

UNIVERSIDAD  
**CIENTÍFICA**  
DEL SUR

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

“ESTUDIO DE UN CASO: FELICIDAD Y RESILIENCIA EN LOS  
JÓVENES DE LA CASA DE ACOGIDA DE DON BOSCO”

Trabajo de investigación para optar el Grado de Bachiller en:  
Psicología

Presentado por:

Wendy Milagros Meza Manyá (0000-0001-5171-751X)

Eyder Karen Ríos Rivera (0000-0001-5098-0068)

Asesor:

John Omar Espinoza Quiroz (0000-0001-6641-0000)

Lima – Perú

2020



**ACTA DE SUSTENTACIÓN/APROBACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN DE BACHILLER**

Lima, 14 de junio de 2020.

Los integrantes del jurado evaluador del trabajo de investigación:

Presidente: Doctor Carlos Ramón Ponce Díaz
Miembro: Magister John Omar Espinoza Quiroz
Miembro: Magister Jesús Rodomiro Casquier Ortiz

Se reúnen para evaluar el trabajo de investigación de Bachiller:

Estudio de un caso: Felicidad y Resiliencia en los jóvenes de la Casa de Acogida de Don Bosco.

Presentada por los estudiantes:

Meza Manyá, Wendy Milagros  
Ríos Rivera, Eyder Karen

Para optar al grado de Bachiller en Psicología

Asesorada por: Magister, John Omar Espinoza Quiroz

Luego de haber evaluado el informe final del trabajo de investigación de Bachiller, concluyen de manera unánime (3) calificar a:

Tesistas: Meza Manyá, Wendy Milagros Ríos Rivera, Eyder Karen	Nota (en letras): 14 Catorce
Aprobado <input checked="" type="checkbox"/>	Aprobado - Muy buena <input type="checkbox"/>
Aprobado - Sobresaliente <input type="checkbox"/>	Desaprobado <input type="checkbox"/>

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.

Doctor, Carlos Ramón Ponce Díaz  
Presidente del Jurado

Licenciado, John Omar Espinoza  
Quiroz  
Asesor

Magister, Freddy Roberpierre Jaimes  
Alvarez  
Miembro 1

Doctor, Mg. Jesús Rodomiro Casquier Ortiz  
Miembro 2

T/000000000  
ofirmas@cientificasur.pe  
cientificasur.pe

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo Identificar la relación entre la felicidad y resiliencia en los integrantes de la Casa De Acogida Don Bosco en el año 2019. Se desarrolló una investigación de tipo cuantitativo correlacional con un diseño de tiempo transversal, se evaluó una muestra de 42 integrantes de la cuarta etapa de la Casa De Acogida Don Bosco, a quienes se les administró la Escala Factorial para medir la Felicidad de Alarcón y la Escala de Resiliencia (R.S.) de Wagnild e Young. Se encontró que no existe correlación debido a los puntajes obtenidos estadísticamente y por la influencia de los factores que caracterizan a la población tales como proyecto de vida, experiencias negativas pasadas y condición social de riesgo. Finalmente, los niveles de Felicidad se encontraban en mayor proporción a nivel feliz en los cuatro factores y los niveles de resiliencia, hubo mayor porcentaje a nivel media Alta.

**Palabras claves:** Felicidad, Resiliencia, casas de acogida, jóvenes y escala.

## Abstract

The objective of this research work is to identify the correlation between happiness and resilience in the members of the Casa De Acogida Don Bosco in 2019. A quantitative correlational type of research was carried out with a cross-sectional time design, a sample was evaluated of 42 members of the fourth stage of the Don Bosco Reception House, who were administered the Factorial Scale to measure Happiness and the Wagnild and Young Resilience Scale (RS). It was concluded that there is no correlation due to the statistically obtained scores and due to the influence of the factors that characterize the population such as life project, past negative experiences and social condition of risk. Finally, the levels of Happiness were in a greater proportion at the happy level in the four factors and the levels of resilience, there was a higher percentage at the medium-high level

**Keywords:** Happiness, resilience. foster homes, youth, stopovers.

## Introducción

En nuestra vida se presentan constantes situaciones complicadas, quizá alguna más difícil que otras; sin embargo, por más difícil que pueda llegar a ser, lo que en realidad cuenta no es el nivel de dificultad; sino la respuesta que se da a cada situación y que tan adaptable podemos llegar a ser para afrontar la situación de una manera eficaz, además el lograr adaptarse con éxito involucra favorables ventajas para uno mismo aún estando en situaciones complicadas. Asimismo, existe la probabilidad de poder modificar lo que menos nos gusta en nuevas oportunidades que nos permitan crecer, desarrollarnos y generar oportunidades enfocadas en obtener un bienestar personal y por ende influye en visualizar una realidad más feliz. De esta manera asimilar los procesos negativos logra que cada persona se adapte sin que ninguna capacidad y habilidad se vea dañada, pues de esta manera refleja ser una persona con característica resiliente que contribuye a lograr tener un estado de felicidad (Conciencia Global, 2005).

De la misma manera, se presentarán un sinnúmero de experiencias que no van a estar ligada con lo que nos gusta y desestabilizarán algún aspecto de nuestro entorno, pero con una actitud resiliente, que es la capacidad de poder afrontar alguna situación por más difícil que sea y de esta manera obtener resultados favorables para uno mismo. Todo ello se origina de la habilidad de aprender y adaptarse flexiblemente a necesidades que se presenten y se orienten a llevarnos a una vida feliz (Arango, 2005).

En este sentido, se plantea la siguiente interrogante ¿existe relación entre la felicidad y resiliencia en los integrantes de la Casa de Acogida Don Bosco 2019? La resiliencia nos permite asimilar, acomodar y por ende aprender de cada obstáculo que se presenta en la vida, en esto es donde radica su importancia como tema de investigación y busca relacionarlo con la variable felicidad que pertenece a la Psicología Positiva, la cual en realidad es muy poco abordada en investigaciones, asimismo ambas variables enfocadas en la misma Psicología positiva que se encarga de buscar fortalezas en el ser humano (Carretero, 2010).

Por otro lado, en la actualidad los niños y adolescente son las poblaciones con mayor vulnerabilidad, pues no ejercer el derecho de autonomía y de libertad, a todo ello se suma la diferentes condiciones sociales, culturales y económicas que podrían estar pasando lo cual repercute en el goce de sus derechos

(Observatorio Nacional de la Violencia Contra las Mujeres y los Integrantes del Grupo Familiar, 2018)

Asimismo, ser adolescente implica afrontar diferentes adversidades que muchas veces están ligados a la pobreza, falta de oportunidades y no cuenta con redes de apoyo o agentes protectores que permitan proporcionar un desarrollo saludable poniéndolos en riesgo (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2015).

Debemos tener en cuenta que los adolescentes representan una sexta parte del total de la población mundial, en el cual experimentan diferentes cambios a nivel corporal, psicológicos y con el entorno social, haciendo que esta etapa propia de ellos se convierta en seres más vulnerables, pues también se encuentran expuestos a factores como el abuso sexual, explotación, abandono, drogadicción, violencia, etc. que afecta su capacidad de resiliencia y por ende su bienestar personal (Organización mundial de la salud, 2018).

De igual importancia, en el Perú el 40% de los niños y adolescentes entre 6 y 18 años viven en situación de abandono, pobreza y desigualdad social, siendo los más afectados, fragilizados y vulnerables, motivo por el cual solo algunos casos llegan a centros de acogidas (Llerena y Muñoz, 2019).

Para ello, es importante seguir desarrollándose en ellos la capacidad de resiliencia, pues permite disminuir conductas de riesgo y ser potencial al desarrollo de diferentes procesos adaptativos lo cual permite que el joven o adolescentes se incorpore al mundo adulto. Así mismo, permite tener en el adolescente una calidad de vida favorable, pues ayuda que los estresores tengan un impacto menor a sus vidas, ya que al identificar algún estresor o dificultad hace que se consideren varias alternativas para la resolución respectiva, lo cual en mucho caso mejora el bienestar y proporciona una dosis de felicidad. (Bekhet, Zauszniewski, Nakhla, 2008). Por ello, la felicidad es muy importante en la etapa de la adolescencia y juventud y en todas las etapas de la vida, ya que trae múltiples perspectivas acerca de lo que desea realizar, lograr e incluso lo que desea evitar, indagando en esta forma de llegar a la felicidad que desea (Merino y Ángulo, 2007).

Así mismo, durante la adolescencia muchos de ellos suelen atravesar variadas situaciones en la vida académica, familiar, social, etc.; la cual puede incluir

muchos conflictos. Adicional a esto, ser adolescente implica que la manera de encontrarle sentido a esta etapa es variable, también la visión del mundo se va formando en relación a las múltiples interacciones, en los diferentes sistemas que se va desarrollando y desarrollando, sobre todo cuando no se recibe el apoyo familiar, o cuando se es parte de una familia desestructurada, no sólo por el nivel socio – económico, sino por la disfuncionalidad afectiva de los padres y hermanos, profesores, grupos de pares, entre otros (Silva, 2008).

La importancia de la investigación a nivel teórico fue que sirvió de precedente de próximas investigaciones e influenció en el estudio de la población en riesgo desde un enfoque positivo, pues de esta manera se visualiza a la población y potenciar sus fortalezas.

A nivel metodológico permitió alcanzar el conocimiento sobre el uso de las escalas ambas con baremación peruana.

A nivel práctico permitió alcanzar los objetivos trazados e interpretados y con ello aportar en la construcción de un plan de trabajo para la población evaluada.

Finalmente, su relevancia social se basó en que se trabajó con una población significativa, pues son adolescentes jóvenes que se encuentra en riesgo social.

El objetivo general de la investigación fue establecer la relación entre felicidad y resiliencia en los integrantes de la Casa de Acogida Don Bosco 2019.

Asimismo, se plantearon objetivos específicos que buscaron complementar y especificar las relaciones existentes que a continuación se detallan:

- Establecer la relación entre la dimensión sentido positivo de la vida de la felicidad y los componentes: Satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia de la resiliencia en los integrantes de la Casa de Acogida Don Bosco 2019.
- Establecer la relación entre la dimensión satisfacción con la vida de la felicidad y los componentes: Satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia de la resiliencia en los integrantes de la casa de acogida Don Bosco 2019.

- Establecer la relación de la dimensión realización personal de la felicidad y los componentes: Satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia de la resiliencia en los integrantes de la Casa de Acogida Don Bosco 2019.
- Establecer la relación de la dimensión alegría de vivir de la felicidad y los componentes: Satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia de la resiliencia en los integrantes de la Casa de Acogida Don Bosco 2019.

En las investigaciones consultadas se identificó la de Salgado, A. (2009) donde realizó una investigación con el objetivo de establecer la relación entre la resiliencia, felicidad y optimismo en 275 estudiantes de nivel secundario con rango de edad entre los 15 y 18 años; del que concluyó que existe una correlación directa a nivel significativo entre las variables mencionadas, además los datos le permitieron determinar que los sujetos con mayor nivel de optimismo presentaron una mayor tendencia a ser más perseverantes, exitosos y de mejor humor.

Por otro lado, en la investigación realizada por Arequipeño, F. y Gaspar, M. (2017) tuvo como finalidad determinar la existencia de una relación entre resiliencia, felicidad y depresión en adolescentes. Para ello, contó con una muestra de 315 participantes entre las edades de 13 y 17 años, que cursaban el tercero, cuarto y quinto año de secundaria en un distrito de Lima en el año 2016. En el que se determinó que el 93.7% no presentaban síntomas o indicadores depresivos; asimismo, el mayor porcentaje de resiliencia se encontró a nivel promedio siendo este más del 50% y finalmente a un nivel menor, se encontró la felicidad, alcanzando el 31% a nivel promedio.

Asimismo, Velásquez y Montgomery (2009) en su investigación realizada en Lima y Callao midió la correlación entre la depresión y resiliencia en 29 instituciones educativas y contó con la participación de 1309 estudiantes que cursaban del tercero al quinto de secundaria. Los análisis realizados de los puntajes obtenidos les permitió determinar la existencia de una correlación inversa entre ambas variables; sin embargo, existía una correlación positiva entre los componentes internos que componen cada variable. Por otro lado, al

comparar los factores de sexo y lugar de residencia; los resultados demostraron diferencias significativas entre subgrupos.

En un estudio realizado por González y Valdez (2013) que tuvo como objetivo medir el impacto de hechos negativos y positivos, resiliencia y felicidad en los adolescentes. El estudio se realizó en México y contó con la participación de 100 adolescentes entre las edades de 15 y 19 años. Los datos obtenidos evidenciaron que existía un mayor porcentaje de participantes que presentaron un bajo nivel de resiliencia y solo el 25% de la muestra tenía altos niveles de resiliencia; además, los resultados evidenciaron que los participantes resilientes se caracterizan por tener mayor satisfacción con la vida, felicidad y realización personal. Dichos resultados les permitieron concluir que al grupo que obtuvo bajo nivel de resiliencia, era necesario potenciar habilidades cognitivas, emocionales e interpersonales; por otro lado, el nivel alto de resiliencia es un indicador de que el individuo tiene facilidad de desenvolvimiento en el ámbito social, presenta adecuados estilos de afrontamiento y locus de control.

Gómez, Vera, Ávila, Gonzalo & Dorantes (2014) en el estudio empírico que realizaron tuvieron como objetivo medir el efecto de la resiliencia y felicidad en relación a factores estructurales; aplicaron dos cuestionarios y evaluaron a 1201 estudiantes mexicanos de secundaria y bachillerato. Los resultados obtenidos les permitieron concluir que la marginación es uno de los factores que más afecta a la resiliencia en todas sus dimensiones; sin embargo, las capacidades individuales favorecen el desarrollo de la inteligencia y con ello pueden mejorar sus niveles de resiliencia, además las condiciones contextuales tales como edad y tipo de familia, influyen en los niveles de felicidad.

Restrepo, Vinaccia y Quiceno (2011) realizaron una investigación que evaluaba la correlación entre la depresión, resiliencia y calidad de vida concerniente a la salud en una muestra de 36 adolescentes en etapa escolar en la ciudad de Medellín; los datos obtenidos permitió concluir que la resiliencia y la depresión influyen de forma directa en la percepción de calidad de vida.

### **Felicidad**

La felicidad es una de las emociones más cotidianas y buscadas, pues proporciona satisfacción personal, además es importante reconocer que esta emoción es un tema complejo; ya que, es subjetivo a la hora de poder definirlo y en la literatura se encuentra diversas conceptualizaciones.

Seligman (2013), el padre de la Psicología Positiva menciona que la felicidad consiste en disfrutar de la vida que llevamos; es decir, sentirla auténtica. Dicha autenticidad hace referencia a la satisfacción que se percibe mediante las emociones positivas cuando se impulsan las características individuales y las fortalezas. En otras palabras, Seligman se refería que la felicidad no se basa en momento de satisfacción que pasamos durante el día, sino se trata de ser plenamente consciente de las acciones y situaciones que pasamos y poder disfrutar de cada momento.

Así mismo, Seligman (2013) plantea que la felicidad se da en niveles, los que se detallan a continuación:

1. La vida placentera: Es el placer que nos brinda las cosas de manera momentánea, esto significa que es corta en duración.
2. La vida comprometida: Esta es cuando hemos adquirido algún compromiso con grupos sociales que nos permitan desarrollar nuestras fortalezas y de esta manera nos proporciona satisfacción personal, en este nivel se da el conocido estado Flow (sensación de total absorción en lo que se hace).
3. La vida significativa: se refiere al nivel más complicado de lograr, pero no imposible, ya que logra que el individuo encuentra un sentido de vida, este nivel es más largo y duradero.

El ser feliz y lograr una buena vida implica que utilicemos nuestras fortalezas en la vida, amor, trabajo, familia, etc., con el fin de obtener gratificaciones y nos permitan lograr una vida significativa.

Por otro lado, para Alarcón citado por Strusberg (2017); la felicidad es un periodo afectivo subjetivo, en el que se experimenta satisfacción plena debido a la obtención de un bien anhelado utilizando sus fortalezas para lograr obtenerlo.

Mientras que para Sordo citado por Sulca (2018), la felicidad se basa en la actitud con la que el ser humano enfrenta las circunstancias que se le presentan en el transcurso de la vida; es decir, el ser feliz no depende de los acontecimientos sino de cómo enfrentas la situación.

Csikszentmihalyi (2007) mencionaba que el ejemplar de las emociones positiva es la felicidad; es decir, si buscamos ser felices debemos también hacer uso práctico en la vida diaria de las emociones positivas.

En este sentido es importante la desarrollar la felicidad, ya que genera un impacto sobre el bienestar subjetivo y repercutirá en los diferentes entornos sociales donde se desenvuelve de manera positiva.

Como se ha venido observando son muchos los autores que presentan sus conceptos sobre la felicidad y todos realizan contribuciones importantes, pero no se ha logrado llegar a un consenso; sin embargo, esto es enriquecedor, ya que se enfoca a la felicidad desde distintos puntos de vista, y diferentes percepciones.

No obstante, Segura y Ramos (2009) congregaron diversas posturas y brindaron una definición más completa al mencionar que la felicidad está vinculada con estados de bienestar tales como alegría, pasión, tranquilidad, etc., pero no excluye a las emociones negativas y no es un estado transitorio a diferencia del placer o la alegría. Además, consideran a la felicidad como un tipo de actitud constante por lo que se le relaciona a un rasgo de personalidad.

En tal sentido, se considera que la felicidad abarca y está influenciada por factores experienciales y subjetivos que son significativos para cada individuo.

Por otro lado, la diferencia entre felicidad y bienestar subjetivo es casi nulo, pues nos hacen referencia que el bienestar subjetivo es una evaluación acerca de sus vidas en todo momento identificando aspectos positivos como negativos haciendo un juicio global en relación a la satisfacción que se obtiene (Diener, Oishi y Lucas citado por Alarcón, 2006)

### **Resiliencia**

La resiliencia a lo largo de tiempo viene siendo conceptualizada y sigue en este proceso, en este sentido Fergus y Zimmerman (2005) hacen referencia a la resiliencia como un proceso en el que se afronta y supera exitosamente experiencias negativas y de riesgos, así como también, tener un aprendizaje que te permita evitar situaciones de riesgo.

Asimismo, Wagnild y Young citado por Sulca (2018) hacen una conceptualización más estructura y definen a la resiliencia como una particularidad de la personalidad; es decir, es una característica de las personas que contiene un vigor emocional y que estimula recursos internos que permiten la modulación ante experiencias frustrantes o negativas dando pase a la tolerancia y reestructuración a nivel físico, emocional y mental que fortalece positivamente al Yo.

Es en este concepto radica la importancia de desarrollar la resiliencia, ya que permitirá el afrontamiento de diferentes situaciones que se presente a lo largo de nuestra vida y generará un mayor bienestar personal.

Para ello, es importante identificar los componentes que están siempre presentes en la conceptualización de la resiliencia y estas son:

- La noción de adversidad o amenaza al desarrollo humano
- La adaptación positiva de la adversidad
- El proceso que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales.

La importancia de estos tres componentes radica en que permitirá lograr de manera efectiva la adaptación de las adversidades. Un aporte significativo que brinda la psicopatología evolutiva es la describe de las características de la resiliencia que son: inteligencia a nivel promedio y/o superior, locus de control adecuado, temperamento regulado, autoeficacia, eficiencia y autoestima alta, humor, optimismo, adecuado contacto social y estilo de afronte, además de tener una buena autogestión, ser creativo, tener iniciativa, proyecto de vida; ya que, ello implica habilidades tales como la planificación, entusiasmo, motivación e interés. (Luthar, 2006).

Por otro lado, desde la perspectiva auto motivacional describe a la resiliencia como un cambio en la percepción que tenemos de los demás, implica asumir que todo es posible; ya que te enfocas en las potencialidades de cada experiencia. (Forés y Grané, 2012).

Wolin y Wolin (1993) brindaron inicialmente una propuesta sobre los pilares de la resiliencia; sin embargo, Suárez (2004) realiza una actualización y evaluación de dicha propuesta y propone 4 componentes:

- *Componente social*: hace referencia a las habilidades que se utilizan en la interacción social tales como empatía, flexibilidad, adaptabilidad al cambio, autoestima, humor y moralidad.
- *Resolución de problemas (iniciativa)*: es la habilidad que te permite buscar alternativas de solución ante unas circunstancias problemáticas en el que es necesario tener pensamientos flexibles.
- *Autonomía*: hace referencia a la independencia y al desarrollo de la propia identidad.

- *Expectativas positivas de futuro*: es una visión esperanzadora sobre el futuro, pero implica niveles de precaución, coherencia y anticipación.

Por otro lado, Silva citado por Fuentes (2013) presenta a la resiliencia como una alternativa al enfoque tradicional que suele enfocarse en las fortalezas; dicha postura la da en base al análisis que realizó en una investigación en el que evaluó el comportamiento de algunos niños frente a condiciones ambientales negativas y que normalmente suelen producir desajustes en la conducta.

En tal sentido, habiendo realizado una recopilación de los conceptos de la resiliencia, se sintetiza en que ésta hace referencia a la actitud positiva con el que se enfrenta las situaciones adversas, en el que se hace uso de habilidades y potencialidades que te permitan enfrentar dicha situación y obtener resultados positivos; no obstante, las conductas funcionales se van interiorizando en tal sentido que forma parte de los rasgos de la personalidad del individuo.

### **Casas Don Bosco**

Las Casas Don Bosco forman parte de la Red Nacional de Obras Sociales dirigida por la Fundación Don Bosco. Acogen a adolescentes y jóvenes que se encuentran en riesgo social y/o en condición de pobreza extrema; los beneficiarios acceden a programas formativos integrales y de inserción laboral bajo los perfiles de apoyo en formación humana y cristiana (Casas Don Bosco, 2019).

La dinámica de organización de los miembros de la Casa Don Bosco se da mediante 5 etapas; la primera etapa consta del primer encuentro y evaluación del joven (entrevista con el director, asistente social y el área de psicología), la segunda etapa es un periodo de adaptación de un mes en la que el ingresante evalúa si acepta pertenecer a la casa bajo las normas y reglas de la casa, la tercera etapa corresponde a los menores de edad que asisten al colegio, en la cuarta etapa se encuentran los jóvenes que acuden a estudios superiores y la quinta etapa están los jóvenes en inserción laboral. El criterio que usan para poder dividir en etapas es el grado de instrucción académico (Casas Don Bosco, 2019). **Hipótesis**

**H1:** Existe relación significativa entre la felicidad y resiliencia en los integrantes de la Casa de Acogida Don Bosco 2019.

**Ho.** No existe relación significativa entre la felicidad y resiliencia en los integrantes de la Casa de Acogida Don Bosco 2019.

## **Materiales y método**

### **Participantes**

El total de la población fue de 60 adolescentes y jóvenes que formaban parte de la Casa de Acogida Don Bosco y que eran distribuidos en 5 etapas. Para la investigación, se seleccionó una muestra de 42 integrantes que pertenecían a la cuarta etapa de la Casa de Acogida mediante el método no probabilístico aleatorio simple a criterio del investigador (Spiegel, 1978); es decir, los participantes que cumplían con los criterios de inclusión.

**1. Criterios de inclusión:** Son las diferentes características que tienen los participantes que se considera dentro de la investigación.

- ✓ Jóvenes que pertenezcan a la casa de acogida Don Bosco.
- ✓ Jóvenes que pertenezcan a la 4ta etapa de la casa de acogida Don Bosco.
- ✓ Jóvenes que decidan participar voluntariamente en la investigación.
- ✓ Jóvenes que logren todos los ítems de ambos instrumentos de la investigación.

**2. Criterios de exclusión**

- ✓ Jóvenes que no pertenezcan a la casa de acogida Don Bosco.
- ✓ Jóvenes que no pertenezcan a la 4ta etapa de la casa de acogida Don Bosco.
- ✓ Jóvenes que no decidan participar voluntariamente de la investigación
- ✓ Jóvenes que no hayan contestado por completo o la gran mayoría los instrumentos de la investigación

### **Tipo y diseño de estudio**

La investigación fue de enfoque cuantitativo el cual está basado en la recolección de datos para la medición numérica y analizar los patrones de comportamientos y de esta manera probar hipótesis; de tipo correlacional pues pretende determinar la relación entre las variables de estudio. De diseño no experimental puesto que no se manipuló ninguna de las variables; corte transversal porque permitió realizar el estudio en un determinado momento y espacio (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

### **Instrumentos**

Dentro de esta investigación se aplicó una encuesta que es una técnica de investigación que nos permite obtener y elaborar datos (Casas, 2002) y para ello, se hizo uso de dos instrumentos de evaluación que fueron la Escala de felicidad y La Escala de Resiliencia.

Tabla 1: *Ficha técnica. Escala de felicidad*

<b>ESCALA DE LA FELICIDAD</b>	
<b>Nombre</b>	Escala Factorial para medir la Felicidad
<b>Autor</b>	Reynaldo Alarcón
<b>Origen</b>	Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú
<b>Fuente</b>	Interamerican Journal of Psychology
<b>N° de Ítems</b>	27 contruidos según una escala de tipo Likert, de cinco alternativas: totalmente de acuerdo; ni acuerdo ni desacuerdo; desacuerdo; y totalmente en desacuerdo.
<b>Factores identificados</b>	1. Sentido positivo de la vida; 2. Satisfacción con la vida; 3. Realización personal, y 4. Alegría de vivir.
<b>Confiabilidad</b>	0,901
<b>Baremos y Normas</b>	Provisionales, contruido a partir de los criterios de puntajes Máximos y mínimos.

Esta escala está constituida por cuatro factores (Alarcón, 2006):

1. Factor sentido positivo de la vida: Hace referencia en visualizar a la vida como un hecho de experiencias positivas, asimismo evidenciar sentimientos favorables hacia uno mismo y la vida, esto recae de no poseer estados momentáneos de depresión.
2. Factor Satisfacción con la vida: Los ítems de este factor expresan agrado por lo que se ha venido logrando en su vida y consideran que se encuentran donde deberían estar o que están por lograr los ideales de su vida.
3. Factor Realización personal: Considera que la persona se encuentra en una felicidad plena, la cual es más duradera pues se ve influenciada por condiciones como la autosuficiencia, autarquía, tranquilidad emocional y placidez.

4. Factor Alegría de vivir: Hace referencia a las experiencias, al hecho de vivir en su mayoría experiencias positivas de nuestra vida y en general sentirse bien.

Tabla 2: *Ficha técnica. Escala de resiliencia*

### ESCALA DE LA RESILIENCIA

<b>Nombre</b>	Escala de Resiliencia
<b>Autores</b>	Wagnid, G. Young, H. (1993)
<b>Adaptación Peruana</b>	Angelina Cecilia Novela Coquis (2002) Universidad Mayor de San Marcos.
<b>Estandarización</b>	Mario Alejandro Gómez Chacaltana (2019) Universidad Ricardo Palma
<b>Duración</b>	25 a 30 min
<b>Administración</b>	Individual o Colectiva
<b>Aplicación</b>	Para adolescentes y adultos
<b>Confiabilidad</b>	Alfa de Cronbach 0.89 en la adaptación peruana.
<b>Validez</b>	Análisis factorial Exploratorio (0.87) en la adaptación peruana
<b>Factores</b>	Satisfacción Personal Sentirse bien solo Ecuanimidad Perseverancia Confianza en sí mismo

(Gómez,2019) Nos infiere que:

Satisfacción personal: Hace referencia a entender que la vida tiene un propósito y analizar las situaciones que se presentan y que cada una de ellas tiene un sentido.

Sentirse bien solo: Referida a que la vida de cada persona es excepcional y que algunas situaciones se van a compartir con otras personas, pero también existirá otras en las cuales van a tener que enfrentarse solos, y en algunos casos este enfrentarse solo proporcionará un sentido de libertar y de percibirse únicos.

**Ecuanimidad:** Es la percepción de considerar que poseemos una vida equilibrada entre nuestras experiencias, permitiendo que la respuesta ante una situación difícil sea regulada.

**Perseverancia:** Es la capacidad continuar con nuestros proyectos de vida a pesar de las dificultades que se presentan en torno a nuestra vida requiere de autodisciplina y sentirse involucrado con el proyecto que se traza.

**Confianza en sí mismo:** Es actitud de creer en un mismo y en nuestras habilidades, reconociendo nuestras debilidades y fortaleces, lo que permitirá un mejor desenvolvimiento.

### **Procedimientos y análisis estadístico**

Para esta investigación cuantitativa primero se realizó una búsqueda exhaustiva de los instrumentos a utilizar para cada variable, luego se consultó con los asesores. Seguido se determinó la población y por consiguiente la muestra. El siguiente paso fue solicitar el permiso correspondiente a los responsables de la Casa de Acogida y se realizó la firma del consentimiento informado. Posteriormente se programó la fecha de aplicación de los instrumentos. Seguidamente se realizó la evaluación correspondiente, se calificó los resultados y se organizaron los puntajes en una base de datos por cada variable utilizando el programa Microsoft Excel 2018.

Después se continuó con el análisis estadístico correspondiente, en la cual se utilizó los estadísticos aplicado para ciencias sociales SPSS Versión 25. Se tabularon los datos y se presentaron en tablas y figuras en relación a las variables y dimensiones.

Para la prueba de normalidad, se analizó los datos mediante la prueba Shapiro-Wilk; ya que el número de participantes es menor a 50; la tabla 3 evidenció que los niveles de significancia fueron menores a 0,05 lo que permitió concluir que existió una distribución es no normal; por lo tanto, se utilizó pruebas no paramétricas.

Tabla 3: *Prueba de normalidad*

Pruebas de normalidad						
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
TOTAL R	,120	42	,141	,914	42	,004
TOTAL F	,225	42	,000	,806	42	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

### Aspectos éticos

El marco de referencia de la investigación se basa en fuentes confiables, además se hizo uso de un consentimiento informado presentado al director de la Casa Don Bosco Ricardo Lanch y también a los participantes, para la protección de los derechos de libertad para ser evaluados y utilizar la información en esta investigación. Además de una carta de presentación para el ingreso y la aplicación dentro de la institución.

### RESULTADOS

Análisis correlacional de la variable Felicidad y la variable Resiliencia

 Tabla 4: *Análisis correlacional de las variables Felicidad y Resiliencia*

			TOTAL R	TOTAL F
Rho de Spearman	Resiliencia	Coeficiente de correlación	1,000	-,030
		Sig. (bilateral)	.	,849
		N	42	42
	Felicidad	Coeficiente de correlación	-,030	1,000
		Sig. (bilateral)	,849	.
		N	42	42

Fuente: Elaboración propia

Los datos que se obtuvieron en la tabla 4 evidenciaron que no existe correlación significativa entre las variables Felicidad y Resiliencia debido a que el nivel de significancia es de 0.849. En tal sentido, se rechazó la hipótesis de investigación y se aceptó la hipótesis nula.

Por otro lado, se realizó el análisis correlacional entre las dimensiones de ambas variables, tal como se plantean en los objetivos específicos:

Correlación de la dimensión Sentido Positivo de la Vida de la variable Felicidad y los componentes: Satisfacción Personal, Ecuanimidad, Sentirse Bien Solo, Confianza en Sí Mismo y Perseverancia de la variable Resiliencia.

Tabla 5: *Análisis correlacional de la dimensión Sentido Positivo de la Vida (SPV), de la variable Felicidad y los componentes: Satisfacción Personal (SP), Ecuanimidad (EC), Sentirse Bien Solo (SBS), Confianza en Sí Mismo (CSM) y Perseverancia (PER) de la variable Resiliencia.*

			SP	EC	SBS	CSM	PER
Rho de Spearman	SPV	Coefficiente de correlación	,006	,119	-,027	-,084	-,082
		Sig. (bilateral)	,971	,452	,863	,597	,606
		N	42	42	42	42	42

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 5, los cifras que se obtuvo demostraron que no existe correlación entre la dimensión sentido positivo de la vida y los componentes de la resiliencia; ya que los niveles de significancia superan el 0,05.

Correlación de la dimensión Satisfacción con la Vida de la felicidad y los componentes: Satisfacción Personal, Ecuanimidad, Sentirse Bien Solo, Confianza en Sí Mismo y Perseverancia de la variable Resiliencia.

Tabla 6: *Análisis correlacional de la dimensión Satisfacción con la Vida (SCV) de la felicidad y los componentes: Satisfacción Personal (SP), Ecuanimidad (EC), Sentirse Bien Solo (SBS), Confianza en Sí Mismo (CSM) y Perseverancia (PER) de la variable Resiliencia.*

			SP	EC	SBS	CSM	PER
Rho de Spearman	SCV	Coefficiente de correlación	,214	,003	-,121	-,059	-,012
		Sig. (bilateral)	,173	,985	,447	,711	,941
		N	42	42	42	42	42

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 6, se obtuvo que los niveles de significancia en todas las correlaciones entre la dimensión satisfacción con la vida de la felicidad y los componentes de la resiliencia son mayores a 0.05; por lo tanto, no existe correlación entre los factores analizados.

Correlación de la dimensión Realización Personal de la felicidad y los componentes: Satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia de la resiliencia

Tabla 7: *Análisis correlacional de la dimensión Realización Personal (RP) de la felicidad y los componentes: Satisfacción Personal (SP), Ecuanimidad (EC), Sentirse Bien Solo (SBS), Confianza en Sí Mismo (CSM) y Perseverancia (PER) de la variable Resiliencia*

			SP	EC	SBS	CSM	PER
Rho de Spearman	RP	Coefficiente de correlación	,246	,024	-,087	-,039	,085
		Sig. (bilateral)	,116	,878	,584	,807	,593
		N	42	42	42	42	42

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 7, las cifras evidenciaron que no existe correlación entre los factores analizados debido a que los niveles de significancia son mayores a 0.05.

Correlación de la dimensión Alegría de Vivir de la felicidad y los componentes: Satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y Perseverancia de la resiliencia.

Tabla 8: *Análisis correlacional de la dimensión Alegría de Vivir (AV) de la felicidad y los componentes: Satisfacción Personal (SP), Ecuanimidad (EC), Sentirse Bien Solo (SBS), Confianza en Sí Mismo (CSM) y Perseverancia (PER) de la variable Resiliencia.*

		SP	EC	SBS	CSM	PER
Rho de Spearman	AV	,369*	,067	- ,002	,098	,186
		Sig. (bilateral)	,016	,674	,989	,536
		N	42	42	42	42

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 8, se obtuvo que solo existe correlación entre la dimensión alegría de vivir de la felicidad y la dimensión satisfacción personal de la resiliencia; ya que el nivel de significancia es de 0.016; sin embargo, en nivel de magnitud es bajo (0.369).

### **Discusión**

De acuerdo al análisis realizado, se determinó que no existe una correlación entre la resiliencia y felicidad en los integrantes de la Casa de Acogida Don Bosco.

Existen varias investigaciones que fueron antecedentes en la presente investigación que determinaron la existencia de una relación entre ambas variables; ya que concluyen que el hacer uso de los recursos individuales permiten superar el dolor y el sufrimiento, esta son características de las personas resilientes; además dicho proceso de superación genera satisfacción

personal lo que puede ser entendida como felicidad; sin embargo, esto no determina la existencia constata de dicha relación; ya que existen otros factores tales como los agentes externos y condición social de riesgo que influyen en la conceptualización y por ende en el desarrollo y de su felicidad y resiliencia.

En las investigaciones realizadas por Salgado, A. (2009), Arequipeño, F. y Gaspar, M. (2017) y González y Valdez (2013) concluyeron que existe correlación entre la resiliencia y la felicidad, sin embargo, los datos que se obtuvieron en el análisis realizado en nuestra investigación difieren de dichos resultados pero que se asemejan a las investigaciones realizadas por Gómez, Vera, Ávila, Gonzalo & Dorantes (2014) quienes evidenciaron que no existe una correlación entre ambas variables y que esto se debe a factores tales como la edad, tipo de familia y condición social. No obstante, en la investigación realizada por González y Valdez (2013) si bien obtuvieron que existen relación entre ambas variables, los investigadores sustentaron que el lugar de residencia y el sexo son características que influyen en el desarrollo tanto de la felicidad como de la resiliencia.

La felicidad está basada en poder darle un significado a lo que hacemos y tenemos, dependiendo de las circunstancias; pueden ser de corta o larga duración; así mismo, no se enfoca en la negación, evitación del dolor y sufrimiento; ya que se sustenta bajo un enfoque positivo. Por otro lado, la resiliencia, es la habilidad de superar las situaciones de crisis. Es por ello, que podemos inferir que en los integrantes de la Casa de Acogida Don Bosco, no existe dicha relación; ya que su estado de felicidad no necesariamente está ligado a su capacidad resiliente; puesto que muchos de los integrantes que se encuentran en la Casa don Bosco han desarrollado su capacidad resiliente desde muy temprana edad, pues provienen de condiciones sociales de riesgo y el permanecer en la casa les permite fortalecer estas capacidades debido a que tienen que adaptar a las normas de la institución; sin embargo, esto no determina su felicidad puesto que existen otros factores tales como la distancia y poca comunicación con sus familiares y por la etapa de desarrollo en la que se encontraban; pues en dichas edades los proyectos de vida y planes a futuro aún no se encuentran bien definidos.

La correlación que existió entre la dimensión alegría de vivir de la felicidad y satisfacción personal de la resiliencia es sustentada en función a la similitud conceptual de ambos componentes; es decir, Gómez (2019) define a la satisfacción personal como la capacidad de entender que las experiencias vividas tiene un propósito y un sentido y te aportan aprendizaje; no obstante, Alarcón (2006) define a la alegría de vivir como al aprendizaje positivo que se obtiene de las experiencias vividas y la satisfacción que éstas generan. Además, mediante el análisis cualitativo, se interpreta que los jóvenes perciben lo gratificante que es la vida e identifican lo positivo de cada experiencia lo que genera una satisfacción personal y que les permite potenciar su actitud resiliente y bienestar psicológico.

## **CONCLUSIONES**

- En los antecedentes encontrados existió relación significativa entre la felicidad y resiliencia, sin embargo, en la investigación no existió relación debido a otros factores que caracterizó a la población evaluada.
- La felicidad es una emoción que aumenta sus niveles según el tipo de estímulo al que es expone; sin embargo, la resiliencia es un proceso que se va construyendo en función a las experiencias vividas.
- El 61.9% de la muestra total obtuvo un nivel Medio Alto de resiliencia (anexo 1), además la distribución de los integrantes en relación a los factores Sentido Positivo de la Vida, Satisfacción Personal, Realización Personal y Alegría de vivir de la felicidad, se dio a un nivel Feliz (Anexo 2); ello evidenció que los integrantes de la Casa Don Bosco contaban con herramientas necesarias para desenvolverse en el ámbito social y relacionarse con estilos de afrontamiento positivos.
- Se propone para la institución una intervención con talleres en sus adolescentes para fortalecer ambas variables y así asegurar el buen desarrollo de los miembros de la Casa don Bosco.

## **AGRADECIMIENTO:**

Agradecemos a la Casa de Acogida don Bosco porque permitió el acceso a su población y autorizó el desarrollo de la investigación; asimismo a nuestro asesor, familia y amigos por el apoyo y asesoramiento brindado.

## Referencias bibliográficas

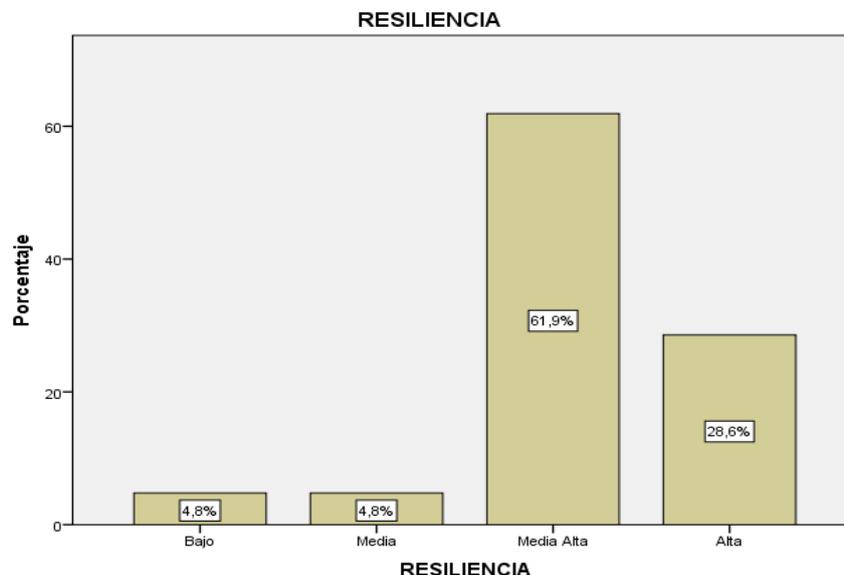
- Alarcón, R. (2000). *Variables psicológicas asociadas con la felicidad*. *Persona*, 3, 147-157.
- Arango, O. (2005). *La resiliencia, una alternativa actual para el trabajo psico-social*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1942/194220464008.pdf>
- Arequipaño, F. y Gaspar, M. (2017). *Resiliencia, felicidad y depresión en adolescentes de tercero a quinto grado del nivel secundario de instituciones educativas estatales del distrito de Ate Vitarte en el 2016*. Recuperado de: [http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/397/Flor\\_Tesis\\_bachiller\\_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/397/Flor_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Blog de notas (2019). *La felicidad depende de nuestra capacidad de adaptación*. Recuperado de <http://sumafelicidad.es/felicidad-depende-capacidad-adaptacion>
- Carretero, R. (2010). *Resiliencia. Una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/181/18113757004.pdf>
- Casas, J. (2002). *La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I)*. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-encuesta-como-tecnica-investigacion--13047738>
- Casas Don Bosco (2019). *Proyecto Educativo Pastoral*, Recuperado de <http://casadonbosco.org/>
- Conciencia Global. (2017). *Adaptación, felicidad y resiliencia*. Recuperado de [https://www.revistaconcienciaglobal.com/Adaptacion-felicidad-y-resiliencia\\_a212.html](https://www.revistaconcienciaglobal.com/Adaptacion-felicidad-y-resiliencia_a212.html)
- Cuadra, L. y Ramón, U. (2003). *Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1342/134245262008.pdf>
- Fergus, S. y Zimmerman, M.(2005). *Adolescent resilience*: Recuperado de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-46882007000200004](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-46882007000200004)
- Fondo de la Naciones Unidas para la infancia (2015). *Una aproximación a la situación de adolescentes y jóvenes en américa latina y el caribe a partir de evidencia cuantitativa reciente*. Recuperado de [https://www.unicef.org/lac/sites/unicef.org.lac/files/2018-04/UNICEF\\_Situacion\\_de\\_Adolescentes\\_y\\_Jovenes\\_en\\_LAC\\_junio21\\_05.pdf](https://www.unicef.org/lac/sites/unicef.org.lac/files/2018-04/UNICEF_Situacion_de_Adolescentes_y_Jovenes_en_LAC_junio21_05.pdf)

- González, N. y Valdéz, J. (2013). *Resiliencia y felicidad: El impacto de hechos negativos y positivos en adolescentes*. Recuperado de <https://revistas.ucc.edu.co/index.php/pe/article/viewFile/616/581>
- Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, M. (2010). *Metodología de la Investigación*. Recuperado de [https://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf](https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf).
- Investigación del Instituto de Opinión de la Pontificie Universidad Católica del Perú. (2018). *Una mirada a la salud mental (a nivel nacional urbano-rural)*: Recuperado de <https://larepublica.pe/sociedad/1218645-el-estres-ese-enemigo-silencioso-que-afecta-al-80-de-peruanos>
- Lazo, V. (2015). *Manifestaciones de la depresión y rendimiento académico de adolescentes de 15 a 19 años*. (Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca). Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/21220>
- Lerena, A. y Latour, M. (2012). *Resiliencia. Conceptualización e investigaciones en Argentina*: Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3331/333127382004>
- Llerena, J., y Muñoz, M. (2019). *Resiliencia en adolescentes de un centro de acogida*. Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10115/PSIIgujm.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/21220>
- Losada, A. y Latour, M. (2012). *Resiliencia. Conceptualización e investigaciones en Argentina*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3331/333127382004.pdf>
- Mercado, M. (2014). *Concepto de felicidad en jóvenes*. Recuperado de <http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v12n1/v12n1a04.pdf>
- Salgado, A. (2009). *“Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la ciudad de Lima”*. Recuperado de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272009000200007](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272009000200007)
- Seligman, M. (2017). *Psicología de la felicidad*. Recuperado de <https://ecr.edu.co/documentos/bienestar/tips/la-felicidad.pdf>
- Sulca, R. (2018). *Resiliencia y calidad de vida en adolescentes de asentamientos humanos de Lima*. Recuperado de [https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/62404/0/fernandez\\_lr.pdf;jsessionid=E7E14029A813ED9BA237EDA16F969035?sequence=4](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/62404/0/fernandez_lr.pdf;jsessionid=E7E14029A813ED9BA237EDA16F969035?sequence=4)

- Spiegel, M. (1978). *Probabilidad y Estadística*. Recuperado de <https://clea.edu.mx/biblioteca/Spiegel%20Murray%20-%20Probabilidad%20Y%20Estadistica.pdf>.
- Restrepo, C. Vinaccia, S. y Quiceno, J. (2011). *Resiliencia y depresión: un estudio exploratorio desde la calidad de vida en la adolescencia*. *Suma Psicológica*, 18(2), 41 – 48. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134222985004>
- Observatorio Nacional de la Violencia Contra las Mujeres y los integrantes del Grupo Familiar (2018). *Los niños, niñas y adolescentes: población vulnerable al maltrato y al abuso*. Recuperado de <https://observatorioviolencia.pe/ninez-vulnerable-al-maltrato/>
- Organización mundial de la Salud (2018). *Adolescentes: riesgos para salud y soluciones*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- Velásquez, C. y Montgomery, W. (2009). *Resiliencia y depresión en estudiantes de secundaria de lima metropolitana con y sin participación en actos violentos*. *Revista de investigación UNMSM*, 12(2), 75 – 87. Recuperado de <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/3756>

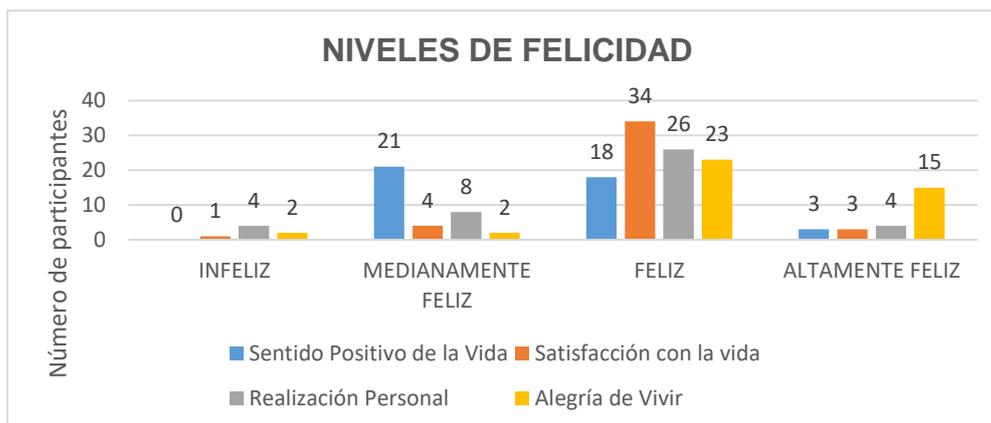
## Anexos

Anexo 1: *Niveles Generales de la variable Resiliencia en 42 integrantes de la casa de Acogida Don Bosco.*



En el Anexo 1 se apreció que un 61.9% de los jóvenes de la casa de Acogida Don Bosco tenían un nivel Media Alta resiliente. Un 28.6% se encontró en un nivel Alto resiliente. Mientras que, hubo homogeneidad a un 4.8% a un nivel Bajo y Media resiliente.

Anexo 2: *Niveles por Factores de la Felicidad en 42 integrantes de la casa de Acogida Don Bosco.*



En el anexo 2, se evidenció que hubo una mayor distribución de los jóvenes en el nivel Feliz de los factores sentido positivo de la vida, satisfacción personal, Realización Personal y Alegría de vivir. Además, 7 integrantes obtuvieron un nivel Infeliz en los factores Satisfacción Personal, Realización Personal y Alegría de vivir.

### Anexo 3: Escala de resiliencia

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

Anexo 4: *Escala de felicidad de Lima*

**ESCALA DE FELICIDAD DE LIMA ADAPTADA A ADULTOS MAYORES**

**DATOS PERSONALES:**  
 Iniciales de los nombres:..... Seudónimo:.....  
 Sexo: Hombre  Mujer  Edad..... Grado de instrucción.....  
 Ocupación.....  
 Estado civil: Soltero  Casado  Viudo  Divorciado  Conviviente   
 Ciudad donde vive:.....  
 Lugar donde vive (especifique si es su vivienda, de familiares, una institución u otros).....  
 Personas con quienes vive:.....  
 Otra información relevante:.....

**INSTRUCCIONES:**  
 Más abajo encontrará una serie de afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo, en desacuerdo o en duda. Lea detenidamente cada afirmación y luego utilice la escala para indicar su grado de aceptación o de rechazo a cada una de las frases. Marque su respuesta con una X. No hay respuestas buenas ni malas.

**ESCALA:**  
 Totalmente de Acuerdo (TA)  
 Acuerdo (A)  
 Ni acuerdo ni desacuerdo (¿)  
 Desacuerdo (D)  
 Totalmente en Desacuerdo (TD)

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

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

**CALIFICACION:**

Según los ítems para cada factor. Se suman los puntajes en base a las respuestas, que están presentadas en escala Likert.

*¡Gracias por su colaboración!!!*