida transcurre plácidamente.					
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.					
27. Creo que no me falta nada.					

ANEXO 3
INSTRUMENTO 2
ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

Nombres y apellidos (iniciales):

Edad:

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.

TD: Totalmente en desacuerdo

D: en Desacuerdo

PD: Parcialmente en desacuerdo

I: Indiferente

PA: Parcialmente de acuerdo

A: de Acuerdo

TA: Totalmente de acuerdo

¡!!Espere las indicaciones para comenzar la evaluación!!

Ítems	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.							
5. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.							
6. 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 autodisciplinado(a).							
16. Por lo general encuentro de que reírme.							
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.							
18. En una emergencia soy alguien en quien 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.							

ANALISIS ESTADISTICO DE LA EVALUACION DE VALIDEZ DE LA ESCALA DE LA FELICIDAD DE LIMA.

Datos tomados de Acencio, L (2023) – La felicidad y su relación con los factores sociodemográficos

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	1035	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	1035	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,892	,893	27

	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
R1	61,27	210,970	,309	,169	,891
R2	61,01	200,563	,541	,372	,886
R3	61,13	209,258	,400	,247	,889
R4	61,42	205,837	,538	,365	,886
R5	61,18	207,197	,454	,293	,888
R6	61,33	205,403	,497	,318	,887
R7	61,18	202,668	,472	,364	,888
R8	61,19	205,100	,497	,311	,887
R9	60,71	211,875	,217	,163	,894
R10	61,20	204,367	,529	,386	,886

R11	61,25	206,237	,487	,308	,887
R12	61,56	204,487	,563	,394	,886
R13	61,36	205,930	,508	,325	,887
R14	61,33	200,060	,555	,405	,885
R15	61,26	207,170	,417	,256	,889
R16	61,29	207,174	,434	,291	,888
R17	60,84	203,327	,484	,319	,887
R18	60,92	204,039	,458	,310	,888
R19	61,38	200,678	,603	,481	,884
R20	61,30	202,888	,490	,370	,887
R21	61,19	206,747	,426	,254	,888
R22	61,19	201,845	,535	,385	,886
R23	61,20	202,861	,489	,380	,887
R24	61,02	207,863	,401	,259	,889
R25	61,09	208,114	,432	,297	,888
R26	60,94	205,793	,391	,228	,890
R27	60,58	210,531	,260	,144	,893

ANEXO 4
CONSTANCIA DE VALIDACION
 FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA DE
 PSICOLOGIA
LA ESCALA DE LA FELICIDAD DE LIMA
(ALARCON, 2006)

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: LARRY FRANKLIN ACENCIO MALPARTIDA

PROFESIÓN: PSICOLOGO

N° DE COLEGIATURA: 19522

INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: CENTRO EMERGENCIA MUJER

CARGO QUE DESEMPEÑA: COORDINADOR

N o	INDICACION ES	CRITE RIOS	PUNTUACIO			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				X
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos			X	
3	Objetividad	Esta expresado en conductas				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia				X
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar			X	
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la			X	
1	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 110%)	30 – 40
3	Bueno (51% - 75%)	22 – 32
2	Regular (26% - 50%)	11 – 21
1	Deficiente (01% - 25%)	00 – 10

RESULTADO: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 27 DE OCTUBRE de 2023



LARRY F. ACENCIO MALPARTIDA
C.O.P.S. LEGIO DE PSICOLOGOS DEL PERU
C.I.P.S. 19522

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

Número de celular del profesional: 930225856

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA DE
PSICOLOGIA

**LA ESCALA DE LA FELICIDAD DE LIMA
(ALARCON, 2006)**

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: PERCY ROBERTO ITO AGUILAR

PROFESIÓN: PSICOLOGO

N° DE COLEGIATURA: 29288

INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: UNIVERSIDAD DE HUANUCO

N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				X
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos			X	
3	Objetividad	Esta expresado en conductas			X	
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia			X	
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar			X	
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la			X	
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 110%)	30 – 40
3	Bueno (51% - 75%)	22 – 32
2	Regular (26% - 50%)	11 – 21
1	Deficiente (01% - 25%)	00 – 10

RESULTADO: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 25 DE OCTUBRE de 2023



Mg. Percy R. Ito Aguilar
PSICÓLOGO
C.P.S.P. 29268

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA DE
PSICOLOGIA

LA ESCALA DE LA FELICIDAD DE LIMA

(ALARCON, 2006)

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: LAURA MATILDE CRISTOBAL VALDEZ

PROFESIÓN: PSICOLOGO

N° DE COLEGIATURA: 26083


INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: CSMC VIRGILIO LOPEZ CALDERON


N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				X
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos			X	
3	Objetividad	Esta expresado en conductas			X	
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia			X	
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 110%)	30 – 40
3	Bueno (51% - 75%)	22 – 32
2	Regular (26% - 50%)	11 – 21
1	Deficiente (01% - 25%)	00 – 10

RESULTADO: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 28 DE OCTUBRE de 2023



 Mg. Laura M. Cristobal Valdez
PSICÓLOGA
CPsP. 26083

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA DE
PSICOLOGIA

LA ESCALA DE CAPACIDAD DE RESILIENCIA

(WAGNILD, 2009)

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: LARRY FRANKLIN ACENCIO MALPARTIDA

PROFESIÓN: PSICOLOGO

N° DE COLEGIATURA:

19522

INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: CENTRO EMERGENCIA MUJER

CARGO QUE DESEMPEÑA: COORDINADOR

N o	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				X
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos			X	
3	Objetividad	Esta expresado en conductas				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia				X
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar			X	
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la			X	
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 110%)	30 – 40
3	Bueno (51% - 75%)	22 – 32
2	Regular (26% - 50%)	11 – 21
1	Deficiente (01% - 25%)	00 – 10

RESULTADO: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 27 DE OCTUBRE de 2023



LARRY F. ACENCIO MALPARTIDA
C.O.P.S. LEGIO DE PSICOLOGOS DEL PERU
C.P.S.P. 19522

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

Número de celular del profesional: 930225856

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA DE
PSICOLOGIA

**LA ESCALA DE CAPACIDAD DE RESILIENCIA
(WAGNILD, 2009)**

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: PERCY ROBERTO ITO AGUILAR

PROFESIÓN: PSICOLOGO

N° DE COLEGIATURA: 29288

INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: UNIVERSIDAD DE HUANUCO

N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				X
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos			X	
3	Objetividad	Esta expresado en conductas			X	
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia			X	
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar			X	
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la			X	
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 110%)	30 – 40
3	Bueno (51% - 75%)	22 – 32
2	Regular (26% - 50%)	11 – 21
1	Deficiente (01% - 25%)	00 – 10

RESULTADO: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 25 DE OCTUBRE de 2023



Mg. Percy R. Ito Aguilar
PSICOLOGO
C.P.S.P. 29288

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA DE
PSICOLOGIA

**LA ESCALA DE CAPACIDAD DE RESILIENCIA
(WAGNILD, 2009)**

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: LAURA MATILDE CRISTOBAL VALDEZ

PROFESIÓN: PSICOLOGO

N° DE COLEGIATURA: 26083


INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: CSMC VIRGILIO LOPEZ CALDERON


N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				X
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos			X	
3	Objetividad	Esta expresado en conductas			X	
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia			X	
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 110%)	30 – 40
3	Bueno (51% - 75%)	22 – 32
2	Regular (26% - 50%)	11 – 21
1	Deficiente (01% - 25%)	00 – 10

RESULTADO: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 28 DE OCTUBRE de 2023





Mg. Laura M. Cristobal Valdez
PSICÓLOGA
CPsP. 29083

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

ANEXO 5

AUTORIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

"Año de la recuperación y consolidación de la economía
peruana"



SOLICITO: Permiso para realizar proyecto de investigación.

SEÑOR: GILMER CHUQUIYAURI SALDIVAR
DIRECTOR DE LA I.E GÓMEZ ARIAS DÁVILA

DE : RENGIFO JARA TIRONE
Egresado del Programa Académico Profesional de Psicología

Me es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y a la vez solicitar lo siguiente:

Que, habiendo culminado la carrera profesional de psicología en la Universidad de Huánuco, solicito a Ud. permiso para poder realizar el trabajo de investigación en su emblemática institución sobre el tema **"FELICIDAD Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE LA I.E GÓMEZ ARIAS DÁVILA"**. Para optar el grado de Licenciado en psicología. En el cual se aplicarán dos instrumentos psicológicos; Escala Factorial para medir la Felicidad y la Escala de Resiliencia.

Por tanto, ruego a usted que acceda a mi solicitud.

Tingo María, 06 de Mayo del 2025

Rengifo Jara Tirone

DNI: 74578601

934318832





ANEXO 07. CONSENTIMIENTO INFORMADO

TITULO DE LA INVESTIGACION: FELICIDAD Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA DE TINGO MARÍA – HUANUCO, 2025.

OBJETIVO DE LA INVESTIGACION: Determinar la relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

METODOLOGIA: Se aplicará formularios de encuesta.

SEGURIDAD: El estudio no pondrá en riesgo su salud física o psicológica.

DERECHOS DEL PARTICIPANTE: La participación es de manera voluntaria, en el cual usted puede abandonar el estudio en cualquier momento sin ninguna penalidad.

CONFIDENCIALIDAD, PRIVACIDAD DE LOS ARCHIVOS Y ANONIMATO:

En la siguiente investigación se garantiza lo siguiente:

- **Privacidad:** La administración de los tests serán personalizados.
- **Confidencialidad:** En la prueba no se colocará el nombre del participante
- **Participación Voluntaria:** La decisión de participar en esta investigación es completamente voluntaria.

Firma

Participante: A.D.M.P 5º A.....



ANEXO 07. CONSENTIMIENTO INFORMADO

TITULO DE LA INVESTIGACION: FELICIDAD Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA DE TINGO MARÍA – HUANUCO, 2025.

OBJETIVO DE LA INVESTIGACION: Determinar la relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

METODOLOGIA: Se aplicará formularios de encuesta.

SEGURIDAD: El estudio no pondrá en riesgo su salud física o psicológica.

DERECHOS DEL PARTICIPANTE: La participación es de manera voluntaria, en el cual usted puede abandonar el estudio en cualquier momento sin ninguna penalidad.

CONFIDENCIALIDAD, PRIVACIDAD DE LOS ARCHIVOS Y ANONIMATO:

En la siguiente investigación se garantiza lo siguiente:

- **Privacidad:** La administración de los tests serán personalizados.
- **Confidencialidad:** En la prueba no se colocará el nombre del participante
- **Participación Voluntaria:** La decisión de participar en esta investigación es completamente voluntaria.

Firma

Participante: Dayana Jora V. 3ºB



ANEXO 07. CONSENTIMIENTO INFORMADO

TITULO DE LA INVESTIGACION: FELICIDAD Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA DE TINGO MARÍA – HUANUCO, 2025.

OBJETIVO DE LA INVESTIGACION: Determinar la relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

METODOLOGIA: Se aplicará formularios de encuesta.

SEGURIDAD: El estudio no pondrá en riesgo su salud física o psicológica.

DERECHOS DEL PARTICIPANTE: La participación es de manera voluntaria, en el cual usted puede abandonar el estudio en cualquier momento sin ninguna penalidad.

CONFIDENCIALIDAD, PRIVACIDAD DE LOS ARCHIVOS Y ANONIMATO:

En la siguiente investigación se garantiza lo siguiente:

- **Privacidad:** La administración de los tests serán personalizados.
- **Confidencialidad:** En la prueba no se colocará el nombre del participante
- **Participación Voluntaria:** La decisión de participar en esta investigación es completamente voluntaria.



Firma

Participante: Pedro Quispe Areano "4^{to} C"



ANEXO 07. CONSENTIMIENTO INFORMADO

TITULO DE LA INVESTIGACION: FELICIDAD Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA DE TINGO MARÍA – HUANUCO, 2025.

OBJETIVO DE LA INVESTIGACION: Determinar la relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

METODOLOGIA: Se aplicará formularios de encuesta.

SEGURIDAD: El estudio no pondrá en riesgo su salud física o psicológica.

DERECHOS DEL PARTICIPANTE: La participación es de manera voluntaria, en el cual usted puede abandonar el estudio en cualquier momento sin ninguna penalidad.

CONFIDENCIALIDAD, PRIVACIDAD DE LOS ARCHIVOS Y ANONIMATO:

En la siguiente investigación se garantiza lo siguiente:

- **Privacidad:** La administración de los tests serán personalizados.
- **Confidencialidad:** En la prueba no se colocará el nombre del participante
- **Participación Voluntaria:** La decisión de participar en esta investigación es completamente voluntaria.

Firma

Participante: Wendy Campos Vargas 2^{do} "A"



ANEXO 07. CONSENTIMIENTO INFORMADO

TITULO DE LA INVESTIGACION: FELICIDAD Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA GÓMEZ ARIAS DÁVILA DE TINGO MARÍA – HUANUCO, 2025.

OBJETIVO DE LA INVESTIGACION: Determinar la relación entre la felicidad y resiliencia en adolescentes de la I.E. Gómez Arias Dávila de Tingo María – Huánuco, 2025

METODOLOGIA: Se aplicará formularios de encuesta.

SEGURIDAD: El estudio no pondrá en riesgo su salud física o psicológica.

DERECHOS DEL PARTICIPANTE: La participación es de manera voluntaria, en el cual usted puede abandonar el estudio en cualquier momento sin ninguna penalidad.

CONFIDENCIALIDAD, PRIVACIDAD DE LOS ARCHIVOS Y ANONIMATO:

En la siguiente investigación se garantiza lo siguiente:

- **Privacidad:** La administración de los tests serán personalizados.
- **Confidencialidad:** En la prueba no se colocará el nombre del participante
- **Participación Voluntaria:** La decisión de participar en esta investigación es completamente voluntaria.

Firma

Participante: M.M.R.A "1º D"

INSTRUMENTO 1

A.D.M.P
16

ESCALA DE FELICIDAD

INSTRUCCIONES A continuación, se presenta una serie de preguntas que describen algunas afirmaciones sobre felicidad. Lea usted detenidamente cada afirmación según el grado de acuerdo o desacuerdo. Las opciones de respuestas son: 1) Totalmente de acuerdo, 2) De acuerdo, 3) Ni de acuerdo ni desacuerdo, 4) En desacuerdo, 5) Totalmente en desacuerdo, seleccione una respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

Ítems	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente desacuerdo
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.			X		
2. Siento que mi vida está vacía.				X	
3. Las condiciones de mi vida son excelentes.			X		
4. Estoy satisfecho con mi vida.		X			
5. La vida ha sido buena conmigo.			X		
6. Me siento satisfecho con lo que soy.			X		X
7. Pienso que nunca seré feliz.					X
8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes.		X			
9. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida.		X			
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar.			X		
11. La mayoría del tiempo me siento feliz.				X	
12. Es maravilloso vivir.		X			
13. Por lo general me siento bien.			X		
14. Me siento inútil.					X
15. Soy una persona optimista.			X		
16. He experimentado la alegría de vivir.		X			
17. La vida ha sido injusta conmigo			X		

18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.			X		
19. Me siento un fracasado.					X
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí.					X
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.			X		
22. Me siento triste por lo que soy.			X		
23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.			X		
24. Me considero una persona realizada.					X
25. Mi vida transcurre plácidamente.			X		
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.					X
27. Creo que no me falta nada.					X

INSTRUMENTO 2

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

Nombres y apellidos (iniciales): A.O.n.p

Edad: 16 years

Se le solicita que conteste a cada una de las siguientes preguntas marcando con un aspa (X) 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.

TD: Totalmente en desacuerdo

D: en Desacuerdo

PD: Parcialmente en desacuerdo

I: Indiferente

PA: Parcialmente de acuerdo

A: de Acuerdo

TA: Totalmente de acuerdo

Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Indiferente	Parcialmente de acuerdo	de Acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando planifico algo lo realizo				X			
2. Soy capaz resolver mis problemas.						X	
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.				X			
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.						X	
5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).				X			
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.						X	
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.				X			
8. me siento bien conmigo mismo(a).						X	
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.				X			

CFC U AAT
X
X

INSTRUMENTO 1

ESCALA DE FELICIDAD

D.J.V.
16 femenino

INSTRUCCIONES A continuación, se presenta una serie de preguntas que describen algunas afirmaciones sobre felicidad. Lea usted detenidamente cada afirmación según el grado de acuerdo o desacuerdo. Las opciones de respuestas son: 1) Totalmente de acuerdo, 2) De acuerdo, 3) Ni de acuerdo ni desacuerdo, 4) En desacuerdo, 5) Totalmente en desacuerdo, seleccione una respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

Ítems	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente desacuerdo
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.				X	
2. Siento que mi vida está vacía.		X			
3. Las condiciones de mi vida son excelentes.					X
4. Estoy satisfecho con mi vida.					X
5. La vida ha sido buena conmigo.				X	
6. Me siento satisfecho con lo que soy.				X	
7. Pienso que nunca seré feliz.			X		
8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes.			X		
9. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida.				X	
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar.				X	
11. La mayoría del tiempo me siento feliz.				X	
12. Es maravilloso vivir.			X		
13. Por lo general me siento bien.				X	
14. Me siento inútil.		X			
15. Soy una persona optimista.			X		
16. He experimentado la alegría de vivir.			X		
17. La vida ha sido injusta conmigo		X			

18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.		X			
19. Me siento un fracasado.		X			
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí.			X		
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.				X	
22. Me siento triste por lo que soy.			X		
23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.			X		
24. Me considero una persona realizada.					X
25. Mi vida transcurre plácidamente.				X	
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.	X				
27. Creo que no me falta nada.					X

INSTRUMENTO 2
ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

16femen

Nombres y apellidos (iniciales):

Edad:

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.

TD: Totalmente en desacuerdo

D: en Desacuerdo

PD: Parcialmente en desacuerdo

I: Indiferente

PA: Parcialmente de acuerdo

A: de Acuerdo

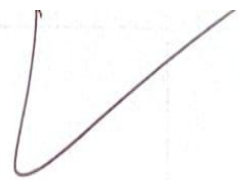
TA: Totalmente de acuerdo

Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Indiferente	Parcialmente de acuerdo	de Acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando planifico algo lo realizo		X					
2. Soy capaz resolver mis problemas.		X					
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.		X					
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.			X				
5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).			X				
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.				X			
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.				X			
8. me siento bien conmigo mismo(a).		X					
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.		X					

10. Soy decidido(a).		X				
11. Soy amigo(a) de mí mismo.				X		
12. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.			X			
13. Considero cada situación de manera detallada.				X		
14. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.		X				
15. Soy autodisciplinado(a).	X					
16. Por lo general encuentro de que reírme.					X	
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.				X		
18. En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.		X				
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.		X				
20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no.				X		
21. Mi vida tiene sentido.		X				
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.			X			
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.		X				
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.				X		
25. Acepto que hay personas a las que no les agrado.					X	

INSTRUMENTO 1

ESCALA DE FELICIDAD



PQ

INSTRUCCIONES A continuación, se presenta una serie de preguntas que describen algunas afirmaciones sobre felicidad. Lea usted detenidamente cada afirmación según el grado de acuerdo o desacuerdo. Las opciones de respuestas son: 1) Totalmente de acuerdo, 2) De acuerdo, 3) Ni de acuerdo ni desacuerdo, 4) En desacuerdo, 5) Totalmente en desacuerdo, seleccione una respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

Ítems	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente desacuerdo
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.		X			
2. Siento que mi vida está vacía.		X			
3. Las condiciones de mi vida son excelentes.			X		
4. Estoy satisfecho con mi vida.			X		
5. La vida ha sido buena conmigo.		X			
6. Me siento satisfecho con lo que soy.			X		
7. Pienso que nunca seré feliz.					X
8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes.		X			
9. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida.		X			
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar.			X		
11. La mayoría del tiempo me siento feliz.		X			
12. Es maravilloso vivir.		X			
13. Por lo general me siento bien.		X			
14. Me siento inútil.			X		
15. Soy una persona optimista.		X			
16. He experimentado la alegría de vivir.		X			
17. La vida ha sido injusta conmigo				X	
18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.			X		

19. Me siento un fracasado.				X	
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí.				X	
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.		X			
22. Me siento triste por lo que soy.			X		
23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.				X	
24. Me considero una persona realizada.			X		
25. Mi vida transcurre plácidamente.		X			
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.			X		
27. Creo que no me falta nada.			X		

INSTRUMENTO 2
ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

Nombres y apellidos (iniciales): P Q

Edad: 13

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.

TD: Totalmente en desacuerdo

D: en Desacuerdo

PD: Parcialmente en desacuerdo

I: Indiferente

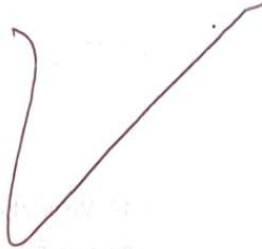
PA: Parcialmente de acuerdo

A: de Acuerdo

TA: Totalmente de acuerdo

Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Indiferente	Parcialmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando planifico algo lo realizo					X	
2. Soy capaz resolver mis problemas.					X	
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.					X	
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.					X	
5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).					X	
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.					X	
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.					X	
8. me siento bien conmigo mismo(a).				X		

INSTRUMENTO 1
ESCALA DE FELICIDAD



NOMBRE Y APELLIDOS (Iniciales): PA

INSTRUCCIONES A continuación, se presenta una serie de preguntas que describen algunas afirmaciones sobre felicidad. Lea usted detenidamente cada afirmación según el grado de acuerdo o desacuerdo. Las opciones de respuestas son: 1) Totalmente de acuerdo, 2) De acuerdo, 3) Ni de acuerdo ni desacuerdo, 4) En desacuerdo, 5) Totalmente en desacuerdo, seleccione una respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

Ítems	Totalmente de Acuerdo	De Acuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	En Desacuerdo	Totalmente Desacuerdo
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.	X				
2. Siento que mi vida está vacía.				X	
3. Las condiciones de mi vida son excelentes.	X				
4. Estoy satisfecho con mi vida.	X				
5. La vida ha sido buena conmigo.	X				
6. Me siento satisfecho con lo que soy.	X				
7. Pienso que nunca seré feliz.					X
8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes.		X			
9. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida.		X			
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar.		X			
11. La mayoría del tiempo me siento feliz.		X			
12. Es maravilloso vivir.		X			
13. Por lo general me siento bien.		X			
14. Me siento inútil.				X	
15. Soy una persona optimista.	X				
16. He experimentado la alegría de vivir.	X				
17. La vida ha sido injusta conmigo				X	
18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.				X	

19. Me siento un fracasado.					
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí.					
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.		X			
22. Me siento triste por lo que soy.				X	
23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.				X	
24. Me considero una persona realizada.		X			
25. Mi vida transcurre plácidamente.		X			
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.				X	
27. Creo que no me falta nada.		X			

INSTRUMENTO 2
ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

Nombres y apellidos (iniciales): PA

Edad: 13

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.

TD: Totalmente en desacuerdo

D: en Desacuerdo

PD: Parcialmente en desacuerdo

I: Indiferente

PA: Parcialmente de acuerdo

A: de Acuerdo

TA: Totalmente de acuerdo

Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Indiferente	Parcialmente de Acuerdo	de Acuerdo	Totalmente de Acuerdo
1. Cuando planifico algo lo realizo						X	
2. Soy capaz resolver mis problemas.						X	
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.						X	
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.					X		
5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).							X
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.							X
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.							X
8. me siento bien conmigo mismo(a).							X

9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.						X	
10. Soy decidido(a).						X	
11. Soy amigo(a) de mí mismo.						X	
12. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.					X		
13. Considero cada situación de manera detallada.						X	
14. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.							X
15. Soy autodisciplinado(a).						X	
16. Por lo general encuentro de que reírme.							X
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.						X	
18. En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.							X
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.						X	
20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no.						X	
21. Mi vida tiene sentido.							X
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.						X	
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.						X	
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.						X	
25. Acepto que hay personas a las que no les agrado.						X	

INSTRUMENTO 1

ESCALA DE FELICIDAD

INSTRUCCIONES A continuación, se presenta una serie de preguntas que describen algunas afirmaciones sobre felicidad. Lea usted detenidamente cada afirmación según el grado de acuerdo o desacuerdo. Las opciones de respuestas son: 1) Totalmente de acuerdo, 2) De acuerdo, 3) Ni de acuerdo ni desacuerdo, 4) En desacuerdo, 5) Totalmente en desacuerdo, seleccione una respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

Ítems	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente desacuerdo
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.				X	
2. Siento que mi vida está vacía.				X	
3. Las condiciones de mi vida son excelentes.		X			
4. Estoy satisfecho con mi vida.			X		
5. La vida ha sido buena conmigo.		X			
6. Me siento satisfecho con lo que soy.			X		
7. Pienso que nunca seré feliz.					X
8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes.			X		
9. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida.				X	
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar.			X		
11. La mayoría del tiempo me siento feliz.		X			
12. Es maravilloso vivir.		X			
13. Por lo general me siento bien.		X			
14. Me siento inútil.					X
15. Soy una persona optimista.	X				
16. He experimentado la alegría de vivir.	X				
17. La vida ha sido injusta conmigo				X	
18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.			X		

19. Me siento un fracasado.					X	
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí.					X	
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.				X		
22. Me siento triste por lo que soy.					X	
23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.						X
24. Me considero una persona realizada.					X	
25. Mi vida transcurre plácidamente.			X			
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.					X	
27. Creo que no me falta nada.					X	

INSTRUMENTO 2

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

Nombres y apellidos (iniciales): W C

Edad: 15

- 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.

TD: Totalmente en desacuerdo

D: en Desacuerdo

PD: Parcialmente en desacuerdo

I: Indiferente

PA: Parcialmente de acuerdo

A: de Acuerdo

TA: Totalmente de acuerdo

Ítems	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Indiferente	Parcialmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando planifico algo lo realizo						X
2. Soy capaz resolver mis problemas.						X
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.						X
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.						X
5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).						X
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.						X
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.					X	
8. me siento bien conmigo mismo(a).						X

9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.					X	
10. Soy decidido(a).						X
11. Soy amigo(a) de mí mismo.						X
12. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.		X				
13. Considero cada situación de manera detallada.						X
14. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.						X
15. Soy autodisciplinado(a).					X	
16. Por lo general encuentro de que reírme.						X
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.					X	
18. En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.						X
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.						X
20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no.					X	
21. Mi vida tiene sentido.						X
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.						X
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.					X	
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.						X
25. Acepto que hay personas a las que no les agrado.						X



