



BIENESTAR PSICOLÓGICO,  
FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y  
RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE  
SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA DEL DISTRITO DE SAN  
SEBASTIÁN, CUSCO, 2026

TESIS PARA OPTAR EL GRADO DE  
MAESTRO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

POOL DANIEL ASTETE LAURA

LIMA – PERÚ

2026



**ASESORA**

**MG. GIOVANNA AIMEE MEJIA CRUZ**

**JURADO DE TESIS**

**DRA. ELENA ESTHER YAYA CASTAÑEDA**

**PRESIDENTE**

**DRA. ELIZABETH DANY ARAUJO ROBLES**

**VOCAL**

**MG. CAROLINA JESUSA MAYORCA CASTILLO**

**SECRETARIA**

## **DEDICATORIA**

A mis hermanos, por ser el ejemplo de esfuerzo y perseverancia que intento  
seguir.

A mi padre, por su apoyo y acompañamiento a lo largo de este camino.

Y, especialmente, a mi madre, por ser mi todo, mi guía y mi mayor ejemplo  
de valentía. Gracias por cada sacrificio y por todo el esfuerzo que hiciste para  
educar a tus hijos.

## **AGRADECIMIENTOS**

A la directora, coordinadora de tutoría, padres/apoderados y estudiantes del centro educativo participante, por brindarme su tiempo y colaboración durante el desarrollo de la presente investigación.

A mi asesora, Mg. Giovanna Aimeé Mejía Cruz, por el tiempo brindado, sus valiosas sugerencias y amabilidad, las cuales hicieron posible culminar este proceso.

A la universidad, docentes y compañeros que formaron parte de este camino de formación profesional, por las enseñanzas, experiencias y apoyo compartido a lo largo de esta etapa.

## **FUENTES DE FINANCIAMIENTO**

Tesis autofinanciada



UNIVERSIDAD PERUANA  
CAYETANO HEREDIA

#### DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD

Los egresados:

| Nº | APELLIDOS Y NOMBRES      |
|----|--------------------------|
| 1. | ASTETE LAURA POOL DANIEL |

Pertenecientes al programa de la **MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**, autores del trabajo titulado: **BIENESTAR PSICOLÓGICO, FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE SAN SEBASTIÁN, CUSCO, 2026**, el cual ha sido elaborado, sustentado y aprobado, según corresponda, para optar por el grado de **MAESTRO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA** bajo la modalidad de **TESIS**.

En calidad de docentes asesores de la Universidad Peruana Cayetano Heredia:

| Nº | APELLIDOS Y NOMBRES DEL DOCENTE | FACULTAD | NIVEL DE ASESORÍA |
|----|---------------------------------|----------|-------------------|
| 1. | MEJIA CRUZ GIOVANNA AIMEE       | FAPSI    | ASESOR            |

Declaramos que el contenido del presente documento es original y que las citas y referencias a otros autores cumplen con las normas académicas establecidas. En ese sentido, hacemos constar que:

- El documento presenta un porcentaje de similitud de **13%**, según el reporte emitido por el software **Turnitin®** (identificador de entrega: **3046008114**; fecha de entrega: **29-09-2026**).
- Tras una revisión detallada del reporte y del contenido del trabajo en cuestión, no se han identificado indicios de plagio.
- Se certifica que el documento respeta los principios de integridad académica y cumple con los requisitos institucionales de originalidad.

Lugar y fecha: **Lima, 29 de septiembre de 2026**

Firma del asesor  
Nº DNI: 41301781  
ORCID: 0000-0001-7999-7090

Firma del Co-asesor  
Nº DNI:  
ORCID:

## ÍNDICE

RESUMEN

ABSTRACT

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| INTRODUCCIÓN .....                               | 1  |
| 1.1. Planteamiento del problema .....            | 1  |
| 1.2. Formulación del problema .....              | 7  |
| 1.3. Justificación e importancia .....           | 7  |
| 1.4. Objetivos del estudio .....                 | 9  |
| MARCO TEÓRICO .....                              | 10 |
| 2.1. Antecedentes .....                          | 10 |
| 2.2. Sustento teórico de las variables .....     | 17 |
| 2.3. Hipótesis .....                             | 34 |
| METODOLOGÍA .....                                | 35 |
| 3.1. Tipo y diseño .....                         | 35 |
| 3.2. Población y muestra .....                   | 36 |
| 3.3. Variables .....                             | 38 |
| 3.4. Técnicas e instrumentos .....               | 40 |
| 3.5. Procedimiento de recolección de datos ..... | 44 |
| 3.6. Plan de análisis de datos .....             | 45 |
| 3.7. Consideraciones éticas .....                | 46 |
| RESULTADOS .....                                 | 49 |
| 4.1. Análisis de objetivos descriptivos .....    | 49 |
| 4.2. Análisis de objetivos relacionales .....    | 52 |
| DISCUSIÓN .....                                  | 57 |
| CONCLUSIONES .....                               | 71 |
| RECOMENDACIONES .....                            | 73 |
| REFERENCIAS .....                                | 75 |
| ANEXOS .....                                     |    |

## **RESUMEN**

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026. Fue de enfoque cuantitativo, alcance descriptivo-correlacional, diseño no experimental y corte transversal. La muestra estuvo conformada por 321 estudiantes de tercero a quinto de secundaria, con edades entre 14 y 17 años, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de datos se emplearon la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J), la Escala de Evaluación de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados mostraron un predominio del nivel bajo de bienestar psicológico (42.7 %) y del nivel muy alto de resiliencia (54.2 %). Respecto a las dimensiones del funcionamiento familiar, en cohesión predominaron las familias unidas (44.9 %) y separadas (39.6 %), mientras que en adaptabilidad predominaron las familias estructuradas (40.2 %) y flexibles (39.6 %). El análisis bivariado evidenció relaciones positivas, de magnitud media y estadísticamente significativas del bienestar psicológico con cohesión ( $\rho = .382$ ), adaptabilidad ( $\rho = .395$ ) y resiliencia ( $\rho = .423$ ); asimismo, la resiliencia se relacionó con cohesión ( $\rho = .308$ ) y adaptabilidad ( $\rho = .357$ ). Se concluye que el bienestar psicológico, las dimensiones cohesión y adaptabilidad del funcionamiento familiar y la resiliencia mantienen relaciones positivas y estadísticamente significativas en los estudiantes evaluados.

## **PALABRAS CLAVE**

Bienestar psicológico, resiliencia, funcionamiento familiar, adolescentes.

## **ABSTRACT**

This research aimed to determine the relationship between psychological well-being, dimensions of family functioning, and resilience among secondary school students at an educational institution in the San Sebastián district of Cusco in 2026. The study employed a quantitative approach with a descriptive-correlational scope, using a non-experimental, cross-sectional design. The sample consisted of 321 students in the third through fifth years of secondary school, aged 14 to 17, selected via non-probability convenience sampling. Data collection utilized the Psychological Well-being Scale (BIEPS-J), the Family Cohesion and Adaptability Evaluation Scale (FACES III), and the Wagnild and Young Resilience Scale. Results showed a predominance of low levels of psychological well-being (42.7%) and very high levels of resilience (54.2%). Regarding family functioning dimensions, "connected" (44.9%) and "separated" (39.6%) families predominated in terms of cohesion, while "structured" (40.2%) and "flexible" (39.6%) families predominated in terms of adaptability. Bivariate analysis revealed positive, statistically significant, and moderate-magnitude relationships between psychological well-being and cohesion ( $\rho = .382$ ), adaptability ( $\rho = .395$ ), and resilience ( $\rho = .423$ ); likewise, resilience was related to cohesion ( $\rho = .308$ ) and adaptability ( $\rho = .357$ ). It is concluded that psychological well-being, the cohesion and adaptability dimensions of family functioning, and resilience maintain positive and statistically significant relationships among the students evaluated.

## **KEYWORDS**

Psychological well-being, resilience, family functioning, adolescents.

## **INTRODUCCIÓN**

### **1.1. Planteamiento del problema**

En años recientes, la educación peruana adquirió mayor importancia debido al compromiso asumido por el estado para alcanzar los Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS), entre los cuales se encuentra garantizar una calidad educativa para todas las personas al año 2030. No obstante, los esfuerzos orientados a mejorar el sistema educativo continúan centrándose principalmente en indicadores de rendimiento académico, como las evaluaciones nacionales e internacionales, resaltando las pruebas PISA y OCDE para competencias en lectoescritura y matemática (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico, 2019). Dejando en un segundo plano a factores psicológicos y familiares que también influyen en el desarrollo integral de los estudiantes. A este respecto, el Ministerio de Salud estima que el 30% de niños, niñas y adolescentes presentan riesgo de desarrollar problemas de comportamiento, emocionales y atencionales. Situación que se ve agravada por la insuficiente implementación de programas dirigidos al fortalecimiento de habilidades socioemocionales y competencias parentales (Plataforma digital única del Estado Peruano, 2025).

En esa línea, según Farfán et al. (2025) el factor psicológico tiene mayor importancia en adolescentes que cursan la educación secundaria, ya que la estabilidad emocional promueve el éxito académico y, en consecuencia, la

adquisición de conocimientos. Por otra parte, Quijano (2022) sostiene que el entorno familiar aporta de forma positiva en el proceso educativo y estabilidad afectiva de los adolescentes. Ambos autores hacen hincapié en estudiantes de secundaria, los cuales tienen la edad entre 10 a 19 (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2024), edades concordantes con lo propuesto por MINEDU sobre el rango en los cuales pueden inscribirse los estudiantes en cada ciclo académico, de tal forma encontramos educandos de 12 a 18 en el nivel secundario (Plataforma del Estado Peruano, 2022). Esta etapa es clave pues marca la transición de la infancia a la etapa adulta con cambios físicos, sociales y psicológicos. A su vez, en esta etapa son vulnerables a problemáticas de salud psicológica debido al proceso de cambio brusco y adaptación constante (Bustamante et al., 2022).

En ese marco de exposición a problemas de salud mental, la OMS (2024) estima que una proporción de 1:7 adolescentes experimenta alguna afección psicológica, destacando aquellos relacionados al comportamiento, como los cuadros ansiosos y depresión, los cuales pueden perjudicar el desarrollo de una vida plena. De la misma manera, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2023) indica que a escala mundial los principales problemas en la adolescencia son la depresión y ansiedad, representando el 50% de los trastornos mentales de este grupo etario. Asimismo, se estima que en Perú el 16% de personas entre 15 a 21 años se sienten deprimidos (UNICEF, 2021). Así también Prado et al. (2023) indican que en el Caribe y Latinoamérica cerca de 9 millones de adolescentes presentan alguna alteración psicológica, destacando la depresión con 40%. Según Quijano (2022), estos datos evidencian la necesidad de fortalecer los espacios familiares de acompañamiento y escucha. En la misma línea, según

Boele et al. (2020) las relaciones familiares inadecuadas y las prácticas parentales deficientes se encuentran vinculadas con mayor presencia de depresión, ansiedad y problemas emocionales en la adolescencia.

En Perú, la ENDES reporta que un tercio (32/100) de personas entre 14 y 30 años tienen algún problema de salud psicológica, manifestando sentirse desanimadas o deprimidas (Secretaría Nacional de la Juventud [SENAJU], 2023). Por otro lado, Álvarez et al. (2022) identificaron que el 28% de niños y adolescentes de Lima Metropolitana presentan depresión o ansiedad. Este dato, a su vez, se complementa con lo hallado por Olivera et al. (2019) en alumnado de un colegio de Lima, quienes indican que los adolescentes con menores niveles de funcionalidad familiar muestran mayor sintomatología depresiva, refiriendo también 34% de adolescentes de su estudio con funcionalidad familiar baja. Asimismo, Gonzáles-Poves et al. (2014) reportaron que el 50% de adolescentes de un colegio de Lima que pertenecen a familias disfuncionales severas presentan manifestaciones depresivas definidas. Esto se ve explicado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI] (2024), quienes reportan como conductas de disfuncionamiento familiar a la violencia psicológica y física ejercida por los padres hacia sus hijos, encontrando esta violencia en 43.6% de adolescentes peruanos de 12 a 17 años y 35.5 % en Cusco. Por otra parte, en Cusco el 32.2% de la población refiere haber experimentado alguna afección mental a lo largo de su vida (Plataforma digital única del Estado Peruano, 2013). Estos datos reflejan una preocupación sobre la salud mental en el grupo etario de estudio, quienes en su gran mayoría no cuentan con psicólogos institucionales, tal es el caso de Cusco donde el 88% de colegios no tienen psicólogos educativos

(Plataforma digital única del Estado Peruano, 2019). Salud mental representada como uno de los componentes importantes del bienestar humano, este complementa el concepto de salud ya que abarca molestias físicas, afectivas y relacionales. Por ende, es necesario hacer hincapié en ese apartado debido a que contribuye al correcto desenvolvimiento de las personas ante situaciones estresantes o contraproducentes (Etienne, 2018).

Dentro de los componentes de salud mental podemos incidir en el bienestar psicológico (BP), concebido como una valoración propia de los logros personales y calidad de vida (Maganto et al., 2019; Casullo, 2002) que se refleja en la conducta con otras personas y con uno mismo. En ese aspecto, García et al. (2019) resaltan el factor protector que tiene esta variable ante síntomas depresivos y malestar psicológico ya que parte de la valorización que hace el adolescente sobre sí mismo y sus capacidades. Así también, Cordero et al. (2024) resaltan el papel positivo que efectúa este constructo en el bienestar afectivo y rendimiento académico de adolescentes y adultos.

Otro elemento a destacar es el funcionamiento familiar, operacionalizado mediante las dimensiones cohesión y adaptabilidad (Olson et al., 1983). Estas dimensiones permiten comprender la dinámica familiar en función de los vínculos emocionales y su capacidad adaptativa ante escenarios imprevistos. Una familia con adecuadas funciones se distingue por enfrentar y adaptarse a situaciones de crisis fortaleciendo las expresiones afectivas, el crecimiento individual y familiar, el respeto por uno mismo y por el espacio del otro y la autonomía (Choque, 2018). Justamente el contexto familiar es esencial para el crecimiento adecuado del adolescente, impactando en su satisfacción con la vida, resiliencia y autoestima

(Pérez y Gordon, 2019). Según Vera et al. (2012), las familias con funcionalidad óptima pueden mejorar la resiliencia de los integrantes del grupo familiar, permitiéndoles desarrollar estrategias adaptativas para hacer frente a las dificultades del entorno. Asimismo, se genera un factor protector en el adolescente cuando hay una adecuada cohesión familiar manifestada por medio de vínculos emocionales idóneos y roles definidos (Moya y Cunza, 2019). Por otra parte, Paredes et al. (2024) indican que la deficiencia de este constructo media el desarrollo de algunos trastornos psicológicos en escolares.

A propósito de lo señalado por Vera et al. (2012) sobre la funcionalidad familiar y resiliencia, Rodríguez et al. (2016) destacan que la resiliencia incide en la satisfacción vital y el BP al estar enlazado con las emociones agradables. Esta variable es definida como una capacidad que ayuda a la adaptación y enfrentamiento de adversidades, de tal forma que se evite el desgaste físico y emocional (Wagnild y Young, 1993; Rebaza, 2021). En la misma línea, Valdez (2021) sostiene que este constructo ayuda a los adolescentes debido a que hay un ajuste conductual y emocional ante las exigencias externas e internas que demanda el crecimiento de los sujetos en esa etapa de vida.

A partir de los datos señalados, donde se evidencia la alta prevalencia de afecciones psicológicas en adolescentes peruanos, sumada a la limitada disponibilidad de atención psicológica en las instituciones educativas del Cusco, surge la necesidad de analizar la relación entre el bienestar psicológico, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia en estudiantes de educación secundaria. La evidencia científica revisada sugiere que el entorno familiar, particularmente a través de la cohesión y la adaptabilidad familiar, se

relaciona con el BP de los adolescentes y que la resiliencia constituye un recurso personal que favorece su adaptación frente a las demandas propias de esta etapa del desarrollo.

Asimismo, la presente investigación se desarrolla en San Sebastián, uno de los ocho distritos de la provincia del Cusco, con una población aproximada de 78 mil habitantes, de los cuales el 97% reside en zonas urbanas (INEI, 2017; Condori, 2022). En este distrito funcionan cinco instituciones educativas públicas de nivel secundario, caracterizadas por atender a una población estudiantil diversa desde el punto de vista sociocultural y conformada principalmente por familias de estratos socioeconómicos medios y medios-bajos (UNESCO, 2015; Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2021). En concordancia ante esta realidad, el Ministerio de Educación prioriza acciones dirigidas a promover el buen trato escolar y prevenir la violencia como componentes necesarios para el desarrollo del adolescente. Del mismo modo, el Servicio de Orientación al Adolescente (SOA) resalta la necesidad de fortalecer acciones preventivas y promocionales en salud mental dirigidas a esta población, reconociendo la influencia de los factores personales, familiares y sociales en su bienestar (Ministerio de Educación [MINEDU], 2018; Plataforma digital única del Estado Peruano, 2026). En conjunto, estos elementos evidencian la pertinencia de generar evidencia científica sobre los factores personales y familiares relacionados al BP de los adolescentes, contribuyendo a una mejor comprensión de esta problemática en el entorno escolar local.

En este contexto, el presente estudio se desarrolló en una I.E. pública del distrito de San Sebastián, Cusco, con estudiantes de educación secundaria.

Formulando la siguiente pregunta de investigación.

### **1.2. Formulación del problema**

¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026?

### **1.3. Justificación e importancia**

Desde un valor teórico, el estudio resulta relevante debido a la limitada producción científica que analiza conjuntamente el BP, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia en población adolescente. Aunque estos constructos han sido estudiados de manera independiente o mediante relaciones bivariadas, existe menor evidencia sobre la manera en que se vinculan dentro de un mismo contexto educativo. En ese sentido, los resultados permitirán ampliar la comprensión de las relaciones entre los recursos personales del adolescente, su percepción de las dinámicas familiares y su BP. Asimismo, aportará evidencia actualizada y contextualizada que podrá servir como referencia para futuras investigaciones desarrolladas en poblaciones escolares de Cusco y de contextos socioculturales similares.

A nivel práctico, los hallazgos proporcionarán información útil para la institución educativa al permitir identificar los niveles de BP, cohesión familiar, adaptabilidad familiar y resiliencia, así como las relaciones existentes entre estos constructos. Esta información podrá contribuir a orientar acciones preventivas y promocionales en el contexto educativo y familiar, considerando las necesidades identificadas en la población estudiada. Asimismo, los resultados podrán constituir un insumo para el área de psicología y tutoría en la planificación de

acciones de orientación y acompañamiento dirigidas a los estudiantes y la comunidad educativa.

Desde una perspectiva social, el estudio permitirá disponer de información específica sobre adolescentes de una I.E. de San Sebastián, contexto caracterizado por su diversidad sociocultural y por la presencia de familias pertenecientes principalmente a sectores socioeconómicos medios y medios-bajos (INEI, 2023). Contar con evidencia obtenida en este contexto favorecerá una mejor comprensión de las condiciones psicológicas y familiares relacionadas al bienestar de los estudiantes, evitando trasladar de manera directa conclusiones procedentes de poblaciones con características diferentes. Los resultados serán socializados con los directivos de la I.E. y con los padres mediante un informe y actividades informativas, con la finalidad de promover decisiones y acciones ajustadas a las necesidades encontradas y contribuir al fortalecimiento del medio familiar y escolar.

La investigación presenta algunas limitaciones. La información sobre las dinámicas familiares fue obtenida únicamente desde la percepción de los estudiantes, sin incorporar la valoración de otros integrantes del núcleo familiar, lo que restringe una comprensión más amplia del funcionamiento familiar. Además, el estudio se desarrolló en una I.E. de San Sebastián, por lo que sus resultados no pueden generalizarse a la totalidad de adolescentes del distrito ni de la región Cusco. Asimismo, antes del inicio de la recolección de datos, no fue posible acceder a tres secciones del colegio debido a la programación de actividades académicas relacionadas con la evaluación de habilidades socioemocionales. Como consecuencia, el número de participantes fue menor al

inicialmente previsto en la planificación del estudio. Finalmente, debido al diseño no experimental y transversal del estudio, los resultados permiten establecer relaciones, pero no causalidad entre las variables.

#### **1.4. Objetivos del estudio**

##### **1.4.1. *Objetivo general***

Determinar la relación entre el bienestar psicológico, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

##### **1.4.2. *Objetivos específicos***

Identificar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

Identificar los niveles de las dimensiones del funcionamiento familiar de los estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

Identificar los niveles de resiliencia de los estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

Determinar la relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del funcionamiento familiar en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

Determinar la relación entre las dimensiones de la resiliencia y las dimensiones del funcionamiento familiar en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

## MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### 2.1.1. *Antecedentes internacionales*

Molina et al. (2024), en España, tuvo el objetivo de analizar la relación entre el funcionamiento familiar, el BP y la inteligencia emocional en alumnado de educación secundaria. Para ello, desarrollaron una investigación de enfoque cuantitativo, diseño correlacional y transversal, en una muestra de 1092 adolescentes entre 12 y 17 años, de los cuales 584 (53.5%) fueron mujeres y 508 (46.5%) varones. Emplearon el cuestionario de BP de Ryff, la Trait Meta-Mood Scale y la escala APGAR Familiar. Los resultados evidenciaron correlaciones positivas entre la funcionalidad familiar y todas las dimensiones del BP, destacando la autoaceptación ( $r = .50$ ), el dominio del entorno ( $r = .42$ ), el propósito de vida ( $r = .40$ ) y las relaciones positivas ( $r = .37$ ), todas estadísticamente significativas ( $p < .01$ ). Asimismo, identificaron diferencias significativas según el sexo, observándose puntuaciones superiores en los varones en la mayoría de dimensiones del BP y en el funcionamiento familiar. Los autores concluyeron que un mejor funcionamiento familiar se relaciona con mayores niveles de BP e inteligencia emocional en adolescentes, constituyéndose como un factor relevante para su desarrollo integral.

Zhang et al. (2024), en China, realizaron un estudio la finalidad de analizar

la relación entre el funcionamiento familiar y la salud mental en adolescentes, así como el papel mediador de la victimización por acoso escolar y la resiliencia en dicha relación. Desarrollaron una investigación de enfoque cuantitativo, diseño correlacional y corte transversal en una muestra de 4319 estudiantes de cuatro instituciones de educación secundaria, seleccionados mediante muestreo por conveniencia, de los cuales el 54.3% fueron varones y el 45.7% mujeres. Emplearon la Escala APGAR Familiar, la escala CD-RISC-10, el PHQ-9, la Escala GAD-7 y el Cuestionario de Acoso Escolar de Olweus. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y significativa entre el funcionamiento familiar y la resiliencia ( $r = .394$ ), mientras que el funcionamiento familiar se correlacionó negativamente con la depresión ( $r = -.431$ ) y la ansiedad ( $r = -.382$ ). Asimismo, la resiliencia mostró una correlación negativa con la depresión ( $r = -.459$ ;  $p < .01$ ) y la ansiedad ( $r = -.439$ ). Los autores concluyeron que un adecuado funcionamiento familiar favorece el desarrollo de la resiliencia y constituye un factor favorable ante problemas de salud mental en adolescentes, destacando la importancia del entorno familiar para promover un desarrollo psicológico saludable.

Eshun (2024) investigó la relación entre la resiliencia y el BP en adolescentes escolarizados del municipio de Adentan, Ghana. Su estudio presentó un enfoque cuantitativo, correlacional y corte transversal. La población estuvo conformada por estudiantes de cuatro instituciones de educación secundaria, de los cuales se seleccionó una muestra de 350 adolescentes mediante un muestreo aleatorio estratificado proporcional. Para recolectar los datos empleó la Brief Resilience Scale (BRS) y la Adolescent Wellbeing Scale (AWS). Los resultados

evidenciaron niveles bajos tanto de resiliencia como de BP. Asimismo, se encontró una relación positiva y estadísticamente significativa entre ambas variables ( $r = .504$ ). El autor concluyó que mayores niveles de resiliencia favorecen un mejor BP en los adolescentes, recomendando el fortalecimiento de programas de orientación dirigidos al desarrollo de esta capacidad.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Bendezú (2026) tuvo el objetivo de determinar la relación entre la resiliencia y el BP en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de un colegio público del este de Lima. La investigación fue cuantitativa y correlacional. La muestra estuvo conformada por 360 alumnos de cuarto y quinto grado de educación secundaria, correspondiendo a la totalidad de la población de estudio. Para la recolección de datos empleó la Escala BIEPS-J de Casullo y la ER de Wagnild y Young. Los resultados evidenciaron una relación positiva, moderada y estadísticamente significativa entre la resiliencia y el BP ( $\rho = .374$ ). Asimismo, predominó un nivel alto tanto de resiliencia (54.2%) como de BP (57.2%). Respecto a las dimensiones, la resiliencia presentó correlaciones positivas y significativas con el control de situaciones ( $\rho = .252$ ), confianza en uno mismo ( $\rho = .296$ ), los vínculos psicosociales ( $\rho = .211$ ) y proyecto de vida ( $\rho = .343$ ). Del mismo modo, el BP se relacionó de manera positiva y significativa con las dimensiones de la resiliencia: confianza en sí mismo ( $\rho = .395$ ), ecuanimidad ( $\rho = .175$ ), perseverancia ( $\rho = .291$ ), satisfacción personal ( $\rho = .287$ ) y sentirse bien solo ( $\rho = .254$ ). La autora concluyó que mayores niveles de resiliencia se vinculan con un mayor BP en estudiantes de educación secundaria.

Ríos (2025) realizó un estudio buscando determinar la relación entre la

resiliencia y el BP en adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín. La investigación fue de tipo básico, diseño no experimental y alcance correlacional. La muestra estuvo conformada por 180 estudiantes de educación secundaria de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 13 y 17 años, pertenecientes del segundo al quinto grado de un centro educativo privado. Empleó la ER de Wagnild y Young y la Escala BIEPS-J. Los resultados evidenciaron una relación positiva, moderada y estadísticamente significativa entre la resiliencia y el BP ( $\rho = .529$ ). Asimismo, todas las dimensiones de la resiliencia presentaron correlaciones positivas y significativas con el BP, destacando las dimensiones ecuanimidad ( $\rho = .508$ ), satisfacción personal ( $\rho = .466$ ) y confianza en sí mismo ( $\rho = .471$ ). En cuanto a los niveles descriptivos, predominó un nivel alto de resiliencia (71.1%) y un nivel regular de BP (71.7%). La autora concluyó que la resiliencia constituye un factor estrechamente relacionado al bienestar psicológico, favoreciendo el desarrollo de recursos personales que contribuyen a un mejor funcionamiento psicológico en los adolescentes.

Alejos (2024), realizó un estudio con el objetivo de establecer la relación entre el funcionamiento familiar y el BP en adolescentes de un centro educativo público de Lima Metropolitana. La investigación fue no experimental, descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 131 estudiantes de tercero, cuarto y quinto grado de educación secundaria, con edades comprendidas entre los 14 y 18 años. Para la recolección de datos empleó la escala FACES III, la escala BIEPS-J de Casullo y Castro, además de una ficha sociodemográfica. Los resultados evidenciaron una relación positiva, baja y estadísticamente

significativa entre el funcionamiento familiar y el BP ( $\rho = .331$ ). Asimismo, se encontró que predominaban los niveles medio y alto de funcionamiento familiar (36.6% cada uno), mientras que en el BP prevaleció el nivel bajo (42.7%). Respecto a las dimensiones, la cohesión familiar presentó correlaciones positivas y significativas con la aceptación de sí mismo ( $\rho = .287$ ), el control de situaciones ( $\rho = .190$ ), los vínculos psicosociales ( $\rho = .221$ ) y proyecto de vida ( $\rho = .316$ ). La autora concluyó que un mejor funcionamiento familiar se vincula con mayores niveles de BP.

Fuentes (2023) sostuvo un estudio con el objetivo de determinar la relación entre las dimensiones del funcionamiento familiar y el BP en adolescentes de una I.E. particular de Lima durante el periodo de distanciamiento social. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional. Tuvo una muestra de 327 estudiantes de primero a quinto grado de educación secundaria, de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 11 y 16 años. Usó la escala FACES III y la escala BIEPS-J. Los resultados evidenciaron una relación positiva, moderada y estadísticamente significativa entre la cohesión familiar y el BP ( $\rho = .395$ ), así como una relación positiva y estadísticamente significativa entre la adaptabilidad familiar y el BP ( $\rho = .234$ ). Respecto a los resultados descriptivos, predominó el tipo de familia separada en la dimensión cohesión (35.8%), el tipo de familia flexible en la dimensión adaptabilidad (43.7%). En cuanto al bienestar psicológico, predominó el nivel promedio (46.2%), seguido del nivel bajo (41.3%). Concluyó que mayores niveles de cohesión y adaptabilidad familiar se relacionan con un mayor BP en adolescentes.

Oblitas (2023), desarrolló un estudio buscando determinar la relación entre

la resiliencia y el BP en alumnos de 13 a 17 años de un colegio estatal del distrito de Olmos, desarrollada en contexto de educación virtual. La investigación fue no experimental y de alcance descriptivo correlacional. Su muestra fue de 172 estudiantes de educación secundaria, de ambos sexos, seleccionados a partir de una población de 310 adolescentes mediante muestreo para población finita. Para la recolección de datos empleó la ER de Wagnild y Young y la Escala BIEPS-J. Los resultados evidenciaron una relación positiva, baja y estadísticamente significativa entre la resiliencia y el BP ( $\rho = .481$ ). Asimismo, predominó un nivel promedio tanto de resiliencia (57%) como de BP (53.5%). Respecto a las dimensiones del BP, la resiliencia presentó correlaciones positivas y significativas con el control de situaciones ( $\rho = .377$ ), los vínculos psicosociales ( $\rho = .309$ ), proyecto de vida ( $\rho = .374$ ) y la aceptación de sí mismo ( $\rho = .335$ ). La autora concluyó que mayores niveles de resiliencia se relacionan con un mayor BP.

Gasco y Matallana (2021) analizaron la relación entre resiliencia y las dimensiones del funcionamiento familiar en 258 estudiantes de 12 a 17 años de un centro educativo privado de Santiago de Surco, Lima. Para la evaluación utilizaron la Escala FACES III y la ER de Wagnild y Young. Los resultados evidenciaron relaciones positivas y estadísticamente significativas entre resiliencia y cohesión ( $r = .360$ ), así como entre resiliencia y adaptabilidad ( $r = .332$ ), ambas de magnitud moderada. Las autoras concluyeron que mayores puntuaciones de resiliencia se relacionan con mayores puntuaciones en ambas dimensiones del funcionamiento familiar.

Rebaza (2021) buscó determinar la relación entre la resiliencia y el BP en estudiantes de una I.E. estatal del distrito de Víctor Larco, Trujillo. La

investigación fue de diseño no experimental y alcance descriptivo correlacional. La población estuvo conformada por 265 estudiantes de educación secundaria, de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 13 y 17 años. Para la recolección de datos empleó la ER de Wagnild y Young y la escala BIEPS-J. Los resultados evidenciaron una correlación positiva, baja y estadísticamente significativa entre la resiliencia y el BP ( $\rho = .391$ ). Asimismo, predominó un nivel alto de resiliencia (29.8%) y un nivel medio bajo de BP (37.0%). Respecto a las dimensiones del BP, la resiliencia presentó correlaciones positivas y significativas con el control de situaciones ( $\rho = .353$ ), los vínculos psicosociales ( $\rho = .193$ ), proyecto de vida ( $\rho = .328$ ) y la aceptación de sí mismo ( $\rho = .257$ ). La autora concluyó que mayores niveles de resiliencia se vinculan con mayores niveles de BP en los estudiantes de su estudio.

Soncco y Quinto (2022) realizaron un estudio para determinar la relación entre el funcionamiento familiar y el BP en alumnos de la I.E. secundaria Independencia Americana de Yanaoca. La investigación fue correlacional. La muestra estuvo conformada por 64 estudiantes de cuarto grado. Usó la escala FACES III y la escala BIEPS-J. Los resultados evidenciaron una correlación positiva, muy baja y significativa entre el funcionamiento familiar y el BP ( $\rho = .312$ ). Respecto a los resultados descriptivos, el BP presentó principalmente un nivel alto (65.6%). En la dimensión cohesión predominó el tipo de familia separada (47.8%) y, en la dimensión adaptabilidad, el tipo de familia flexible (54.7%). Asimismo, no se encontraron relaciones estadísticamente significativas entre el funcionamiento familiar y las dimensiones del BP evaluadas de manera individual. Los autores concluyeron que un mejor funcionamiento familiar se

relaciona con mayores niveles de BP en estudiantes de educación secundaria.

## **2.2.Sustento teórico de las variables**

### **2.2.1. *Bienestar psicológico***

#### **2.2.1.1. Definición**

Casullo y Castro (2000) lo conceptualizan como una valoración subjetiva de la satisfacción con diferentes ámbitos de la vida, ya sea de manera individual o global en la que sobresale un estado de ánimo positivo (Chang, 2017). En el mismo sentido, Oramas et al. (2006) señalan que refleja una referencia favorable del vínculo que mantiene el individuo consigo mismo y el contexto que lo rodea, en el cual se consideran las valoraciones que guían el sentido de la vida.

Por otra parte, Millán y D'Aubetterre (2011), vincula esta variable con el sentido de felicidad, así como la habilidad de reflexionar sobre la calidad de vida percibida, la periodicidad y magnitud de las emociones positivas (Sánchez, 2019). Este constructo involucra el compromiso por desarrollar las capacidades y potencialidades individuales para darle un significado propio a la vida (Ryff, 1995 citado por Martín, 2017). Por otra parte, García y Gonzales (2000) consideran que esta variable expresa cómo se siente una persona y está relacionada con el funcionamiento físico, psicológico y social.

En tal sentido, esta variable involucra el juicio personal sobre los logros propios y satisfacción personal en diferentes escenarios como la familia, el trabajo y emociones de uno mismo (Maganto et al., 2019; Casullo, 2002). Rebaza (2021) considera que esto se logra a partir de mantener adecuadas relaciones interpersonales. De tal forma, entendemos esta variable como el pensamiento positivo que tiene cada individuo, el cual se verá reflejado en su comportamiento

con otras personas, pero en prioridad consigo mismo; dicho pensamiento le permitirá afrontar las situaciones adversas.

Ryan y Deci (2001), consideran que el constructo en cuestión se estudia desde una perspectiva hedónica que resalta el aspecto positivo vinculado al equilibrio entre emociones que producen placer y las que no lo producen, así como el nivel de satisfacción vital. A su vez, indican que también hay estudios desde la perspectiva eudaimónica cuyo eje es la autorrealización y la funcionalidad de la persona. Teniendo una vinculación y no una exclusión de términos ya que el BP involucra sentirse bien y funcionar bien, tal como se plantean en la teoría de Casullo.

#### **2.2.1.2. Modelo integrador de Casullo**

El BP es un constructo ampliamente definido por diversos autores. Sus antecedentes conceptuales se relacionan con la perspectiva eudaimónica de Aristóteles, quien consideró esta variable como el resultado de la búsqueda por descubrir el ser de cada individuo o el potencial que tiene cada persona, además de conocer su propósito de vida (Teja, 2026).

En lo que respecta a la psicología, una de las teorías base recae en Carol Ryff (1989), quien desarrolla un modelo multidimensional del BP, definiéndolo como un adecuado desempeño psicológico, este autor considera que no solo es la obtención de un equilibrio emocional y positivo, sino también los logros que se obtienen a partir del esfuerzo de cada individuo (Mayordomo et al., 2016). En tal sentido, permite el desarrollo de la autoaceptación y autorrealización, brindándole seguridad en las relaciones interpersonales. Este proceso se ve guiado por aspectos personales y sociales. Posterior a ella, Keyes (1998) incorporó el bienestar social

a la teoría de Ryff, ya que consideró a la integración y apoyo social como partes fundamentales para el funcionamiento idóneo del individuo. De tal forma que la propuesta individual y eudaimónica de Ryff se vio ampliada con la perspectiva social de Keyes, generando una visión integral del BP. Por otro lado, desde la psicología positiva tenemos a Seligman con su propuesta PERMA, planteando que la interconexión de emociones gratificantes, compromiso, relaciones adecuadas, propósitos y logros, permiten el desarrollo de un bienestar (Domínguez e Ibarra, 2017).

A partir de estas bases teóricas, investigaciones recientes estudiaron la relación entre el BP y otras variables como la depresión o funcionamiento familiar. Sin embargo, estas teorías fueron desarrolladas en un contexto ajeno a Latinoamérica. Por lo que surgió la iniciativa de Casullo, autora sudamericana, de elaborar un instrumento consolidando y adaptando conceptos de otras teorías al enfatizar el aspecto cultural latinoamericano de desigualdad y el valor de los vínculos comunitarios, de tal manera que toma como parámetro a la citada teoría de Ryff y algunos elementos (límites, roles) de la teoría estructural de Minuchin (Chapoñan, 2021). En tal sentido, para la presente se usó el modelo integrador de Casullo.

Casullo considera que el bienestar se da cuando la gente manifiesta satisfacción vital, teniendo un equilibrio entre un estado emocional bueno y emociones como tristeza y enojo, por lo que la presencia de afectividad positiva no conlleva a la carencia de afectividad negativa. Asimismo, es un componente valorativo que refleja el producto de una manera específica de vida (Casullo y Castro, 2000). Además, sustenta que esta satisfacción se fundamenta en dos

componentes principales: el emocional y cognitivo, así como la interacción entre ambos. De tal manera que considera dicho constructo como el elemento cognoscitivo de la satisfacción, derivado del procesamiento que cada individuo realiza sobre su experiencia de vida. Toma como referencia lo propuesto por Ryff (1989), quien considera 6 dimensiones como la apreciación positiva de sí mismo, referida a cómo una persona se siente bien consigo misma, aun siendo consciente de sus propios obstáculos y aspectos negativos; la capacidad para manejar la vida; calidad de los vínculos interpersonales; percepción de significado en la vida; sensación de crecimiento y la autodeterminación (Pineda et al., 2017).

Casullo, a diferencia de Ryff, explica el BP por medio de 4 dimensiones que consideró oportunas en el contexto sudamericano. Teniendo así el control de situaciones, como la percepción de ostentar poder y dominio para originar situaciones ajustadas a las propias necesidades. Vínculos psicosociales, los cuales refieren la calidad entre conexiones sociales, destacándose la empatía, el afecto y confianza con otras personas. Aceptación de sí mismo, que supone estar en sintonía con quien se es sin buscar ser distinto. Proyecto de vida, como las metas de vida que el individuo se propone al considerar que se encuentra motivado para cumplirlos (Casullo, 2002; Silva, 2019).

## **2.2.2. *Funcionamiento familiar***

### **2.2.2.1. Familia**

Zavala (2001) conceptualiza este constructo como el grupo de individuos que conviven y comparten entre sí ideas, responsabilidades, saberes, valores, costumbres y creencias. En el mismo sentido, la UNICEF (2015) resalta que es el escenario primordial de desarrollo de los niños, ya que este permite encontrar

oportunidades para adquirir habilidades. Asimismo, subraya que la importancia de la familia no recae en quienes la componen, sino en cómo estos se relacionan, compartiendo una formación cultural donde se incluyen los valores y satisfaciendo necesidades básicas, emocionales, de protección y de pertenencia. Los integrantes del grupo familiar tienen actividades específicas para mantener un equilibrio familiar, por lo que se denota que es una unidad funcional. Según Fishman (1995) y Cázares (2015) es el primer pilar relacional de los individuos, por ende, es el primer contexto que ayuda a fortalecer las relaciones sociales. Complementando la idea, la OMS (2004) señala que la familia es un espacio clave para prevenir problemas de salud, además de ser el principal eje para promover y proteger la salud de sus integrantes.

#### **2.2.2.2. Funcionamiento familiar**

Fue abordado teóricamente desde distintos enfoques, los cuales intentan explicar la dinámica y relación que existe en el núcleo familiar. En ese sentido, desde una perspectiva sistémica, la familia se configura como una unidad organizada e interdependiente, donde la acción de uno influye en el resto del sistema familiar. En ese sentido, uno de los primeros autores en desarrollar este panorama fue Bowen (1978) quien sostiene que la familia constituye un sistema de interdependencia emocional, donde las conductas de cada individuo se ven influenciadas por la dinámica familiar, además de que el grado de asimilación emocional o, caso contrario, la diferenciación emocional de cada integrante influye en la estabilidad familiar. Posteriormente, Minuchin (1974) desde su modelo estructural hizo hincapié en la trascendencia de la estructura familiar, los límites y la jerarquía entre los integrantes de una familia, sosteniendo que su

funcionamiento se debe a la flexibilidad estructural y a la claridad de los límites que hay entre subsistemas. Por su parte, Satir (1983) ahondó en la importancia de la comunicación y las relaciones afectivas en la familia, reflexionando que la familia funcional contribuye a la autoestima y expresión emocional.

Otro autor importante que profundizó en esta variable es Olson et al. (1983), quienes lo conceptualizan como la aptitud familiar de mantener el equilibrio adecuado entre cohesión y adaptabilidad, las cuales a su vez se ven influenciadas por la comunicación que hay entre sus integrantes. Por otra parte, Olson et al. (1983) sostienen que es la competencia de los miembros del grupo familiar para gestionar circunstancias complejas, considerando el respeto mutuo, la independencia y la privacidad (Vergaray y Benavides, 2020). A partir de dichas bases teóricas surgen ideas que suman a las definiciones planteadas o, en todo caso, suscriben lo ya descrito.

En ese sentido, Sieberg et al. (2011) refieren que este constructo comprende las dinámicas de interacción entre los miembros del círculo familiar, así como aspectos relacionados con la organización, canales de comunicación y manejo de conflictos. En la misma línea, García et al. (2006) considera este constructo como el conjunto de relaciones que se da a lo largo de la vida entre los miembros del hogar; donde existen determinados roles de cada individuo y la influencia de los entornos sociales. Además, este constructo permite que dichos integrantes evalúen sus conductas conforme a las normas, favoreciendo su adaptación ante cambios estructurales de la familia (Ruiz, 2014). Así también, es la flexibilidad adaptativa ante modificaciones y situaciones de crisis (Walsh, 2003).

Adicional a ello, Camacho et al. (2009) indican que al ser una dinámica interactiva y sistémica, esta variable es relevante para el proceso madurativo del adolescente, actuando como mecanismo de apoyo para el rendimiento personal y del medio familiar. En tal sentido, se entiende como la relación sistemática que existe en el núcleo familiar, la cual permite enfrentar adversidades.

#### **2.2.2.3. Modelo teórico de Olson**

##### **a) Modelo circuplejo de Olson**

Propuesto por Olson et al. (1989), quienes plantearon examinar la apreciación subjetiva que tienen las personas respecto al desempeño y organización del núcleo familiar por medio de la adaptabilidad y cohesión. Consideran que la familia tiene una interacción de lazos afectivos y la facultad de adaptarse estructuralmente ante dificultades. El equilibrio entre estos dos componentes es clave para que no ocurra una disminución de la funcionalidad, la cual va dirigida por una ausencia de afecto o un desequilibrio en el sistema familiar (Aguilar, 2017). Según Ferrer et al. (2013), este modelo abarca los sucesos y cambios de estructura que atraviesan las familias durante toda su vida, de tal manera que logren una mejor estabilidad.

#### **2.2.2.4. Dimensiones**

##### **a) Cohesión familiar**

Es el nexo afectivo y el grado de autonomía que mantienen los integrantes de la familia entre sí. Examina la fuerza de vínculo o distanciamiento entre sus miembros, de tal forma que se conoce si hay funcionalidad dentro del sistema familiar (Sigüenza et al., 2015; Olson et al., 1989). Para Olson, este concepto abarca la conexión emocional, el grado de autonomía, así como la identificación

y proximidad. Puede evaluarse mediante diversos indicadores, tales como la conexión afectiva que fomenta la participación dentro del sistema familiar; la relación conyugal; interacción entre padres e hijos; hábitos externos e internos como la administración de vínculos amistosos, preferencias y ocupaciones (Alarcón, 2014). Asimismo, valora el compromiso y disposición de los miembros de la familia para brindar apoyo frente a la necesidad de alguno de ellos, ofreciendo ayuda que posteriormente será recíproca.

Olson plantea que a través de esta dimensión se mide la vinculación familiar definida como la unión que hay entre los integrantes del núcleo familiar mediante lazos de afecto; los límites que explican a la familia ante la sociedad; coaliciones que se dan cuando los miembros buscan fortalecerse entre ellos; el espacio y tiempo que tienen; los amigos como fuente de aprobación externa; la toma de decisiones para llegar a un acuerdo y; los intereses y recreación que tiene la familia para realizar actividades conjuntas (Aguilar, 2017; Ferrer et al., 2013).

Asimismo, considera que existen 4 tipos de cohesión. Encontramos primero la desligada, donde la familia tiene autonomía, pero no presenta unión familiar debido a que no hay tiempo constante para pasar juntos y las acciones son individuales. En la familia separada hay una independencia moderada, límites claros, presentan actividades familiares, pero no frecuentes. En la familia unida se presenta moderada dependencia y hay un adecuado tiempo compartido entre la familia, tomando decisiones familiares y no individuales. Por último, en la familia aglutinada hay una excesiva identificación familiar la cual no permite el desarrollo individual ya que las actividades con amigos deben compartirse con la familia. Los niveles muy bajos de cohesión involucran a las familias desligadas, de bajo a

moderado se asocia con familias separadas, el nivel moderado-alto con familias unidas y niveles muy altos con familias aglutinadas (Aguilar, 2017). Los niveles intermedios representan un funcionamiento óptimo, en tanto que los valores extremos se consideran como un indicador de problemas en el funcionamiento familiar (Olson y Gorall, 2003).

### **b) Adaptabilidad familiar**

Olson considera que es la flexibilidad familiar para cambiar el sistema de poder, las normas y los roles, manteniendo una estabilidad a pesar del cambio, considerando las situaciones y dificultades propias del desarrollo familiar (Alarcón, 2014). Asimismo, para lograr la adaptación es importante que exista liderazgo claro y organización de los roles y reglas mediante procesos de negociación y consenso. Esta dimensión es necesaria para garantizar la sostenibilidad familiar en situaciones extremas como son las familias con tendencia excesiva al cambio y las familias excesivamente estables.

Olson contempla que esta dimensión se mide a través del estilo de negociación; grado de poder, especialmente de los padres que deberían tener la capacidad de liderazgo para resolver problemas; la asertividad para escuchar y mencionar ideas, los roles y las reglas claras y accesibles (Aguilar, 2017; Ferrer, 2013).

Existen 4 tipos de adaptabilidad familiar. De tal forma, encontramos la rigidez, donde los integrantes del círculo familiar no tienen capacidades para adaptarse al cambio debido a que se ciñen de forma extrema a la estabilidad que lograron con anterioridad. En esta hay una imposición de decisiones y roles. Balanceada, donde las familias tienen habilidades de organización y liderazgo que

garantizarán la facilidad del cambio. En esta encontramos una adaptabilidad estructurada donde hay una democracia, pero con claro mandato de los padres, hay roles estables y reglas que son cumplidas. También hay una adaptabilidad flexible donde se permiten cambios debido a que hay acuerdo en las decisiones, se caracteriza porque las reglas son flexibles a la situación. Finalmente, caótico, en este caso hay una carencia organizativa por lo que se observa inestabilidad en sus relaciones y dificultad para establecer roles y reglas ya que no hay consistencia de las consecuencias (Aguilar, 2017).

Los niveles moderados correspondientes a estructurada y flexible son considerados como idóneos, mientras que niveles bajos (rígida) y altos (caóticas) no ayudan a la adaptación. No obstante, Olson plantea que niveles extremos de funcionalidad pueden contribuir a la estabilidad de la familia, particularmente en momentos de crisis propia del ciclo vital (Bazo et al., 2016).

### **2.2.3. Resiliencia**

#### **2.2.3.1. Definición**

La resiliencia ha sido planteada desde diversas posturas teóricas, considerándola como una capacidad necesaria para afrontar situaciones negativas, de tal forma que el individuo pueda adaptarse a experiencias adversas.

Norman Garnezy fue uno de los autores base del estudio de la resiliencia, considerando que algunas personas logran el desarrollo de competencias de adaptación que les permiten afrontar contextos desfavorables, competencias que se ven impactadas por los factores protectores personales y familiares (Garnezy, 1991). Por otra parte, Rutter (1993) añadió que la resiliencia no es un rasgo permanente de la personalidad, sino que es un proceso dinámico. Al igual que

Garnezy incidió en la importancia de los factores individuales y familiares, sumando además los factores sociales, los cuales ayudan a aminorar el impacto de situaciones contraproducentes. Asimismo, Werner y Smith (1992) consideran que es la capacidad de desarrollo óptimo y sano pese a crecer en un contexto adverso. Llegó a dicha conclusión a partir de sus estudios longitudinales donde niños expuestos a pobreza y conflictos familiares pudieron alcanzar una adecuada adaptación y bienestar debido a que contaban con redes de apoyo afectivo, vínculos seguros y recursos personales positivos.

Por otra parte, otros autores claves en la teorización de la resiliencia son Wagnild y Young (1993), quienes la sintetizan como un atributo de la personalidad que facilita ajustarse a sucesos poco previstos, de tal forma que aminora los posibles efectos estresantes que ocurren ante situaciones adversas (Oblitas, 2023; Rebaza, 2021). Así también, estos autores señalan que se compone de dos dimensiones como son la competencia personal y la aceptación de uno mismo y de la vida. La primera engloba la perseverancia, determinación y confianza sobre uno mismo. Mientras que la segunda abarca la adaptabilidad, el equilibrio emocional y la capacidad de darle un significado a las distintas experiencias vividas.

Por otro lado, autores recientes complementan lo ya descrito, en ese sentido Luthar y Cushing (1999) consideran que es un proceso dinámico que ayuda a enfrentar las adversidades, permitiendo que el individuo no se desgaste a nivel físico y emocional (García y Domínguez, 2013). Para la American Psychological Association [APA] (2011), es una secuencia adaptativa frente a escenarios aversivos y/o negativos como amenazas, traumas, cambios

imprevistos, problemas familiares o relacionales, etc. Este proceso no es sinónimo de carencia de emociones de angustia o tristeza. Así también, esta asociación indica que la resiliencia no es propia solo de algunas personas, sino que es una característica que puede ser aprendida y desarrollada, ya que involucra conductas y pensamientos. Del mismo modo, Santamaría (2016) considera que al ser una peculiaridad de la personalidad, este concepto puede fortalecerse si el entorno brinda elementos favorables para su desarrollo. Munist et al. (2007) también consideran que desarrollar la resiliencia es productivo para enfrentar situaciones no favorables, lo cual permite una estabilidad a nivel individual y social. Complementando el concepto, Belmont (2018) indica que la resiliencia puede transformarse durante el ciclo de vida, ya que está condicionado por las relaciones y experiencias de cada sujeto. De tal forma que aparte de servir para superar un obstáculo, también nos permite aprender y fortalecer la misma resiliencia en base a la experiencia (Gínez-Silva et al., 2019). Para García et al. (2016) este constructo abarca un curso, una situación adversa y la adaptación. Enriqueciendo las definiciones, de tal manera que la resiliencia no se centre únicamente en la parte de la personalidad, CODINFA (2002) indica que la resiliencia abarca un aspecto sociocultural, cognitivo y emocional que es desarrollado en diversas circunstancias.

En tal sentido, la resiliencia es un proceso adaptativo que ayuda a afrontar sucesos adversos de tal forma que los factores estresantes no causen daño en el individuo. No se trata de ser invulnerable, sino de superar el imprevisto sin tener consecuencias negativas, consiguiendo, por el contrario, beneficios (García et al., 2016). A su vez, es un constructo que puede desarrollarse y fortalecerse según las

experiencias socioculturales. En ese entender, autores latinoamericanos como Suárez (2001) desde una resiliencia comunitaria inciden en la importancia del contexto social y cultural, ya que la comunidad ayuda a desarrollar mecanismos para afrontar situaciones difíciles, construyendo a su vez aprendizajes positivos.

Para el estudio de la resiliencia, la presente investigación tomó como sustento el modelo teórico de Wagnild y Young, debido a que estos autores desarrollaron una propuesta teórica y operacional del constructo ampliamente utilizada en población adolescente.

#### **2.2.3.2. Modelo teórico de Wagnild y Young**

Esta investigación se sustentó en dicha teoría, haciendo uso además del instrumento de medición propuesto por los mismos autores. Para los mencionados, este concepto es una cualidad favorable de la personalidad que facilita afrontar complicaciones. Estos autores indican que este constructo tiene 5 dimensiones y dos factores (Wagnild y Young, 1993):

- Confianza en uno mismo: Se da cuando el individuo es capaz de reconocer y confiar en sus competencias, considerando que puede salir airoso al hacer frente a un conflicto. El individuo identifica sus limitaciones y fortalezas, enfocándose de forma primordial en sus aspectos positivos.
- Ecuanimidad: Capacidad de encontrar una estabilidad entre la vida y las experiencias, lo cual permite que no se tenga una crítica negativa sobre los eventos vividos, sino, por lo contrario, cambiar la experiencia moderando las respuestas.
- Perseverancia: Es la capacidad de continuar con las actividades para conseguir los objetivos propuestos, esto, a pesar de encontrar obstáculos.

Asimismo, involucra autodisciplina y permanencia.

- Satisfacción personal: Se refiere a cuando el individuo se siente conforme consigo mismo, encuentra sentido en su vida y reconoce el valor de sus actos. Las personas tienen una sensación de paz con los actos que ejecutan y se sienten gratificadas con lo que obtienen.
- Sentirse bien solo: Es la sensación de estar cómodo con la soledad, sin sentir la necesidad de tener apoyo de otras personas para enfrentar los problemas. Nos brinda la sensación de libertad dando la potestad de resolver los problemas por cuenta propia al comprender la individualidad de la vida.

A su vez están asociados a dos factores:

- Competencia personal: Abarca la perseverancia, determinación, autoconfianza, invencibilidad, poderío, ingenio, independencia.
- Autoaceptación y aceptación: Es la versatilidad, armonía, adaptabilidad y sensación de tranquilidad frente a la adversidad, perspectiva de vida estable.

Por otra parte, algunos autores indican que la variable en cuestión tiene factores protectores y de riesgo (Benavente y Quevedo, 2018; García et al., 2016; González-Arratia y Valdez, 2013; Cabanyes, 2010; Cardozo y Alderete, 2009; Becoña, 2006) que pueden influir favorable o desfavorablemente en la resiliencia, de tal forma que las personas tienen variaciones en cómo afrontan las situaciones según el momento en el que se encuentran, teniendo que lograr un balance entre ambos factores y la personalidad del individuo (Suárez, 2005).

Los factores protectores son entendidos como aquellos elementos o circunstancias que permiten el desarrollo de una respuesta adecuada (Cardozo y Alderete, 2009). Asimismo, son entendidos como reductores del estrés ya que

modifican o alteran las respuestas de las personas para que se minimicen los efectos adversos o poco adaptativos (Benavente y Quevedo, 2018; Cabanyes, 2010), de tal manera que los individuos, pese a vivir en contextos no favorables o tener experiencias negativas, puedan llevar una vida adaptativa (Aguar y Acle-Tomasini, 2012). Estos se dan tanto a nivel personal como a nivel contextual o ambiental (Jadue et al., 2005). En relación a uno mismo, podemos encontrar la salud física, el temperamento, autoestima, autoconfianza, autoeficacia, optimismo sobre el futuro, independencia, locus de control interno. Mientras que en lo ambiental tenemos los recursos económicos satisfactorios, afecto recibido, redes de ayuda, apoyo familiar, apego seguro, comunicación óptima intrafamiliar. Por otro lado en la adolescencia encontramos el valor percibido dentro de un grupo social, la empatía recibida de los familiares o persona adulta, autocontrol (Sibalde et al., 2020; Aguar y Acle-Tomasini, 2012; Cardozo y Alderete, 2009).

En cambio, los factores de riesgo minimizan las oportunidades de desarrollar un buen nivel de resiliencia. En este caso tenemos los niveles de pobreza, inseguridad ciudadana, violencia, ingesta de alcohol o drogas, embarazo adolescente autoconcepto negativo, deficiencia cognitiva, locus de control externo, falta de motivación, deficiencia en la comunicación familiar, estrés. En la adolescencia encontramos el divorcio, pérdida de trabajo de los padres, fallecimiento de algún familiar, abuso sexual, presencia de violencia, nivel socioeconómico desfavorable, baja autoestima, bajo nivel de autoeficacia, depresión (Flores y Cortés, 2022; Aguar y Acle-Tomasini, 2012; Cardozo y Alderete, 2009).

Para la APA (2011), la resiliencia tiene factores como la facultad para

establecer planes alcanzables, visión positiva de uno mismo, autoconfianza en las capacidades, destreza para solucionar problemas y comunicarse adecuadamente, y la autorregulación de emociones. De tal forma, podemos denotar que la resiliencia no solo depende de un factor individual de cómo se ven las dificultades, sino también de los elementos y sucesos que se viven todos los días.

#### **2.2.4. *Adolescencia***

##### **2.2.4.1. Definición**

De acuerdo a la OMS (2024) transcurre entre la niñez y la adultez. Teniendo como edades de referencia los 10 a 19 años, resaltando que esto varía según el espacio sociocultural. Esta etapa tiene como característica los cambios biopsicosociales, siendo un estadio importante para la construcción de hábitos socioemocionales como el control emocional, solución de problemas, higiene del sueño. Por tal motivo, estos elementos necesitan de un entorno social y familiar que promueva el bienestar y proteja al individuo (OMS, 2024; Papalia et al., 2010).

Según Sibalde et al. (2020), los adolescentes tienen mayor vulnerabilidad ante situaciones negativas del contexto como son los factores económicos y familiares, los cuales pueden perjudicar el desarrollo de las personas. En la misma línea, Bolaños y Jara (2016) indican que en esta etapa es clave reforzar los mecanismos de protección y reducir los elementos de riesgo. Esto, en parte, se debe a que en este periodo se están generando y modificando las conexiones neuronales en interacción con el ambiente. Así también, hay una búsqueda adaptativa de dejar comportamientos propios de la infancia para adquirir conductas y/o características de la adultez, así como enfrentar situaciones para las cuales cuentan con menos experiencia que una persona adulta (UNICEF, 2020; Bueno, 2023).

#### **2.2.4.2. Adolescencia, bienestar psicológico, funcionamiento familiar y resiliencia**

Bueno (2023) considera que al ser una etapa donde hay cambios biológicos y sociales que tendrán efecto en las emociones y conducta de los individuos, es importante que su entorno cercano, como la familia, brinde apoyo sin llegar a sobreproteger porque lo que se quiere es que el individuo resuelva los problemas por cuenta propia, pero sabiendo que puede confiar en su contexto social cercano. Oliva et al. (2007) plantea que durante esta etapa, en el núcleo familiar se producen cambios o reorientaciones de las normas, roles y límites; de modo que es esencial tener un adecuado funcionamiento familiar, de tal forma que se produzca una adaptación propicia ante el nuevo escenario, así como se genere apoyo o acompañamiento emocional. Situación que es confirmada por Moya y Cunza (2019), quienes manifiestan que la unidad familiar funge de mecanismo de protección en el adolescente cuando hay vínculos emocionales, presencia de los padres, roles y límites definidos. Este factor ayuda en el BP del individuo. Situación que según la OMS (2024), es un desafío del ámbito sanitario, ya que la proporción de 1:7 adolescentes padece alguna alteración mental, lo cual incrementa los factores de riesgo, ya que conlleva a una estigmatización, exclusión social y dificultades educativas. En el mismo sentido, esta etapa de exigencias externas y de cambios internos puede producir un desequilibrio en el individuo por lo que es necesario el desarrollo de la resiliencia para que exista un ajuste de la parte emocional y conductual del adolescente (Valdez, 2021).

## **2.3.Hipótesis**

### **2.3.1. Hipótesis general**

Existe una relación positiva y estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

### **2.3.2. Hipótesis específicas**

H1: Existe un nivel alto de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

H2: Predominan la cohesión unida y la adaptabilidad estructurada en el funcionamiento familiar en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

H3: Existe un nivel alto de resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

H4: Existe una relación positiva y estadísticamente significativa entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del funcionamiento familiar en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

H5: Existe una relación positiva y estadísticamente significativa entre las dimensiones de la resiliencia y las dimensiones del funcionamiento familiar en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.

## METODOLOGÍA

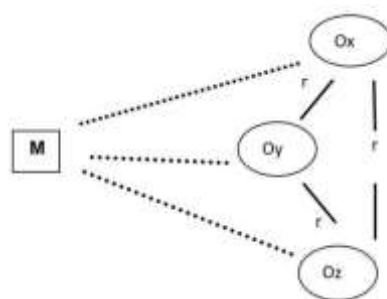
### 3.1. Tipo y diseño

Siguiendo a Hernández et al. (2014), se utilizó el tipo cuantitativo, puesto que la información recolectada para contrastar las hipótesis corresponde a información numérica y procesamiento estadístico.

Es de alcance descriptivo-correlacional, ya que se identificó el nivel de vinculación, además de describir cómo se manifestaron los fenómenos de estudio (Hernández et al., 2014).

Retomando a Hernández et al. (2014), se empleó el diseño no experimental, en virtud de que no se moduló deliberadamente los fenómenos de estudio, analizando las variables en su medio natural. Así también, tiene naturaleza transversal, dado que se llevó a cabo en un instante único temporal.

En virtud de lo descrito se presenta el siguiente diagrama (Sánchez, 2020):



**Donde:**

M: Estudiantes de secundaria de una I.E. del distrito de San Sebastián, de la

ciudad del Cusco.

O<sub>x</sub>: Bienestar psicológico

O<sub>y</sub>: Dimensiones del funcionamiento familiar

O<sub>z</sub>: Resiliencia

r: Relación

### **3.2. Población y muestra**

La población está integrada por educandos de ambos sexos que cursan de tercero a quinto de secundaria en una I.E. pública del distrito de San Sebastián, de la provincia y departamento del Cusco. Los estudiantes tuvieron matrícula vigente durante el año académico 2026 y oscilaron entre 14 y 17 años.

Según el registro oficial proporcionado por la dirección de la institución educativa, en el año 2026 el colegio cuenta con 452 estudiantes matriculados de tercero a quinto, siendo 61% (275) varones y 39% (177) mujeres; de los cuales 33.6% (152) son de tercero, 33.5% son de cuarto (151) y 32.9% son de quinto grado (149).

Respecto a la selección de la institución educativa y de los participantes, se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia, al haber sido seleccionados de manera deliberada por su accesibilidad y disposición para la ejecución de la investigación (Hernández et al., 2014). La muestra estuvo conformada por los estudiantes de tercero a quinto de secundaria que cumplieron los criterios de inclusión y a quienes fue posible acceder durante el periodo de recolección de datos. La selección del colegio respondió, además, a la autorización otorgada para la ejecución del estudio.

De acuerdo con la planificación inicial, se proyectó evaluar a la totalidad de

los 452 alumnos matriculados de tercero a quinto grado. Sin embargo, antes del inicio de la recolección de datos, la institución educativa comunicó que, debido a la programación de actividades académicas relacionadas con la evaluación de habilidades socioemocionales, no sería posible acceder a una sección de cada grado, conformadas en conjunto por 101 estudiantes. Adicionalmente, no se consideró a 11 estudiantes de 18 años por no cumplir con el criterio de inclusión correspondiente al intervalo de edad establecido y, durante la aplicación de los instrumentos, 19 estudiantes se encontraron ausentes. En consecuencia, la muestra final estuvo conformada por 321 estudiantes, 122 (38%) fueron mujeres y 199 (62%) varones. La diferencia entre la población inicialmente considerada y la muestra final obedeció a condiciones operativas propias de la institución educativa, al cumplimiento de los criterios de selección previamente establecidos y a la inasistencia de algunos estudiantes el día de la aplicación, mas no a una selección deliberada de participantes por parte del investigador. Debido al tipo de muestreo empleado, los resultados no son generalizables a otras poblaciones; sin embargo, pueden aportar evidencia para contextos con características similares (Hernández, 2021). Además, con la finalidad de minimizar posibles sesgos de selección, se garantizó una comunicación transparente con los directivos, padres y estudiantes, sobre los objetivos del estudio y el carácter voluntario de participación.

### ***3.2.1. Criterios de inclusión y exclusión***

Fueron establecidos previamente con base en las características de la población objetivo, los criterios de aplicación de los instrumentos seleccionados y las condiciones necesarias para garantizar la adecuada comprensión de los cuestionarios.

### **Criterios de inclusión**

- Alumnado con matrícula vigente en la I.E. durante el año académico 2026, que cuenten con el consentimiento informado de sus representantes legales y el asentimiento informado correspondiente.
- Estudiantes de tercero a quinto grado de educación secundaria con edades comprendidas entre 14 y 17 años, rango establecido de acuerdo con los criterios de aplicación de los instrumentos utilizados en la investigación.

### **Criterios de exclusión**

- Alumnado que, de acuerdo con los informes emitidos por el área de Psicología del colegio y/o informes psicológicos externos presentados por los padres o apoderados y registrados en dicha área, presentaran dificultades significativas de lectoescritura que impidieran la comprensión adecuada de los instrumentos.
- Protocolos incompletos o con información insuficiente que impidiera el cálculo e interpretación de las puntuaciones de los instrumentos.

## **3.3. Variables**

### **3.3.1. Bienestar psicológico**

Definición conceptual: Se entiende como la valoración que realiza el individuo acerca de sus logros, experiencias y desenvolvimiento en diversas áreas de su vida (Casullo, 2002).

Definición operacional: Fue medido mediante la Escala BIEPS-J de Casullo, en la versión adaptada al contexto peruano por Niño de Guzmán (2022). El instrumento está conformado por 11 ítems distribuidos en cuatro dimensiones:

control de situaciones, vínculos psicosociales, proyecto de vida y aceptación de sí mismo.

### **3.3.2. Funcionamiento familiar**

Definición conceptual: Es la capacidad del sistema familiar para afrontar situaciones de cambio, manteniendo vínculos afectivos, roles y normas que favorezcan el funcionamiento de sus integrantes (Olson et al., 1983; Vergaray y Benavides, 2020).

Definición operacional: Fue medido mediante la Escala FACES III de Olson et al., en la versión adaptada al contexto peruano por Cruz (2022). El instrumento está conformado por 17 ítems distribuidos en dos dimensiones: cohesión y adaptabilidad.

### **3.3.3. Resiliencia**

Definición conceptual: Capacidad del individuo para afrontar, adaptarse y restablecerse de situaciones adversas, manteniendo un funcionamiento positivo frente a las dificultades (Wagnild y Young, 1993).

Definición operacional: Fue medida mediante la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young, adaptado en Perú por Ríos (2021). El instrumento tiene 25 ítems distribuidos en cinco dimensiones: satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en uno mismo y perseverancia.

**Tabla 1**

*Matriz de Operacionalización de las variables*

| <b>Variable</b> | <b>Dimensiones</b> | <b>Ítems</b> | <b>Escala de medición</b> |
|-----------------|--------------------|--------------|---------------------------|
|-----------------|--------------------|--------------|---------------------------|

|                                |                        |                                   |                                        |
|--------------------------------|------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------|
| <b>Bienestar psicológico</b>   | Control de situaciones | 4, 8, 11                          | Ordinal (Likert de tres alternativas)  |
|                                | Vínculos psicosociales | 1, 6, 9                           |                                        |
|                                | Proyecto de vida       | 2, 5, 10                          |                                        |
|                                | Aceptación de sí mismo | 3, 7                              |                                        |
|                                |                        |                                   |                                        |
| <b>Funcionamiento familiar</b> | Cohesión               | 1, 3, 5, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 17 | Ordinal (Likert de cinco alternativas) |
|                                | Adaptabilidad          | 2, 4, 7, 9, 11, 13, 15            |                                        |
| <b>Resiliencia</b>             | Satisfacción personal  | 16, 21, 22, 25                    | Ordinal (Likert de siete alternativas) |
|                                | Ecuanimidad            | 7, 8, 11, 12                      |                                        |
|                                | Sentirse bien solo     | 3, 5, 19                          |                                        |
|                                | Confianza en uno mismo | 6, 9, 10, 13, 17, 18, 24          |                                        |
|                                | Perseverancia          | 1, 2, 4, 14, 15, 20, 23           |                                        |

### 3.4. Técnicas e instrumentos

#### 3.4.1. Escala de bienestar psicológico (BIEPS-J)

Formulada por Casullo (2002), con la finalidad de evaluar el BP en adolescentes. En su construcción original presentó una consistencia interna de  $\alpha = .74$ , además de evidencias de validez sustentadas mediante análisis de ítems y

análisis factorial, lo que permitió la conformación de sus dimensiones.

Se utilizó la versión adaptada al contexto peruano por Niño de Guzmán (2022), desarrollada en una muestra de 1020 adolescentes de 13 a 17 años pertenecientes a dos colegios públicos de Villa María del Triunfo, Lima. La adaptación está conformada por 11 ítems y cuatro dimensiones: control de situaciones, vínculos psicosociales, proyecto de vida y aceptación de sí mismo, con respuestas tipo Likert de tres alternativas.

Respecto a sus propiedades psicométricas, la adaptación peruana presentó una consistencia interna de  $\alpha = .71$  para la puntuación total y valores entre  $\alpha = .56$  y  $\alpha = .64$  para sus dimensiones. Asimismo, el análisis de la estructura interna permitió conservar 11 de los 13 ítems originales, evidenciando adecuadas propiedades psicométricas para su aplicación en población adolescente peruana (Niño de Guzmán, 2022).

**Tabla 2**

*Baremos de la escala BIEPS-J*

| <b>Niveles</b> | <b>Puntaje directo</b> |
|----------------|------------------------|
| <b>Bajo</b>    | 19-28                  |
| <b>Medio</b>   | 29-31                  |
| <b>Alto</b>    | 32-33                  |

**Nota.** Baremos de la adaptación peruana de Niño de Guzmán (2022).

### **3.4.2. Escala de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III)**

Elaborada por Olson et al. (1985) con la finalidad de evaluar el funcionamiento familiar a través de las dimensiones cohesión y adaptabilidad. En su versión original presentó coeficientes de consistencia interna de  $\alpha = .77$  para

cohesión,  $\alpha = .62$  para adaptabilidad y  $\alpha = .68$  para la puntuación general.

Se empleó la adaptación peruana de Cruz (2022), validada en 358 estudiantes de 14 a 18 años de instituciones educativas de Lima. La versión adaptada quedó con 17 ítems distribuidos en las dimensiones cohesión y adaptabilidad, luego de excluir tres ítems que no alcanzaron índices adecuados de homogeneidad.

Respecto a sus propiedades psicométricas, la adaptación presentó adecuados niveles de consistencia interna obteniendo  $\alpha = .876$  para cohesión y  $\alpha = .752$  para adaptabilidad. Asimismo, el análisis de homogeneidad evidenció que tres ítems de la dimensión adaptabilidad presentaban índices de homogeneidad corregida inferiores a .30, motivo por el cual fueron excluidos de la versión final, mejorando la consistencia interna del instrumento (Cruz, 2022).

**Tabla 3**

*Baremos de la escala FACES III*

| <b>Dimensión</b>     | <b>Niveles</b> | <b>Puntaje directo</b> |
|----------------------|----------------|------------------------|
| <b>Cohesión</b>      | Desligada      | 13-20                  |
|                      | Separada       | 21-34                  |
|                      | Unida          | 35-44                  |
|                      | Aglutinada     | 45-49                  |
| <b>Adaptabilidad</b> | Rígida         | 9-12                   |
|                      | Estructurada   | 13-21                  |
|                      | Flexible       | 22-27                  |
|                      | Caótica        | 28-32                  |

**Nota.** Baremos correspondientes a la adaptación peruana de Cruz (2022).

### 3.4.3. Escala de resiliencia de Wagnild y Young

Elaborada por Wagnild y Young (1993) para medir el nivel de resiliencia. En su versión original tuvo una consistencia interna de  $\alpha = .91$  y una confiabilidad test-retest de .67 en un periodo de 2 semanas, demostrando adecuadas propiedades psicométricas.

Se empleó la adaptación peruana de Ríos (2021), desarrollada con 500 adolescentes de 11 a 19 años de Tarapoto. El instrumento evalúa cinco dimensiones: satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en uno mismo y perseverancia. Asimismo, el autor elaboró normas percentilares para la interpretación de la puntuación total, estableciendo cinco categorías: muy baja, baja, promedio, alta y muy alta. Respecto a sus propiedades psicométricas, Ríos (2021) reportó adecuadas evidencias de validez de contenido para los 25 ítems mediante juicio de expertos, obteniendo coeficientes V de Aiken entre .92 y 1.00 y un valor global de .98, lo que evidencia una adecuada representatividad y pertinencia del contenido de los reactivos en la población evaluada por el autor (Ríos, 2021).

**Tabla 4**

*Baremos de la Escala de Resiliencia*

| Niveles  | Puntaje directo |
|----------|-----------------|
| Muy baja | $\leq 117$      |
| Baja     | 118-123         |
| Promedio | 124-127         |
| Alta     | 128-130         |
| Muy alta | $\geq 131$      |

**Nota.** Baremos correspondientes a la adaptación peruana de Ríos (2021).

### **3.5. Procedimiento de recolección de datos**

Como primera etapa, se remitió una solicitud formal a la I.E. con la finalidad de obtener la autorización para desarrollar la investigación y coordinar una reunión con el equipo directivo. Durante dicha reunión se presentó el objetivo del estudio, las características de los instrumentos a emplear y el procedimiento general de recolección de datos. Asimismo, se establecieron las fechas, horarios y condiciones para la aplicación de los cuestionarios. Como actividad posterior a la investigación y en coordinación con la institución educativa, se acordó realizar actividades psicoeducativas dirigidas a estudiantes, padres de familia y docentes, considerando los principales hallazgos obtenidos (Anexos D, E y F).

Posteriormente, se realizó una reunión informativa con los padres, madres y/o tutores legales de los estudiantes durante la asamblea de APAFA de la institución educativa. En esta reunión se explicó la finalidad de la investigación, el carácter voluntario de la participación, el tiempo aproximado de aplicación de los instrumentos, la confidencialidad y el uso exclusivamente académico de los datos recolectados. Al finalizar la reunión se entregó el consentimiento informado para su firma. Los padres o tutores que no pudieron asistir tuvieron un plazo de dos días para remitir el documento firmado por intermedio de los tutores de aula, periodo durante el cual también pudieron resolver sus dudas mediante comunicación telefónica con el investigador.

De manera complementaria, antes de la aplicación de los instrumentos, el alumnado recibió una explicación clara sobre la finalidad de la investigación, el procedimiento de evaluación, el carácter voluntario de su participación y el manejo

confidencial de la información. Posteriormente, otorgaron su asentimiento informado, garantizando que comprendieran el propósito del estudio y su derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencia alguna.

Una vez obtenidos los consentimientos y asentimientos informados, se procedió a la aplicación colectiva de los instrumentos durante las horas pedagógicas del curso de Tutoría de cada grado y sección, utilizando las respectivas aulas de la institución educativa. Antes de iniciar la evaluación se brindaron instrucciones generales sobre la forma correcta de responder los cuestionarios, indicando que no existían respuestas adecuadas o inadecuadas, que debían contestar con sinceridad de acuerdo con su experiencia personal y que podían dejar de participar si alguna pregunta les generaba incomodidad o malestar emocional.

Finalizada la aplicación, los cuestionarios fueron revisados para identificar registros incompletos o inconsistentes. Posteriormente, se codificaron y organizaron para su ingreso a la base de datos, conservando únicamente la información necesaria para el análisis estadístico y preservando en todo momento el anonimato de los participantes.

### **3.6. Plan de análisis de datos**

Los datos recolectados fueron sistematizados y analizados por medio de Jamovi y Microsoft Excel (Microsoft Office). Jamovi es un software estadístico de código abierto, por lo que no se requiere licencia para su utilización.

Asimismo, se recurrió a la estadística descriptiva mediante frecuencias y porcentajes. Para evaluar la distribución de los datos se empleó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk (S-W). Aunque esta prueba fue inicialmente desarrollada para muestras pequeñas, Royston (1982) probó su eficacia en una

muestra de 2000 casos, asimismo, Tomšik (2019) y Souza et al. (2023) encontraron que S-W presenta mayor potencia estadística frente a otras pruebas de normalidad en distintos tamaños muestrales. De manera complementaria, se realizó la inspección de los gráficos Q-Q para examinar visualmente la distribución de los datos. Considerando conjuntamente los resultados obtenidos mediante ambos procedimientos, se optó por emplear el coeficiente de correlación de Spearman para determinar el grado de relación entre las variables de estudio (Ortiz y Ortiz, 2021).

### **3.7. Consideraciones éticas**

El estudio se desarrolló respetando los principios éticos aplicables a la investigación con seres humanos, garantizando la protección de los derechos, la dignidad y el bienestar de los participantes durante todas las etapas del estudio. Asimismo, el proyecto fue revisado por el comité de ética de la UPCH, desarrollándose conforme a los principios de autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia (García, 2006; Siurana, 2010).

El principio de autonomía se garantizó mediante la obtención del consentimiento informado firmado por los padres y del asentimiento informado otorgado voluntariamente por los estudiantes antes de la aplicación de los instrumentos. En ambos documentos se explicó la finalidad del estudio, la voluntariedad de la participación, el derecho a retirarse en cualquier momento y el uso exclusivamente académico de la información obtenida.

La confidencialidad y el anonimato fueron protegidos durante todo el estudio, en concordancia con la no maleficencia. No se registró información que permitiera identificar a los participantes, empleándose un sistema de codificación mediante letras y números para el almacenamiento y procesamiento de datos. La

información fue resguardada únicamente por el investigador en un repositorio digital de acceso restringido, siendo utilizada exclusivamente para los fines establecidos en la presente investigación.

Siguiendo el principio de beneficencia, se planificó, como actividad posterior al desarrollo de la investigación, la realización de actividades psicoeducativas dirigidas a estudiantes, padres de familia y docentes, considerando las necesidades identificadas a partir de los resultados. Estas actividades estuvieron orientadas a la promoción del BP del alumnado, la sensibilización sobre las dinámicas familiares relacionadas con este y la promoción de recursos de acompañamiento desde el contexto educativo, además de permitir la socialización de los principales hallazgos con la comunidad educativa (Anexos D, E y F).

Respecto al principio de justicia, los estudiantes que cumplieron los criterios de inclusión tuvieron las mismas oportunidades de participar en la investigación, evitando cualquier tipo de discriminación o trato diferenciado. Asimismo, las actividades psicoeducativas propuestas estuvieron dirigidas a la comunidad educativa, independientemente de que los datos de algún estudiante no hubieran sido considerados en el análisis.

Considerando que la investigación involucró población adolescente, se elaboró un plan de contingencia para responder ante posibles situaciones de malestar durante la aplicación de los instrumentos. Dicho plan contempló la identificación temprana de señales de riesgo, la contención emocional inicial, la comunicación con las autoridades de la I.E., el contacto con los padres o tutores legales cuando fuese necesario, la derivación a los servicios de salud correspondientes y el seguimiento de los casos que lo requirieran (Anexo G).

Con relación al análisis de riesgo-beneficio, la investigación representó un riesgo mínimo para los participantes. Los posibles malestares emocionales derivados de la reflexión sobre experiencias personales fueron previstos mediante protocolos de actuación específicos, mientras que los beneficios esperados, relacionados con la generación de evidencia científica y el desarrollo de acciones preventivas y promocionales para la comunidad educativa, fueron considerados superiores a los riesgos potenciales, respaldando la viabilidad ética del estudio. Asimismo, se redujo el riesgo de vulneración de la confidencialidad mediante la omisión de datos personales identificables y el empleo de un sistema de codificación alfanumérica de uso exclusivo del investigador.

## RESULTADOS

### 4.1. Análisis de objetivos descriptivos

En la Tabla 5 se observa que predominó el nivel bajo de bienestar psicológico con 42.7% (n = 137), seguido del nivel medio con 38.3% (n = 123) y del nivel alto con 19.0% (n = 61), observándose una mayor concentración de estudiantes en los niveles bajo y medio, los cuales en conjunto representan el 81.0% de la muestra evaluada. En consecuencia, se rechaza la hipótesis específica 1, ya que predomina el BP bajo y no alto, como se planteó en la hipótesis.

**Tabla 5**

*Distribución de los niveles de bienestar psicológico*

| Nivel | n   | %    |
|-------|-----|------|
| Bajo  | 137 | 42.7 |
| Medio | 123 | 38.3 |
| Alto  | 61  | 19.0 |
| Total | 321 | 100  |

En la Tabla 6 se observa predominio del nivel de cohesión familiar unida con 44.9% (n = 144), seguido del nivel separada con 39.6% (n = 127), mientras que los niveles aglutinada y desligada presentaron menores porcentajes, con 9.0% (n = 29) y 6.5% (n = 21), respectivamente. En conjunto, los niveles unida y separada concentraron el 84.5% de la muestra evaluada, constituyendo una mayor concentración de estudiantes en estos niveles.

**Tabla 6***Distribución de los niveles de cohesión familiar*

| Nivel      | N   | %     |
|------------|-----|-------|
| Desligada  | 21  | 6.5   |
| Separada   | 127 | 39.6  |
| Unida      | 144 | 44.9  |
| Aglutinada | 29  | 9.0   |
| Total      | 321 | 100.0 |

En la Tabla 7 se denota predominio del nivel de adaptabilidad estructurada con 40.2% (n = 129), seguido del nivel flexible con 39.6% (n = 127), mientras que los niveles caótica y rígida presentaron menores porcentajes, con 15.3% (n = 49) y 5.0% (n = 16), respectivamente. En síntesis, los niveles estructurada y flexible concentraron el 79.8% de la muestra evaluada, evidenciando una mayor concentración de estudiantes en estos dos niveles de adaptabilidad familiar. En consecuencia, se acepta la hipótesis específica 2, puesto que predominaron la cohesión unida y la adaptabilidad estructurada en los estudiantes evaluados.

**Tabla 7***Distribución de los niveles de adaptabilidad familiar*

| Nivel | N | % |
|-------|---|---|
|-------|---|---|

|                     |     |       |
|---------------------|-----|-------|
| <b>Rígida</b>       | 16  | 5.0   |
| <b>Estructurada</b> | 129 | 40.2  |
| <b>Flexible</b>     | 127 | 39.6  |
| <b>Caótica</b>      | 49  | 15.3  |
| <b>Total</b>        | 321 | 100.0 |

En la Tabla 8 se advierte que predominó el nivel muy alto de resiliencia con 54.2% (n = 174), seguido del nivel muy bajo con 21.8% (n = 70). Los niveles bajo, alto y promedio presentaron menores porcentajes, con 12.8% (n = 41), 6.2% (n = 20) y 5.0% (n = 16), respectivamente. En suma, los niveles muy alta y alta concentraron el 60.4% de la muestra evaluada, observándose una mayor concentración de estudiantes con niveles elevados de resiliencia. Según los datos detallados, se rechaza la hipótesis específica 3, puesto que preponderó un nivel muy alto en lugar del nivel alto.

**Tabla 8**

*Distribución de los niveles de resiliencia*

| <b>Nivel</b>    | <b>N</b> | <b>%</b> |
|-----------------|----------|----------|
| <b>Muy baja</b> | 70       | 21.8     |
| <b>Baja</b>     | 41       | 12.8     |
| <b>Promedio</b> | 16       | 5.0      |
| <b>Alta</b>     | 20       | 6.2      |
| <b>Muy alta</b> | 174      | 54.2     |
| <b>Total</b>    | 321      | 100.0    |

## 4.2. Análisis de objetivos relacionales

En la Tabla 9 se presentan los resultados de la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk, aplicada para determinar la distribución de los fenómenos de estudio. Los resultados evidenciaron valores de  $p < .05$  para bienestar psicológico, cohesión y resiliencia, mientras que adaptabilidad presentó un valor límite de  $p = .050$ . De manera complementaria, se realizó la inspección de los gráficos Q-Q de las variables. Considerando conjuntamente los resultados de la prueba de normalidad y la inspección gráfica, se optó por el empleo del coeficiente de correlación de Spearman para los análisis relacionales. Por otra parte, para interpretar la magnitud de los coeficientes de correlación de Spearman se emplearon los criterios propuestos por Cohen (1988), retomados por Field (2018), considerando una correlación baja para valores entre .10 y .29, media entre .30 y .49 y alta para mayores o iguales a .50.

**Tabla 9**

*Prueba de normalidad*

|                   | BP     | Cohesión | Adaptabilidad | Resiliencia |
|-------------------|--------|----------|---------------|-------------|
| W de Shapiro-Wilk | 0.902  | 0.972    | 0.991         | 0.976       |
| Valor p           | < .001 | < .001   | 0.050         | < .001      |

Como se observa en la tabla 10, existen correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre todas las dimensiones del BP y las dimensiones del funcionamiento familiar. El control de situaciones presentó

correlaciones de magnitud baja con cohesión ( $\rho = .256$ ) y adaptabilidad ( $\rho = .272$ ). De igual manera, los vínculos psicosociales se relacionaron con cohesión ( $\rho = .262$ ) y adaptabilidad ( $\rho = .257$ ), ambas con magnitud baja. El proyecto de vida presentó también correlaciones bajas con cohesión ( $\rho = .233$ ) y adaptabilidad ( $\rho = .228$ ;  $p < .001$ ). Finalmente, la aceptación de sí mismo presentó una relación baja con cohesión ( $\rho = .296$ ) y media con adaptabilidad ( $\rho = .336$ ). En ese sentido se puede denotar que las correlaciones fueron de magnitud baja, a excepción de la relación entre aceptación de sí mismo y adaptabilidad, que presentó una magnitud media; en consecuencia, se acepta la hipótesis específica 4.

**Tabla 10**

*Correlación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del funcionamiento familiar*

| Dimensiones                   | Cohesión | Adaptabilidad |
|-------------------------------|----------|---------------|
| <b>Control de situaciones</b> | .256***  | .272***       |
| <b>Vínculos psicosociales</b> | .262***  | .257***       |
| <b>Proyecto de vida</b>       | .233***  | .228***       |
| <b>Aceptación de sí mismo</b> | .296***  | .336***       |

**Nota.** N = 321. Los valores corresponden al coeficiente de correlación de Spearman ( $\rho$ ). \*\*\* $p < .001$ .

Respecto al siguiente objetivo sustentado en la tabla 11, se evidenciaron correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre todas las dimensiones

de la resiliencia y las dimensiones del funcionamiento familiar. La dimensión satisfacción personal presenta relación de magnitud media con la cohesión ( $\rho = .356$ ) y con adaptabilidad ( $\rho = .353$ ). La dimensión ecuanimidad muestra una relación media con la cohesión ( $\rho = .301$ ) y baja con adaptabilidad ( $\rho = .285$ ). La dimensión sentirse bien solo evidencia correlaciones de magnitud baja con la cohesión ( $\rho = .211$ ) y con adaptabilidad ( $\rho = .263$ ). La dimensión confianza en uno mismo denota una relación baja con la cohesión ( $\rho = .248$ ) y de magnitud media con adaptabilidad ( $\rho = .313$ ). Finalmente, la dimensión perseverancia muestra correlación baja con la dimensión cohesión ( $\rho = .211$ ) y adaptabilidad ( $\rho = .288$ ). En general, las relaciones fueron predominantemente de magnitud baja, aunque se observaron correlaciones medias de satisfacción personal con ambas dimensiones del funcionamiento familiar, de ecuanimidad con cohesión y de confianza en uno mismo con adaptabilidad. Por lo tanto, a raíz de los datos presentados se acepta la hipótesis específica 5.

**Tabla 11**

*Correlación entre las dimensiones de la resiliencia y las dimensiones del funcionamiento familiar*

| <b>Dimensiones</b>            | <b>Cohesión</b> | <b>Adaptabilidad</b> |
|-------------------------------|-----------------|----------------------|
| <b>Satisfacción personal</b>  | .356***         | .353***              |
| <b>Ecuanimidad</b>            | .301***         | .285***              |
| <b>Sentirse bien solo</b>     | .211***         | .263***              |
| <b>Confianza en uno mismo</b> | .248***         | .313***              |

|                      |         |         |
|----------------------|---------|---------|
| <b>Perseverancia</b> | .211*** | .288*** |
|----------------------|---------|---------|

**Nota.** N = 321. Los valores corresponden al coeficiente de correlación de Spearman (rho). \*\*\*p < .001.

En relación con el objetivo general, los resultados muestran una correlación positiva, media y estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y la dimensión adaptabilidad del funcionamiento familiar ( $\rho = .395$ ), así como entre el BP y la dimensión cohesión del funcionamiento familiar ( $\rho = .382$ ). Por otro lado, la resiliencia con la adaptabilidad ( $\rho = .357$ ) y cohesión ( $\rho = .308$ ) presentaron una correlación positiva, media y significativa. Por último, el BP y la resiliencia presentan una relación positiva, media y significativa con  $\rho = .423$ . En conjunto, todas las correlaciones fueron positivas, estadísticamente significativas y de magnitud media, en consecuencia se acepta la hipótesis general.

**Tabla 12**

*Matriz de correlaciones entre el bienestar psicológico, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia*

| <b>Variables</b>                 | <b>Bienestar<br/>psicológico</b> | <b>Adaptabilidad</b> | <b>Cohesión</b> | <b>Resiliencia</b> |
|----------------------------------|----------------------------------|----------------------|-----------------|--------------------|
| <b>Bienestar<br/>psicológico</b> | -                                | .395***              | .382***         | .423***            |
| <b>Adaptabilidad</b>             |                                  | -                    |                 | .357***            |
| <b>Cohesión</b>                  |                                  |                      | -               | .308***            |
| <b>Resiliencia</b>               |                                  |                      |                 | -                  |

**Nota.** N = 321. Los valores corresponden al coeficiente de correlación de Spearman (rho). \*\*\*p < .001.

## DISCUSIÓN

Respecto al primer objetivo específico, se encontró que predominó el nivel bajo de bienestar psicológico en el alumnado evaluado, seguido del nivel medio, mientras que una menor proporción alcanzó el nivel alto. Este hallazgo evidencia que una parte considerable de los adolescentes presenta una valoración poco favorable de su BP. Desde el modelo de Casullo (2002), este resultado puede comprenderse considerando que el BP comprende el control de situaciones, los vínculos psicosociales, la aceptación de sí mismo y el proyecto de vida, componentes relacionados con la manera en que el individuo valora su funcionamiento personal e interpersonal. Por ello, el predominio del nivel bajo no debe entenderse únicamente como una menor satisfacción general, sino como la presencia de posibles dificultades en diferentes componentes del BP. Los resultados presentan similitud con Alejos (2024), quien encontró también un predominio del nivel bajo de BP (42.7%) en adolescentes de un colegio público de Lima Metropolitana. Asimismo, Fuentes (2023) identificó una importante concentración de estudiantes entre los niveles promedio y bajo. En contraste, Bendezú (2026) encontró un predominio del nivel alto de BP, mientras que Soncco y Quinto (2022) reportaron resultados similares en estudiantes de Yanaoca, Cusco. Estas diferencias muestran que el bienestar psicológico no se presenta de manera homogénea entre adolescentes, incluso cuando las investigaciones se realizan en poblaciones pertenecientes a una etapa evolutiva semejante. Una posible comprensión de esta variabilidad se encuentra en el carácter multidimensional del BP y en la importancia que adquieren las condiciones personales y contextuales durante la adolescencia. La OMS (2024) y Papalia et al. (2010) señalan que esta etapa implica importantes

cambios biopsicosociales y requiere de entornos sociales y familiares que favorezcan el desarrollo socioemocional. En este sentido, las diferencias encontradas entre investigaciones pueden comprenderse considerando que la valoración del bienestar se produce dentro de contextos y experiencias particulares. No obstante, los resultados no permiten determinar qué condiciones específicas explican el predominio del nivel bajo, por lo que estas características deben considerarse como elementos interpretativos y no como causas demostradas en la muestra estudiada.

En relación con el segundo objetivo específico, el funcionamiento familiar fue analizado mediante las dimensiones cohesión y adaptabilidad, por lo que sus resultados requieren una interpretación diferenciada y no como una medida unidimensional. En la dimensión cohesión predominaron las familias unidas y separadas, que conjuntamente representaron el 84.5% de los estudiantes. Según el Modelo de Olson, la cohesión comprende el vínculo emocional entre los integrantes de la familia y el equilibrio entre cercanía y autonomía (Olson et al., 1989). De esta manera, el predominio de categorías intermedias indica que la mayor parte de los adolescentes percibe dinámicas familiares caracterizadas por vínculos afectivos y espacios de autonomía sin alcanzar los extremos de desvinculación o dependencia excesiva. Este resultado es coherente con la propuesta de Olson y Gorall (2003), según la cual los niveles intermedios representan formas equilibradas de cohesión. Mientras las familias separadas presentan independencia moderada, límites claros y espacios individuales junto con actividades compartidas, las familias unidas se caracterizan por una mayor cercanía emocional y participación conjunta en las decisiones. Los resultados guardan correspondencia con Fuentes (2023), quien

encontró predominio de familias separadas, y con Soncco y Quinto (2022), quienes también identificaron una mayor presencia de esta categoría en adolescentes.

En la dimensión adaptabilidad predominaron las familias estructuradas y flexibles con el 79.8% de la muestra. Esta dimensión representa la competencia familiar para modificar su liderazgo, roles y reglas frente a las demandas que enfrenta (Olson et al., 1989). Las familias estructuradas conservan una organización relativamente estable, pero admiten determinados cambios, mientras que las flexibles presentan mayor capacidad de negociación y modificación de sus dinámicas. Por ello, el predominio de ambas categorías permite interpretar que una proporción importante de los estudiantes percibe en sus familias capacidad para mantener cierta organización y, simultáneamente, realizar ajustes frente a situaciones cambiantes. Este resultado guarda correspondencia con Fuentes (2023) y Soncco y Quinto (2022), quienes también reportaron una presencia importante de categorías intermedias de adaptabilidad. El predominio de categorías intermedias tanto en cohesión como en adaptabilidad adquiere particular importancia durante la adolescencia. Oliva et al. (2007) señalan que durante esta etapa se producen reorientaciones de normas, roles y límites dentro de la familia, mientras que Bueno (2023) destaca la necesidad de brindar apoyo sin impedir el desarrollo de la autonomía. Desde esta perspectiva, los resultados muestran una predominancia de familias que mantienen vinculación emocional y, paralelamente, cierto grado de capacidad para reorganizarse frente a los cambios propios de esta etapa. Esta interpretación mantiene la distinción entre las dos dimensiones estudiadas; por una parte la cohesión describe las características de la vinculación familiar, mientras que la adaptabilidad denota la capacidad de reorganización del sistema familiar.

En cuanto al tercer objetivo específico, se encontró un predominio del nivel muy alto de resiliencia, correspondiente al 54.2% de los estudiantes. Según Wagnild y Young (1993), la resiliencia comprende recursos vinculados con la confianza en uno mismo, la ecuanimidad, la perseverancia, la satisfacción personal y la capacidad de sentirse bien solo. Por lo mencionado, el resultado permite interpretar que una proporción importante de los adolescentes evaluados dispone de recursos personales favorables para afrontar y adaptarse ante las dificultades. El predominio de niveles elevados guarda correspondencia con Rebaza (2021), Bendezú (2026) y Ríos (2025), quienes encontraron una mayor presencia de resiliencia alta en estudiantes de secundaria. Caso contrario de Oblitas (2023) quien reportó principalmente un nivel promedio. Estas diferencias son coherentes con las propuestas de Rutter (1993) y Belmont (2018), quienes sostienen que este fenómeno no constituye una característica estática, sino que puede variar en función de las experiencias de cada persona. Sin embargo, el predominio del nivel muy alto no representa a la totalidad de la muestra. Resulta importante resaltar que el 21.8% del alumnado se ubica en el nivel muy bajo, constituyendo el segundo grupo con mayor frecuencia. La coexistencia de ambos extremos evidencia heterogeneidad en los recursos resilientes de los adolescentes evaluados. Esto adquiere importancia si se considera que la resiliencia no supone invulnerabilidad ni ausencia de malestar frente a las adversidades, sino la disponibilidad de recursos para responder adaptativamente ante ellas. En ese sentido, esta distribución evidencia la importancia de considerar que los adolescentes pueden presentar diferentes niveles de resiliencia y, por tanto, distintas necesidades dentro del contexto educativo.

Respecto al cuarto objetivo específico, se encontraron relaciones positivas

y estadísticamente significativas entre las cuatro dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones cohesión y adaptabilidad del funcionamiento familiar. Las correlaciones fueron predominantemente bajas, con excepción de la relación entre aceptación de sí mismo y adaptabilidad, que presentó una magnitud media. Este patrón evidencia que los diferentes componentes del BP mantienen relaciones con ambas dimensiones del funcionamiento familiar, aunque estas no se presentan con la misma intensidad. En relación con la cohesión, control de situaciones, vínculos psicosociales, proyecto de vida y aceptación de sí mismo presentaron correlaciones positivas de magnitud baja. Los resultados tienen correspondencia con Alejos (2024), quien encontró relaciones positivas y significativas de cohesión con aceptación de sí mismo, control de situaciones, vínculos psicosociales y proyecto de vida. Sin embargo, difieren de Soncco y Quinto (2022), quienes no encontraron relaciones estadísticamente significativas entre el funcionamiento familiar y las dimensiones del BP. Los hallazgos también presentan correspondencia parcial con Molina et al. (2024), quienes encontraron relaciones positivas entre funcionamiento familiar y diferentes dimensiones del BP, destacando autoaceptación, dominio del entorno, propósito de vida y relaciones positivas. Sin embargo, esta comparación debe realizarse con cautela debido a que emplearon el modelo de Ryff y el APGAR Familiar, mientras que la presente investigación utilizó el modelo de Casullo y evaluó separadamente cohesión y adaptabilidad mediante FACES III. Pese a estas diferencias conceptuales y metodológicas, ambos estudios muestran que las características del entorno familiar se relacionan con distintos componentes del BP adolescente. Cabe resaltar que la dimensión vínculos psicosociales no presentó la correlación más elevada con

cohesión, pese a la aparente proximidad entre ambos conceptos. Esta diferencia puede comprenderse desde sus propias definiciones. La cohesión se circunscribe al vínculo emocional, cercanía y autonomía dentro del sistema familiar (Olson et al., 1989), mientras que los vínculos psicosociales comprenden la calidad de las conexiones sociales del adolescente, caracterizadas por empatía, afecto y confianza con otras personas (Casullo, 2002). Por ello, la relación positiva encontrada resulta teóricamente coherente, pero su magnitud baja evidencia que ambas dimensiones no representan el mismo fenómeno.

Acerca de la adaptabilidad, las cuatro dimensiones del bienestar psicológico presentaron igualmente relaciones positivas, destacando aceptación de sí mismo como la única correlación de magnitud media. Según Olson, la adaptabilidad supone flexibilidad para modificar normas, roles y estructuras de poder manteniendo cierta estabilidad frente al cambio. Por su parte, Casullo (2002) entiende la aceptación de sí mismo como la competencia de valorar y aceptar quién se es. La relación encontrada resulta particularmente relevante durante la adolescencia, etapa caracterizada por cambios personales y por una redefinición de las relaciones familiares. Oliva et al. (2007) señalan que las familias requieren reorientar normas, roles y límites durante esta etapa, mientras que Moya y Cunza (2019) destacan la importancia de vínculos, presencia parental y límites definidos como elementos protectores. En este contexto, una mayor capacidad familiar para reorganizarse frente a los cambios tiende a presentarse junto con una valoración personal más favorable del adolescente. No obstante, el diseño correlacional impide establecer una relación causal entre ambos fenómenos.

Referente al quinto objetivo específico, todas las dimensiones de la

resiliencia presentaron relaciones positivas y estadísticamente significativas con la cohesión y adaptabilidad. Las magnitudes fueron predominantemente bajas, aunque satisfacción personal presentó relaciones medias con ambas dimensiones familiares; ecuanimidad alcanzó una relación media con cohesión y confianza en uno mismo con adaptabilidad. Como investigaciones similares, Gasco y Matallana (2021) encontraron relaciones positivas y estadísticamente significativas entre resiliencia y cohesión, así como entre resiliencia y adaptabilidad, empleando también FACES III y la ER de Wagnild y Young en estudiantes de secundaria. Sin embargo, las autoras analizaron la resiliencia de manera unidimensional, por lo que sus resultados no permiten contrastar directamente cada una de las cinco dimensiones examinadas en la presente investigación. Aun así, proporcionan evidencia concordante respecto a la existencia de relaciones entre los recursos resilientes y ambas dimensiones del funcionamiento familiar.

En cuanto a la cohesión, las relaciones de mayor magnitud se presentaron con satisfacción personal y ecuanimidad, ambas de magnitud media. La cohesión hace referencia al vínculo emocional existente entre los integrantes de la familia y al equilibrio entre cercanía y autonomía, mientras que, dentro del modelo de Wagnild y Young (1993), la satisfacción personal se relaciona con la valoración de la propia vida y la ecuanimidad con la capacidad de mantener una perspectiva equilibrada frente a las experiencias. Los resultados indican, por tanto, que los adolescentes que perciben una mayor cohesión en sus familias tienden también a presentar mayor satisfacción personal y ecuanimidad. Esta relación puede comprenderse de manera más amplia desde los planteamientos que reconocen la participación del contexto familiar en el desarrollo de la resiliencia. Garmezy

(1991) considera que las competencias adaptativas se encuentran vinculadas tanto con factores protectores personales como familiares, mientras que Werner y Smith (1992) resaltan la importancia de los lazos seguros y las redes de apoyo en los procesos de resiliencia. Desde esta perspectiva, los resultados son coherentes con una comprensión de la resiliencia en la que los recursos personales del adolescente no se encuentran desvinculados de las características de su entorno familiar.

Por otro lado, la adaptabilidad, satisfacción personal y confianza en uno mismo presentaron las relaciones de mayor magnitud. Esta última supone reconocer y confiar en las propias capacidades para afrontar dificultades (Wagnild y Young, 1993). Por su parte, la adaptabilidad implica que el sistema familiar pueda modificar las formas de organización ante nuevas demandas. En ese sentido, los resultados muestran que una mayor capacidad percibida de reorganización familiar tiende a coexistir con una mayor confianza del adolescente en sus propios recursos. Así, los hallazgos permiten comprender que cada componente de la resiliencia mantiene una relación particular con la cohesión y adaptabilidad familiar.

Respecto al objetivo general, el análisis bivariado evidenció relaciones positivas, de magnitud media y estadísticamente significativas entre el bienestar psicológico, las dimensiones cohesión y adaptabilidad del funcionamiento familiar y la resiliencia. En particular, el BP se relacionó con resiliencia, cohesión y adaptabilidad; a su vez, la resiliencia se relacionó con ambas dimensiones del funcionamiento familiar. Este patrón permite observar que los constructos estudiados mantienen relaciones entre sí, aunque dichas relaciones fueron examinadas por pares y no como un efecto conjunto o simultáneo.

La relación de mayor magnitud se presentó entre bienestar psicológico y

resiliencia ( $\rho = .423$ ). Este resultado indica que los estudiantes con mayores recursos resilientes tienden a presentar también mayor BP. El hallazgo guarda correspondencia con Bendezú (2026), quien encontró una relación positiva y moderada entre ambas variables ( $\rho = .374$ ), y con Ríos (2025), quien reportó igualmente una relación positiva ( $\rho = .529$ ); ambos estudios utilizaron el BIEPS-J y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Asimismo, Eshun (2024), Oblitas (2023) y Rebaza (2021) encontraron relaciones positivas y estadísticamente significativas entre resiliencia y BP en adolescentes. La coincidencia entre estos estudios respalda la presencia de una relación entre la capacidad para afrontar situaciones adversas y la valoración que realiza el adolescente de diferentes aspectos de su funcionamiento psicológico, a pesar de que la magnitud de dicha relación varíe entre las poblaciones estudiadas. Esta relación puede comprenderse a partir de la naturaleza de ambos constructos. Para Wagnild y Young (1993), la resiliencia comprende recursos como la confianza en uno mismo, la perseverancia, la ecuanimidad y la satisfacción personal, que intervienen en la manera en que el individuo afronta situaciones adversas. Por su parte, Casullo (2002) concibe el BP a partir de la valoración del propio funcionamiento en aspectos como el control de situaciones, los vínculos psicosociales, la aceptación de sí mismo y el proyecto de vida. Desde esta perspectiva, disponer de mayores recursos para afrontar las dificultades puede relacionarse con una valoración más favorable de la propia capacidad para desenvolverse. Sin embargo, los constructos mencionados no son equivalentes: afrontar adecuadamente una situación adversa no supone necesariamente experimentar una valoración favorable en todos los componentes del BP. Esta diferencia resulta coherente con la magnitud media de la correlación

encontrada, que evidencia una relación relevante, pero no una correspondencia completa entre ambos constructos.

Esta distinción entre ambos constructos nos permite entender uno de los resultados de la investigación: la coexistencia de un predominio de resiliencia muy alta con un predominio de bienestar psicológico bajo. A primera vista, estos resultados podrían parecer contradictorios; sin embargo, corresponden a análisis diferentes. Los niveles describen cómo se distribuye la muestra según determinados puntos de corte, mientras que la correlación analiza la manera en que las puntuaciones individuales de ambos constructos varían conjuntamente. Por tanto, es posible que en la muestra predominen categorías diferentes y, al mismo tiempo, que quienes presentan mayores puntuaciones de resiliencia tiendan a presentar mayores puntuaciones de bienestar psicológico. Además, la resiliencia implica la capacidad de responder y adaptarse frente a situaciones adversas y no, necesariamente, la ausencia de malestar o una valoración favorable de todas las áreas del BP. Esta distinción permite comprender por qué ambos resultados pueden coexistir y refuerza la necesidad de no considerar resiliencia y bienestar como constructos intercambiables.

Por otra parte, el bienestar psicológico presentó relaciones positivas y de magnitud media tanto con adaptabilidad ( $\rho = .395$ ) como con cohesión ( $\rho = .382$ ). Estos resultados muestran que el BP se relaciona con dos características diferentes del funcionamiento familiar; por un lado, con la capacidad de la familia para modificar las formas de organización frente a las demandas y, por otro, con el vínculo emocional y el equilibrio entre cercanía y autonomía de sus integrantes. Los hallazgos guardan correspondencia con Fuentes (2023), quien, utilizando también

FACES III y BIEPS-J, encontró relaciones positivas y estadísticamente significativas del bienestar psicológico con cohesión ( $\rho = .395$ ) y adaptabilidad ( $\rho = .234$ ). Asimismo, Alejos (2024) encontró una relación positiva entre funcionamiento familiar y BP en adolescentes. La similitud con Fuentes resulta especialmente relevante por la proximidad metodológica entre ambas investigaciones; sin embargo, mientras en el presente estudio las relaciones con cohesión y adaptabilidad alcanzaron magnitudes semejantes, en Fuentes la relación con cohesión fue mayor que con adaptabilidad. Esto evidencia que, aunque la dirección de las relaciones es consistente, la intensidad con la que cada dimensión familiar se relaciona con el BP puede variar entre poblaciones. La relación del BP con ambas dimensiones familiares puede comprenderse considerando las demandas de la adolescencia. Durante esta etapa aumenta progresivamente la necesidad de autonomía, al mismo tiempo que el adolescente requiere apoyo familiar. Oliva et al. (2007) señalan que estos cambios necesitan reajustes en las relaciones entre padres e hijos, así como en las normas y límites familiares; mientras que Bueno (2023) destaca la importancia de proporcionar apoyo sin restringir el desarrollo de autonomía. Desde esta perspectiva, la relación encontrada con cohesión puede interpretarse considerando que mantener vínculos emocionales y, simultáneamente, espacios de autonomía constituye una característica relevante del contexto en el que el adolescente desarrolla sus relaciones interpersonales y su valoración personal. Por su parte, la relación con adaptabilidad puede comprenderse porque una familia capaz de reajustar sus roles puede responder con mayor flexibilidad a las nuevas necesidades que aparecen durante esta etapa. Así, aunque representan procesos familiares diferentes, tanto la calidad de la vinculación emocional como la

capacidad de reorganización familiar se relacionan con la manera en que el adolescente valora su propio funcionamiento psicológico.

Por otra parte la resiliencia tiene relaciones positivas y de magnitud media con adaptabilidad ( $\rho = .357$ ) y cohesión ( $\rho = .308$ ). Los resultados muestran una similitud con Gasco y Matallana (2021), quienes encontraron relaciones positivas entre resiliencia y cohesión ( $r = .360$ ), y adaptabilidad ( $r = .332$ ). Si bien los coeficientes utilizados no son idénticos y, por tanto, sus valores no deben compararse como equivalentes, ambos estudios coinciden en la dirección y magnitud general de las relaciones. La relación de la resiliencia con ambas dimensiones familiares puede interpretarse desde las perspectivas que consideran los recursos resilientes dentro de la interacción entre características personales y contextuales. Garmezy (1991) destacó la participación de factores protectores personales y familiares en el desarrollo de competencias adaptativas, mientras que Rutter (1993) señaló que los procesos resilientes se encuentran vinculados también con las características del entorno. Desde esta perspectiva, la relación encontrada con cohesión indica que los recursos personales para afrontar dificultades tienden a ser mayores en aquellos adolescentes que perciben una mayor vinculación emocional y equilibrio entre cercanía y autonomía dentro de sus familias. A su vez, la relación con adaptabilidad muestra que dichos recursos también tienden a ser mayores cuando el adolescente percibe que su familia posee capacidad para reorganizar roles, normas y responsabilidades frente a las demandas. Esto resulta pertinente durante la adolescencia, ya que es una etapa en la que el propio sistema familiar debe responder a cambios progresivos en autonomía y responsabilidades. Por tanto, los resultados muestran que la resiliencia, aun siendo un recurso personal,

mantiene relación tanto con el componente afectivo como con el componente adaptativo del funcionamiento familiar.

Al integrar las relaciones encontradas podemos visualizar un patrón consistente. De tal forma que la resiliencia se relacionó con el BP y con ambas dimensiones del funcionamiento familiar, mientras que cohesión y adaptabilidad también se relacionaron con el BP. Este resultado no implica que el funcionamiento familiar genere resiliencia o bienestar psicológico, ni que la resiliencia actúe como mecanismo causal entre la familia y el bienestar, puesto que tales afirmaciones excederían el alcance correlacional de la investigación. Lo que los resultados sí permiten sostener es que los recursos personales para afrontar dificultades, la vinculación emocional familiar, la capacidad de reorganización de la familia y el bienestar psicológico no se presentan como aspectos completamente independientes en los adolescentes evaluados. Esto resulta coherente al comprender a la adolescencia como una etapa en la que los cambios personales se producen en permanente interacción con los contextos familiares y sociales.

La consistencia de este patrón resulta también relevante al considerar las diferencias entre las poblaciones estudiadas en los antecedentes. Mientras la presente investigación se desarrolló en una institución educativa pública de San Sebastián, Cusco, algunos estudios con similares hallazgos fueron realizados en instituciones privadas, como los de Fuentes (2023), Ríos (2025) y Gasco y Matallana (2021), mientras que otros, como Bendezú (2026), Alejos (2024) y Oblitas (2023), correspondieron a instituciones públicas. También, cabe destacar que las investigaciones proceden de contextos geográficos diferentes. Pese a estas diferencias, se mantiene una tendencia hacia relaciones positivas entre BP,

resiliencia y dimensiones del funcionamiento familiar. Esto no permite afirmar que las relaciones sean independientes del contexto ni que el tipo de institución carezca de influencia, puesto que dichos factores no fueron comparados directamente; sin embargo, muestra que relaciones de dirección semejante han sido identificadas en poblaciones escolares con características distintas.

Finalmente, respecto al objetivo general, resulta fundamental considerar que todas las correlaciones obtenidas fueron de magnitud media. Por ello, los resultados evidencian relaciones relevantes entre los constructos estudiados, aunque la magnitud de las correlaciones muestra que estas relaciones son parciales y no representan una correspondencia elevada entre ellos. Por el contrario, las magnitudes encontradas evidencian relaciones consistentes pero no determinantes. En consecuencia, el bienestar psicológico adolescente puede comprenderse como un fenómeno relacionado tanto con recursos personales para afrontar las dificultades como con características afectivas y adaptativas del contexto familiar. Esta interpretación permite integrar los hallazgos sin reducir el bienestar psicológico a una única variable y reconoce que su comprensión requiere considerar diferentes aspectos de la experiencia del adolescente.

## CONCLUSIONES

- En los estudiantes evaluados predominó el nivel bajo de bienestar psicológico (42.7%), seguido del nivel medio (38.3%), concentrándose el 81.0% de la muestra en ambos niveles. Estos resultados evidencian que una proporción considerable presenta niveles bajos o medios de bienestar psicológico. En consecuencia, se rechazó la primera hipótesis específica, debido a que no predominó el nivel alto planteado inicialmente.
- Respecto al funcionamiento familiar, evaluado mediante sus dimensiones cohesión y adaptabilidad, en cohesión predominaron las familias unidas (44.9%) y separadas (39.6%), mientras que en adaptabilidad predominaron las familias estructuradas (40.2%) y flexibles (39.6%). En ambas dimensiones se observó una mayor concentración en las categorías intermedias del Modelo Circumplejo. Por ende, se aceptó la segunda hipótesis específica respecto al predominio de la cohesión unida y adaptabilidad estructurada.
- En la resiliencia predominó el nivel muy alto (54.2%), aunque el nivel muy bajo constituyó el segundo grupo con mayor frecuencia (21.8%), evidenciándose una distribución heterogénea de los recursos resilientes en los estudiantes evaluados. Por tanto, se rechazó la tercera hipótesis específica, debido a que predominó el nivel muy alto y no el nivel alto.
- Las dimensiones del bienestar psicológico presentaron relaciones positivas y estadísticamente significativas con las dimensiones cohesión y adaptabilidad del funcionamiento familiar. Las correlaciones fueron predominantemente de magnitud baja, con excepción de la relación entre aceptación de sí mismo y adaptabilidad, que alcanzó una magnitud media ( $r = .336$ ). En

consecuencia, se aceptó la cuarta hipótesis específica, evidenciándose que los componentes del bienestar psicológico se relacionan de manera diferenciada con ambas dimensiones familiares.

- Las dimensiones de la resiliencia presentaron relaciones positivas y estadísticamente significativas con cohesión y adaptabilidad. Las relaciones fueron predominantemente bajas; sin embargo, satisfacción personal presentó relaciones de magnitud media con cohesión ( $\rho = .356$ ) y adaptabilidad ( $\rho = .353$ ), ecuanimidad con cohesión ( $\rho = .301$ ) y confianza en uno mismo con adaptabilidad ( $\rho = .313$ ). En consecuencia, se aceptó la quinta hipótesis específica, evidenciándose que las dimensiones de la resiliencia mantienen relaciones de diferente magnitud con ambas dimensiones del funcionamiento familiar.
- El análisis bivariado evidenció relaciones positivas, de magnitud media y estadísticamente significativas entre el bienestar psicológico, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia. El bienestar psicológico se relacionó con resiliencia ( $\rho = .423$ ), cohesión ( $\rho = .382$ ) y adaptabilidad ( $\rho = .395$ ); asimismo, la resiliencia se relacionó con cohesión ( $\rho = .308$ ) y adaptabilidad ( $\rho = .357$ ). En consecuencia, se aceptó la hipótesis general.

## **RECOMENDACIONES**

- A la institución educativa, implementar acciones preventivas y promocionales orientadas al fortalecimiento del bienestar psicológico de los estudiantes, considerando especialmente la aceptación de sí mismos, los vínculos psicosociales, el control de situaciones y el proyecto de vida. Estas acciones resultan pertinentes debido al predominio de los niveles bajo y medio de bienestar psicológico, que en conjunto comprendieron al 81.0% de los estudiantes evaluados.
- Al área de psicología y tutoría de la I.E., realizar acciones de identificación y acompañamiento dirigidas especialmente a los estudiantes que presenten menores recursos resilientes. Si bien predominó el nivel muy alto de resiliencia, el 21.8% de los estudiantes se ubicó en el nivel muy bajo, por lo que resulta pertinente considerar las diferencias individuales al planificar acciones de orientación y promoción de recursos para el afrontamiento de situaciones adversas.
- Al área de psicología de la I.E., considerar los recursos resilientes y las dimensiones cohesión y adaptabilidad familiar como aspectos complementarios en las acciones de prevención y promoción del bienestar psicológico de los estudiantes. Esta recomendación se sustenta en las relaciones positivas y estadísticamente significativas encontradas entre el bienestar psicológico, la resiliencia y ambas dimensiones del funcionamiento familiar, permitiendo una valoración más amplia de los aspectos personales y familiares relacionados con el bienestar de los adolescentes.
- A futuros investigadores, realizar estudios en estudiantes de otras

instituciones educativas públicas y privadas y de diferentes contextos socioculturales, con el propósito de contrastar la dirección y magnitud de las relaciones encontradas en la presente investigación. Asimismo, incorporar análisis multivariados que permitan examinar el comportamiento de las relaciones entre bienestar psicológico, cohesión, adaptabilidad y resiliencia al considerar simultáneamente los constructos estudiados, complementando el análisis bivariado desarrollado en esta investigación.

## REFERENCIAS

- Aguiar, E. y Acle-Tomasini, G. (2012). Resiliencia, factores de riesgo y protección en adolescentes mayas de Yucatán: Elementos para favorecer la adaptación escolar. *Acta Colombiana de Psicología*, 15(2), 53-64.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0123-91552012000200006](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-91552012000200006)
- Aguilar, C. (2017). *Funcionamiento familiar según el modelo circunplejo de Olson en adolescentes tardíos* [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio de la Universidad de Cuenca.  
<https://dspace.ucuenca.edu.ec/items/eabcc6b8-77ea-4678-b710-e8d9ccab5b5f>
- Alarcón, R. (2014). Funcionamiento familiar y sus relaciones con la felicidad. *Revista Peruana de psicología y trabajo social*, 3(1), 61-74.  
<http://revistas.uigv.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/55/62>
- Alejos, J. (2024). *Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Álvarez, M., Arias, J., Morón, G., Ramírez, R., Cayo, J. y Pomalima, R. (2022). Impacto en la salud mental de los niños y adolescentes de Lima Metropolitana en el contexto de la COVID-19. *Revista psicológica herediana*, 15(1), 21-34.
- American Psychological Association. (2011). *Camino a la resiliencia*.  
<https://www.apa.org/topics/resilience/camino>

- Bazo, J., Bazo, O., Águila, J., Peralta, F., Mormontoy, W. y Bennett, I. (2016). Propiedades psicométricas de la escala de funcionalidad familiar faces-III: un estudio en adolescentes peruanos. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*, 33(3), 462-470.  
<https://doi.org/10.17843/rpmesp.2016.333.2299>
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: Definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125-146.  
<https://doi.org/10.5944/rppc.vol.11.num.3.2006.4024>
- Belmont, R. (2018). *Resiliencia y calidad de vida relacionada con la salud en pacientes adultos que reciben quimioterapia* [Tesis de pregrado, Universidad de Lima]. Repositorio de la Universidad de Lima.  
<https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/5848>
- Benavente, M. y Quevedo, M. (2018). Resiliencia, bienestar psicológico y afrontamiento en universitarios atendiendo a variables de personalidad y enfermedad. *Revista de Psicología y Educación*, 13(2), 99-112.  
<https://doi.org/10.23923/rpye2018.01.161>
- Bendezú, L. (2026). *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del este de Lima, 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Boele, S., Denissen, J., Moopen, N. y Keijsers, L. (2020). Over-time Fluctuations in Parenting and Adolescent Adaptation Within Families: A Systematic Review. *Adolescent Research Review* 5, 317–339.  
<https://doi.org/10.1007/s40894-019-00127-9>

- Bolaños, L. y Jara, J. E. (2016). *Clima social familiar y resiliencia en los estudiantes del segundo al quinto año del nivel secundario de la Institución Educativa Aplicación* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de la Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/582>
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.
- Bueno, D. (2023). El cerebro adolescente: época de cambio y transformación. *Adolescere*, 11(2), 78-83. [https://www.ub.edu/neuroedu/wp-content/uploads/2023/11/23-06\\_El\\_cerebro\\_adolescente-ADOLESCERE.pdf](https://www.ub.edu/neuroedu/wp-content/uploads/2023/11/23-06_El_cerebro_adolescente-ADOLESCERE.pdf)
- Bustamante, L., Luzuriaga, M., Rodriguez, P. y Espadero, R. (2022). Desarrollo psicológico del adolescente: una revisión sistemática. *Revista de producción, ciencias e investigación*, 6(42), 389-398. <https://doi.org/10.29018/issn.2588-1000vol6iss42.2022pp389-398>
- Cabanyes, J. (2010). Resiliencia: una aproximación al concepto. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 3(4), 145-151. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2010.09.003>
- Camacho P., León, C. y Silva, I. (2009). Funcionamiento Familiar según el Modelo Circumplejo de Olson en adolescentes. *Revista Enfermería Herediana*, 2(2), 80-85. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-559036>
- Cardozo, G. y Alderete, A. (2009). Adolescentes en riesgo psicosocial y resiliencia. *Psicología desde el Caribe*, 23, 148-182. <http://scielo.org.co/pdf/psdc/n23/n23a09.pdf>
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Paidós.

- Casullo, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1), 35-68.  
<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840/6974>
- Cázares, A. (2015). *Funcionamiento familiar, fortalezas y bienestar en adolescentes* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio de la Universidad Nacional Autónoma de México.  
<https://repositorio.unam.mx/contenidos/127897>
- Chang, C. (2017). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico en practicantes pre profesionales de una universidad privada-Trujillo* [Tesis doctoral, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/21038>
- Chapoñan, M. (2021). *Análisis teórico del bienestar psicológico formulado por Carol Ryff y Martina Casullo* [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.  
<https://tesis.usat.edu.pe/xmlui/handle/20.500.12423/4371>
- Choque, E. (2018). *Estrategias de afrontamiento y funcionamiento familiar en adolescentes de una Institución Educativa de Jesús María, Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio de la Universidad Nacional Federico Villarreal.
- CODINFA. (2002). *Por los caminos de la resiliencia: proyectos de promoción en infancia andina*. P&S Ediciones.

- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral Sciences (2nd ed.)*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2021). *Panorama social de América Latina, 2020*. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/46687-panorama-social-america-latina-2020?>
- Condori, J. (2022). Toponimia del distrito de San Sebastián. *Syntagmas*, 1(1), 53-58.  
<https://revistas.unsaac.edu.pe/index.php/syntagmas/article/view/1044/1312>
- Cordero, B., Gracia, M., Moyano, E. y Páez, D. (2024). Bienestar psicológico en adolescentes: El rol del apoyo social y de la satisfacción de necesidades básicas. *CES Psicología*, 17(1), 52-67. <https://doi.org/10.21615/cesp.6577>
- Cruz, L. (2022). *Funcionalidad familiar y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa nacional de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio de la Universidad Nacional Federico Villarreal.  
<https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/5931>
- Domínguez, R. e Ibarra, E. (2017). La psicología positiva. Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y palabra*, 21(96), 660-679.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199551160035>
- Eshun, L. (2024). Relationship between resilience and psychological wellbeing of in-school adolescents in Adentan Municipality, Ghana. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 8(7), 2233–2247.  
<https://doi.org/10.47772/IJRISS.2024.807175>
- Etienne, C. (2018). Mental health as a component of universal health. *Pan*

- Farfán, J., Godoy, C., Abad, K., Chumbirayco, M., Manchego, J. y Janampa, N. (2025). Bienestar psicológico y convivencia escolar en estudiantes de secundaria. *Revista de investigación en salud*, 8(22), 357-368. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v8i22.383>
- Ferrer, P., Miscán, A., Pino, M. y Pérez, V. (2013). Funcionamiento familiar según el modelo Circumplejo de Olson en familias con niños que presentan retardo mental. *Revista Enfermería Herediana*, 6(2), 51-58. <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RENH/article/view/1793/1804>
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics (5th ed.)*. Sage Publications.
- Fishman, C. (1995). *Tratamientos de adolescentes con problemas: un enfoque de terapia familiar*. Paidós.
- Flores, M. y Cortés, M. (2022). Resiliencia: factores predictores en adolescentes. *Acta de Investigación Psicológica*, 12(3), 115-128. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2022.3.467>
- Fuentes, M. (2023). *Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa particular de Lima durante el periodo de distanciamiento social* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio de la Universidad Nacional Federico Villarreal. <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/6671>
- García, D., Soler, M. y Cobo, R. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes: relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas

- depresivos. *Revista de orientación educacional*, 33(63), 23-43.
- García, J., García, A., López, C. y Dias, P. (2016). Conceptualización teórica de la resiliencia psicosocial y su relación con la salud. *Salud y drogas*, 16(1), 59-68. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83943611006>
- García, M. (2006). Los principios de la bioética y la inserción social de la práctica médica. *Revista de admisión sanitaria siglo XXI*, 4(2), 341-356. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-administracion-sanitaria-siglo-xxi-261-articulo-losprincipios-bioetica-insercion-social-13091842>
- García, M. y Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 63-77. <https://doi.org/10.11600/1692715x.1113300812>
- García, M., Rivera, S., Reyes, I y Díaz, R. (2006). Construcción de una escala de funcionamiento familiar. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2 (22), 91-110. <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645449006.pdf>
- García, V. y González, I. (2000). El bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252000000600010](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010)
- Garmezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34(4), 416-430. <https://doi.org/10.1177/0002764291034004003>
- Gasco, A. y Matallana, M. (2021). *Relación entre resiliencia y funcionamiento*

- familiar desde la perspectiva de estudiantes de secundaria de un colegio privado del distrito de Santiago de Surco* [Tesis de licenciatura, Universidad de Lima]. Repositorio Institucional de la Universidad de Lima. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/15105>
- Gínez-Silva, M., Morán, C. y Urchaga-Litago, J. (2019). Resiliencia psicológica a través de la edad y el sexo. *Revista INFAD de psicología*, 4(1), 85-93. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1513>
- Gonzáles-Poves J, Macuyama-Aricari T, Silva-Mathews Z. (2014). Factores familiares que influyen en las manifestaciones depresivas en adolescentes del 1.º al 5.º de secundaria de un colegio nacional mixto. *Revista enfermería Herediana*, 6(2), 66. <https://doi.org/10.20453/renh.v6i2.1795>
- González-Arratia, N. y Valdez, J. (2013). Resiliencia: Diferencias por edad en hombres y mujeres mexicanos. *Acta de Investigación Psicológica*, 3(1), 941-955. [https://doi.org/10.1016/S2007-4719\(13\)70944-X](https://doi.org/10.1016/S2007-4719(13)70944-X)
- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252021000300002#:~:text=Muestreo%20por%20conveniencia%3A%20La%20muestra,que%20establecen%20criterios%20a%20seguir.](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000300002#:~:text=Muestreo%20por%20conveniencia%3A%20La%20muestra,que%20establecen%20criterios%20a%20seguir.)
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6a. ed.). McGraw-Hill.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2017). *Censos Nacionales 2017: XII de Población, VII de Vivienda y III de Comunidades Indígenas*. INEI. <http://censo2017.inei.gob.pe/>

- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2023). *Perfil sociodemográfico del departamento del Cusco*. INEI.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2024). *Perú: Estadísticas de violencia en la niñez y adolescencia, 2024*. INEI.
- Jadue, G. Galindo, A. y Navarro, L. (2005). Factores protectores y factores de riesgo para el desarrollo de la resiliencia encontrados en una comunidad educativa en riesgo social. *Estudios pedagógicos*, 31(2), 43-55.  
<https://doi.org/10.4067/S0718-07052005000200003>
- Keyes, C. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121–140. <https://doi.org/10.2307/2787065>
- Luthar, S. y Cushing, G. (1999). The construct of resilience. Implications for interventions and social policy. *Development and Psychopathology*, 26(2), 353-372.
- Maganto, C., Peris, M. y Hernández, R. (2019). El bienestar psicológico en la adolescencia: variables psicológicas asociadas y predictoras. *European journal of education and psychology*, 12(2), 139–151.  
<https://doi.org/10.30552/ejep.v12i2.279>
- Martín, V. (2017). *Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas en situación de desempleo* [Tesis de pregrado, Universidad de La Laguna]. Repositorio de la Universidad de La Laguna.  
<https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/3815>
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E. y Meléndez, J. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento Psicológico*, 14(2), 101-112.

<https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI14-2.bpfe>

Millán, A. y D'Aubetterre, M. (2011). Validación de la Escala de Bienestar Psicológico en una muestra multiocupacional venezolana. *Revista CES Psicología*, 4(2), 52-71.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423539418005>

Ministerio de Educación. (2018). *Lineamientos para la gestión de la convivencia escolar, la prevención y la atención de la violencia contra niñas, niños y adolescentes*. <https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/6088>

Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Harvard University Press.

Molina, P., Fernández, S., Molero, M., Pérez, M. y Gázquez, J. (2024). The role of family functionality and its relationship with psychological well-being and emotional intelligence in high school students. *Education Sciences*, 14(6), 566. <https://doi.org/10.3390/educsci14060566>

Moya, M. y Cunza, D. (2019). Clima social familiar y resiliencia en estudiantes de 3°, 4° y 5° año de secundaria. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios*, 9(2), 73-83. <https://doi.org/10.17162/au.v9i2.361>

Munist, M., Suárez, E., Krauskopf, D. y Silber, T. (2007). *Adolescencia y resiliencia*. Paidós.

Niño de Guzmán, K. (2022). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Casullo en adolescentes de dos instituciones educativas de Villa María del Triunfo* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2336>

Oblitas, J. (2023). *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de 13 a 17*

- años de una institución educativa en contexto virtual*, Olmos 2021 [tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/15220>
- Olivera, A., Rivera, E., Gutiérrez, M. y Méndez, J. (2019). Funcionalidad familiar en la depresión de adolescentes de la Institución Educativa Particular “Gran Amauta de Motupe” Lima, 2018. *Revista Estomatol Herediana* 29(3), 189-195. <https://doi.org/10.20453/reh.v29i3.3602>
- Oliva, A., Hidalgo, V., Martín, D., Parra, A., Ríos, M. y Vallejo, R. (2007). *Programa de apoyo a madres y padres de adolescentes*. Junta de Andalucía, Consejería de Salud.
- Olson, D. y Gorall, D. (2003). Circumplex model of marital and family systems. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (3rd ed., pp. 514–547). Guilford Press.
- Olson, D., McCubbin, H., Barnes, H., Larsen, A., Muxen, M. y Wilson, M. (1989). *Families: What makes them work*. Sage.
- Olson, D., Portner, J. y Lavee, Y. (1985). *Manual de la escala de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III manual)*. Life Innovation
- Olson, D., Russell, C. y Sprenkle, D. (1983) Circumplex model of marital and family systems: VI. Theoretical update. *Family Process*, 22, 69-83
- Oramas, A., Santana, S. y Vergara, A. (2006). El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 7 (1-2), 34-9. <https://revsaludtrabajo.sld.cu/index.php/revsyt/article/view/794/861>
- Organización Mundial de la Salud. (2004, 8 de abril). La familia y la salud en el

- contexto del décimo aniversario del Año Internacional de la Familia: Informe de la secretaría (A57/12). 57° Asamblea Mundial de la Salud.
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *La salud mental de los adolescentes*.  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico. (2019). PISA 2018 Results (Volume I): What Students Know and Can Do. OECD Publishing, Paris. <https://doi.org/10.1787/5f07c754-en>
- Ortiz, J. y Ortiz, A. (2021). ¿Pearson y Spearman, coeficientes intercambiables? *Comunicaciones en estadística*, 14(1), 53-63.  
<https://doi.org/10.15332/23393076.6769>
- Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2010). *Desarrollo humano* (undécima edición). McGraw Hill Interamericana Editores.
- Paredes, E., Tuesta, Z., Gamboa, J., Paredes, S. y Benavides, G. (2024). Funcionalidad familiar como predictor del bienestar psicológico en adolescentes de instituciones en comunidades rurales. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 7(18), 163-175. <https://doi.org/10.33996/rep.v7i18.116>
- Pérez, P. y Gordon, M. (2019). *Funcionalidad familiar y su relación con la autoestima de adolescentes de bachillerato del colegio Nelson Torres del cantón Cayambe en el año 2018*. [Tesis de grado, Universidad Tecnológica Indoamérica].  
<https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/1585?mode=full>
- Pineda, C., Castro, J. y Chaparro Clavijo, R. (2017). Estudio psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos.

*Pensamiento Psicológico*, 16(1), 45-55.

<https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI16-1.epeb>

Plataforma digital única del Estado Peruano. (16 de mayo de 2019). *Contraloría identifica carencia de profesionales en Psicología en Instituciones Educativas de Cusco.*

<https://www.gob.pe/institucion/contraloria/noticias/497259-339-2019-cg-gcoc-contraloriaidentifica-carencia-de-profesionales-en-psicologia-en-instituciones-educativas-de-cusco>

Plataforma digital única del Estado Peruano. (18 de diciembre de 2013). *Un 32.2% de cusqueños ha presentado un trastorno mental en algún momento de su vida.* <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/32964-un-32-2-de-cusquenos-ha-presentado-un-trastorno-mental-en-algun-momento-de-su-vida>

Plataforma digital única del Estado Peruano. (18 de marzo de 2026). *SOA Cusco y Estrategia Multisectorial Barrio Seguro de San Sebastián realizaron campaña de prevención de la violencia en entornos escolares.* <https://www.gob.pe/institucion/pronacej/noticias/1367835-soa-cusco-y-estrategia-multisectorial-barrio-seguro-de-san-sebastian-realizaron-campana-de-prevencion-de-la-violencia-en-entornos-escolares?>

Plataforma digital única del Estado Peruano. (9 de febrero de 2022). *Edades normativas.* <https://www.gob.pe/institucion/minedu/informes-publicaciones/2742610-edadesnormativas>

Plataforma digital única del Estado Peruano. (9 de julio de 2025). *Gobierno de Perú impulsa el bienestar escolar con la aprobación del plan nacional "Salud*

mental en tu cole" 2025-2026.

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/1205943-gobierno-de-peru-impulsa-el-bienestar-escolar-con-la-aprobacion-del-plan-nacional-salud-mental-en-tu-cole-2025-2026>

Prado, D., Serna, J., Correa, V. y Flores, L. (2023). Trastornos depresivos en niños y adolescentes: informe epidemiológico actual. *Revista de psiquiatría infanto-juvenil*. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v40n3a5>

Quijano, S. (2022). Influencia del funcionamiento familiar en la conducta de los adolescentes. Una revisión de la literatura científica (2017-2021). *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 5(12), 81-92. <https://doi.org/10.33996/repesi.v5i12.73>

Rebaza, R. (2021). *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Víctor Larco, 2019* [Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/9667?locale-attribute=en>

Ríos, L. (2025). *Resiliencia y bienestar psicológico en adolescentes escolares de un centro educativo privado de Lurín, 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Norbert Wiener]. Repositorio Institucional de la Universidad Privada Norbert Wiener.

Ríos, R. (2021). *Propiedades psicométricas de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en adolescentes, Tarapoto 2021* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/76257>

Rodríguez, A., Ramos, E., Ros, I., Fernández, A. y Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *Suma Psicológica*, 23(1), 60-69.  
<https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2016.02.002>

Royston, J. (1982). An Extension of Shapiro and Wilk's W Test for Normality to Large Samples. *Journal of the Royal Statistical Society. Series C (Applied Statistics)*, 31, 115-124. <https://doi.org/10.2307/2347973>

Ruiz, M. (2014). Funcionalidad familiar y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Temática Psicológica*, 11(1), 53-63.  
<https://revistas.unife.edu.pe/index.php/tematicapsicologica/article/view/817>

Rutter, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*, 14(8), 626–631. [https://doi.org/10.1016/1054-139X\(93\)90196-V](https://doi.org/10.1016/1054-139X(93)90196-V)

Ryan, R. y Deci, E. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>

Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Sánchez, E. (2020). *Resiliencia, adicción al internet y rendimiento escolar* [Tesis de doctorado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de

la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.  
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/item/163c3cf5-e788-4e6e-ab03-b12e1c3708a5>

Sánchez, M. (2019). *Bienestar psicológico en adolescentes de educación secundaria de una Institución Educativa de Cajamarca* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.

Santamaría, D. (2016). *Fortalecimiento de habilidades resilientes, desde el plano emocional en adultos mayores de la organización social “Consentir Canitas”* [Tesis de pregrado, Universidad Distrital Francisco José de Caldas]. Repositorio de la Universidad Distrital Francisco José de Caldas.  
<https://repository.udistrital.edu.co/bitstreams/fd2deb61-18d3-4951-9866-b213d3b60bd0/download>

Satir, V. (1983). *Conjoint family therapy*. Science and Behavior Books.

Secretaría Nacional de la Juventud. (2023). *El 32.3 % de jóvenes de 15 a 29 años presentaron algún problema de salud mental*.  
<https://juventud.gob.pe/2023/06/el-32-3-de-jovenes-de-15-a-29-anos-presentaron-algun-problema-de-salud-mental/>

Sibalde, I., Sibalde, M., Silva, A., Scorsolini-Comin, F., Brandão, W. y Meirelles, E. (2020). Factores relacionados con la resiliencia de adolescentes en contextos de vulnerabilidad social: revisión integradora. *Enfermería global*, 19(59), 582-625. <https://doi.org/10.6018/eglobal.411311>

Sieberg, C., Williams, S. y Simons, L. (2011). Do parent protective responses mediate the relation between parent distress and child functional disability

- among children with chronic pain? *Pediatric Psychology*, 36(9), 1043-1051.  
<https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsr043>
- Sigüenza, W., Buñay, R. y Guamán, M. (2015). Funcionamiento familiar real e ideal según el modelo circumpleso de Olson. *Maskana*, 8, 77-85.  
<https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/maskana/article/view/1878>
- Silva, R. (2019). *Funcionamiento familiar, bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de segundo ciclo de dos universidades de la ciudad de Cajamarca* [Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.  
<https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/7099>
- Siurana, J. (2010). Los principios de la bioética y el surgimiento de la bioética intercultural. *Veritas*, (22), 121-157. <https://doi.org/10.4067/S0718-92732010000100006>
- Soncco, F. y Quinto, Y. (2022). *Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. Secundaria Independencia Americana de Yanaoca, Cusco – 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio de la Universidad Autónoma de Ica.  
<https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/20.500.14441/2325>
- Souza, R., Toebe, M., Chuquel, A. y Chertok, K. (2023). Sample size and Shapiro-Wilk test: An analysis for soybean grain yield. *European Journal of Agronomy*, 142. <https://doi.org/10.1016/j.eja.2022.126666>
- Suárez, E. (2001). *Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas*. Paidós.
- Suárez, E. (2005). *Resiliencia, tendencias y perspectivas*. Ediciones de la UNLA.

- Teja, K. (2026). Eudaimonia: Concept, review and research agenda. *Acta Psychologica*, 266. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2026.106771>
- Tomšik, R. (2019). Power Comparisons of Shapiro-Wilk, Kolmogorov-Smirnov and Jarque-Bera Tests. *Scholars Journal of Research in Mathematics and Computer Science*, 3, 238-243.
- UNESCO. (2015). *La educación para todos, 2000-2015: logros y desafíos (Informe de seguimiento)*. UNESCO. <https://doi.org/10.54676/GNXA7156>
- UNICEF. (2015). *¿Te suena familiar? Guía para la familia*. Editora Carolina Silva.
- UNICEF. (2020). *¿Qué es la adolescencia?* <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia>
- UNICEF. (2021). *Estado mundial de la infancia de UNICEF destaca el modelo peruano de atención comunitaria a la salud mental*. <https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/estado-mundial-de-la-infancia-unicef-destaca-modelo-peruano-atencion-comunitaria-salud-mental>
- UNICEF. (2023). *Salud mental en la adolescencia y la juventud: qué saber*. <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/salud-mental-en-la-adolescencia-y-la-juventud-qu%C3%A9-saber>
- Valdez, A. (2021). *Percepción del funcionamiento familiar y resiliencia en adolescentes tardíos de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad de Lima]. Repositorio de la Universidad de Lima. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/14075>
- Vera, N., Barrientos, M. y Hurtado, A. (2012). *Apoyo parental, cohesión y*

*adaptabilidad: recursos familiares frente a la discapacidad. XI Congreso Nacional de Investigación Educativa. COMIE*

- Vergaray, F. y Benavides, G. (2020). *Relación entre funcionamiento familiar y bienestar psicológico en estudiantes adolescentes de instituciones educativas de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de la Universidad Peruana Unión. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/3108>
- Wagnild, G. y Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7850498/>
- Walsh, F. (2003). Family resilience: a framework for clinical practice. *Family Process*, 42(1), 1- 18. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2003.00001.x>
- Werner, E. y Smith, R. (1992). *Overcoming the odds: High-risk children from birth to adulthood*. Cornell University Press.
- Zavala, G. (2001). *El clima familiar, su relación con los intereses vocacionales y los tipos caracterológicos de los alumnos del quinto de secundaria de los colegios nacionales del distrito del Rímac* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Zhang, J., Duan, X., Yan, Y., Tan, Y., Wu, T., Xie, Y., Yang, B., Luo, D. y Liu, L. (2024). Family functioning and adolescent mental health: The mediating role of bullying victimization and resilience. *Behavioral Sciences*, 14(8), 664. <https://doi.org/10.3390/bs14080664>

## ANEXOS

### A. Consentimiento informado

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

| (Padres de familia o apoderados de adolescentes de 14 a 17 años)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Título del estudio:</b> Bienestar psicológico, funcionamiento familiar y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Investigador:</b> Pool Daniel Astete Laura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Institución:</b> Universidad Peruana Cayetano Heredia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Propósito del estudio:</b> Invitamos a su hijo(a) a participar en un estudio cuyo objetivo es “Determinar la relación entre el bienestar psicológico, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026”. <b>En ese sentido, se le solicita a usted en calidad única de padre, madre y/o apoderado, brindar o denegar la autorización para que su menor hijo participe del estudio en calidad de participante directo, debido a que el estudiante completará las pruebas psicológicas de la investigación. El estudio estará a cargo de mi persona para optar el grado de Maestro en Psicología Clínica de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.</b> |
| <b>Procedimiento</b><br><br>Si usted acepta que su hijo participe y, a su vez, su hijo decide participar en este estudio, el estudiante realizará lo siguiente una vez se tenga el consentimiento y asentimiento informado:<br><br>Al estudiante se le entregará 3 cuestionarios relacionados a las variables mencionadas, los cuales serán explicados antes y durante el transcurso en caso surjan dudas. La aplicación se ejecutará dentro de su salón de clases, durante la primera y segunda hora pedagógica que dura el curso de tutoría y, por ende, se respetará el horario de cada grado y sección. Para mantener el orden, se pedirá a los estudiantes que se mantengan en sus sitios y que el tutor de aula se quede                                             |

durante la evaluación para actuar ante cualquier emergencia.

Durante el transcurso del llenado de las pruebas, el estudiante tiene el derecho y libertad de dejar de responder en caso lo considere oportuno.

Finalizado el tiempo (la hora de tutoría) se recogerán las pruebas de los estudiantes.

**Riesgos:** Se minimizan los riesgos para la integridad del participante, ya que se respeta el criterio de confidencialidad, además de que los cuestionarios tienen un lenguaje sencillo y adecuado para su edad. Por otra parte, el evaluador estará al tanto de cualquier duda durante el transcurso de la prueba. Se reducirá también el riesgo de malestar mediante la implementación de un plan de contingencia ante posibles situaciones de afectación emocional o física, como llanto persistente, mareos, dificultad para respirar, expresiones de angustia, entre otros signos y síntomas que impidan al estudiante continuar con su participación.

En caso se presente una situación de malestar que impida al estudiante continuar con su participación, se suspenderá inmediatamente la aplicación, priorizando su bienestar. Ante malestar emocional, el investigador brindará contención inicial mediante escucha activa y acompañamiento. Asimismo, se informará al tutor de aula y a los responsables de la institución educativa para coordinar las acciones correspondientes. Cuando la situación lo requiera, se comunicará lo ocurrido a los padres o tutores legales. En caso de requerirse atención especializada, se coordinará la derivación al establecimiento de salud correspondiente, de acuerdo con los procedimientos de la institución educativa. Cuando corresponda, se realizará el seguimiento de la situación identificada en coordinación con el área de Psicología.

**Beneficios:** Los resultados obtenidos permitirán generar información sobre el bienestar psicológico, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia de los estudiantes. Al culminar la investigación, se coordinará con la institución educativa la realización de actividades psicoeducativas y de socialización de resultados, considerando las necesidades identificadas en la población estudiada.

**Costos y compensación:** No deberá pagar nada por la participación de su hijo(a) en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

**Confidencialidad:** El estudio no recopila datos personales, por el contrario, se

respeta el anonimato de los participantes y de la institución educativa. Además, los resultados se procesarán de forma colectiva.

**Derechos del participante:** El estudiante tiene la potestad de no participar en la investigación en cualquier momento. Asimismo, el investigador principal Pool Daniel Astete Laura, puede absolver sus dudas durante el transcurso de manera presencial o antes por los siguientes medios:

Correo: [REDACTED]

Celular: [REDACTED]

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que su hijo(a) ha sido tratado injustamente puede contactar al Dr. Manuel Raúl Pérez Martinot, presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia al teléfono 01-3190000 anexo 201355 o al correo electrónico: [orvei.ciei@oficinas-upch.pe](mailto:orvei.ciei@oficinas-upch.pe)

Asimismo, puede ingresar a este enlace para comunicarse con el Comité Institucional de

Ética en Investigación UPCH:  
<https://investigacion.cayetano.edu.pe/etica/ciei/consultasquejas>

**Se le entregará una copia de este consentimiento informado**

**Declaración y/o consentimiento**

Acepto voluntariamente que mi hijo(a) participe en este estudio, comprendo las actividades en las que participará si ingresa al estudio, también entiendo que mi hijo(a) puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento.

Nombre(s) y apellidos del padre o apoderado:

Firma:

Fecha y hora:

Nombre(s) y apellidos del investigador: Pool Daniel Astete Laura

Firma:

Fecha y hora:

Fecha: \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 2026

## B. Asentimiento informado

### ASENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

| (Adolescentes de 14 a 17 años)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Título del estudio:</b> Bienestar psicológico, funcionamiento familiar y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Investigador:</b> Pool Daniel Astete Laura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Institución:</b> Universidad Peruana Cayetano Heredia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Propósito del estudio:</b> Te invitamos a participar en un estudio cuyo objetivo es “Determinar la relación entre el bienestar psicológico, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia en estudiantes de secundaria de una I.E. del distrito de San Sebastián, Cusco, 2026”. La investigación está a cargo del investigador principal Pool Daniel Astete Laura para optar el grado de Maestro en Psicología Clínica de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Procedimiento</b><br><b>Si usted acepta participar en este estudio, realizará lo siguiente una vez se tenga el consentimiento de su tutor legal y su asentimiento informado:</b><br><b>Se le entregarán 3 cuestionarios relacionados a las variables mencionadas, los cuales serán explicados antes y durante el transcurso en caso tenga dudas. La aplicación se ejecutará dentro de su salón de clases, durante la primera y segunda hora pedagógica que dura el curso de tutoría. Para tener un orden, usted se mantendrá en su sitio al igual que sus compañeros.</b><br><b>Durante el transcurso del llenado de las pruebas, usted tiene el derecho y libertad de dejar de responder en caso lo considere oportuno.</b><br><b>Finalizado el tiempo (la hora de tutoría) se recogerán las pruebas que completó.</b> |
| <b>Riesgos:</b> Se minimizan los riesgos, ya que se respetará la información que usted brinde, además de que los cuestionarios tienen un lenguaje sencillo y adecuado para su edad. Por otra parte, el evaluador estará al tanto de cualquier duda durante el transcurso de la prueba. Se reducirá también el riesgo de malestar mediante la                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

implementación de un plan de contingencia ante posibles situaciones de afectación emocional o física, como llanto persistente, mareos, dificultad para respirar, expresiones de angustia, entre otros signos o síntomas que impidan al estudiante continuar con su participación.

En caso presentes alguna situación de malestar que te impida continuar, se suspenderá inmediatamente tu participación, priorizando tu bienestar. Ante malestar emocional, el investigador te brindará contención inicial mediante escucha activa y acompañamiento. Asimismo, se informará al tutor de aula y a los responsables de la I.E. para coordinar las acciones necesarias. Cuando la situación lo requiera, se comunicará lo ocurrido a tus padres o tutores legales. Si necesitas atención especializada, se coordinará tu derivación al establecimiento de salud correspondiente, de acuerdo con los procedimientos de la institución educativa. Cuando corresponda, se realizará el seguimiento de la situación en coordinación con el área de Psicología.

**Beneficios:** La información obtenida permitirá conocer mejor algunos aspectos relacionados con el bienestar psicológico, las dimensiones del funcionamiento familiar y la resiliencia de los estudiantes. Al culminar la investigación, se coordinará con la I.E. la realización de actividades psicoeducativas y de socialización de los resultados, considerando las necesidades identificadas.

**Costos y compensación:** No deberá pagar nada por su participación en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

**Confidencialidad:** El estudio no recopila datos personales, por el contrario, se respeta el anonimato de los participantes y de la institución educativa. Además, los resultados serán procesados de forma conjunta.

**Derechos del participante:** Tiene la potestad de no participar en la investigación en cualquier momento. Asimismo, el investigador principal Pool Daniel Astete Laura, puede absolver sus dudas durante el transcurso de manera presencial o antes por los siguientes medios:

- Correo: [REDACTED]
- Celular: [REDACTED]

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o considera que ha sido tratado(a) injustamente, puede contactar al Dr. Manuel Raúl Pérez Martinot,

presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia al teléfono 01-3190000 anexo 201355 o al correo electrónico: [orvei.ciei@oficinas-upch.pe](mailto:orvei.ciei@oficinas-upch.pe)

Asimismo, puede ingresar a este enlace para comunicarse con el Comité Institucional de

Ética en Investigación UPCH:  
<https://investigacion.cayetano.edu.pe/etica/ciei/consultasquejas>

**Se le entregará una copia de este asentimiento informado**

**Declaración y/o consentimiento**

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo las actividades en las que participaré si ingreso al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Nombre(s) y apellidos del estudiante:

Firma:

Fecha y hora:

Nombre(s) y apellidos del investigador: Pool Daniel Astete Laura

Firma:

Fecha y hora:

Fecha: \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 2026

### C. Instrumentos para la recolección de datos

| <b>BIENESTAR PSICOLÓGICO (BIEPS-J)</b>                                                                                                                                                                         |                                                                    |            |                                |                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------|---------------------|
| <b>INSTRUCCIONES:</b> Le pedimos que lea con atención las frases siguientes y marque su respuesta. Las alternativas de respuesta son: <b>DE ACUERDO / NI DEACUERDO NI EN DESACUERDO / ESTOY EN DESACUERDO.</b> |                                                                    |            |                                |                     |
| <b>IMPORTANTE:</b> No hay respuestas buenas o malas, todas sirven. No deje preguntas sin responder. Escriba su respuesta con una cruz “+” o con una aspa “x” en uno de los tres espacios por frase.            |                                                                    |            |                                |                     |
| Nº                                                                                                                                                                                                             | Frases                                                             | De acuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | Estoy en desacuerdo |
| 1                                                                                                                                                                                                              | Tengo amigos en quienes confiar                                    |            |                                |                     |
| 2                                                                                                                                                                                                              | Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida                        |            |                                |                     |
| 3                                                                                                                                                                                                              | En general estoy conforme con el cuerpo que tengo                  |            |                                |                     |
| 4                                                                                                                                                                                                              | Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo                     |            |                                |                     |
| 5                                                                                                                                                                                                              | Me importa pensar qué haré en el futuro                            |            |                                |                     |
| 6                                                                                                                                                                                                              | Cuento con personas que me ayudan si lo necesito                   |            |                                |                     |
| 7                                                                                                                                                                                                              | Estoy bastante conforme con mi forma de ser                        |            |                                |                     |
| 8                                                                                                                                                                                                              | Si estoy molesto(a) por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo |            |                                |                     |
| 9                                                                                                                                                                                                              | Creo que en general me llevo bien con la gente                     |            |                                |                     |
| 10                                                                                                                                                                                                             | Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida        |            |                                |                     |
| 11                                                                                                                                                                                                             | Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar               |            |                                |                     |

### Escala de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III)

A continuación va a encontrar una serie de afirmaciones acerca de cómo son las familias, ninguna de dichas frases es falsa o verdadera. Por eso usted encontrará cinco posibilidades de respuesta para cada pregunta. **Le pedimos que marque con una (x) la alternativa, que según usted, describa mejor a su familia.**

|    |                                                                                                                                     | Casi nunca | Una que otra vez | A veces | Con frecuencia | Casi siempre |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------------|---------|----------------|--------------|
| 1  | Los miembros de la familia se piden ayuda cuando lo necesitan                                                                       |            |                  |         |                |              |
| 2  | Cuando surge un problema, se tienen en cuenta las opiniones de los hijos                                                            |            |                  |         |                |              |
| 3  | Se aceptan las amistades de los demás miembros de la familia                                                                        |            |                  |         |                |              |
| 4  | A la hora de establecer normas de disciplina, se tiene en cuenta la opinión de los hijos                                            |            |                  |         |                |              |
| 5  | Preferimos relacionarnos con los parientes más cercanos                                                                             |            |                  |         |                |              |
| 6  | Los miembros de nuestra familia nos sentimos más unidos entre nosotros que entre otras personas que no pertenecen a nuestra familia |            |                  |         |                |              |
| 7  | Frente a distintas situaciones, mi familia cambia su manera de manejarlas                                                           |            |                  |         |                |              |
| 8  | A los miembros de mi familia nos gusta pasar nuestros tiempos libres juntos                                                         |            |                  |         |                |              |
| 9  | Padres e hijos conversamos sobre los castigos                                                                                       |            |                  |         |                |              |
| 10 | Los miembros de la familia nos sentimos muy unidos                                                                                  |            |                  |         |                |              |
| 11 | Los hijos toman decisiones en nuestra familia                                                                                       |            |                  |         |                |              |
| 12 | Cuando nuestra familia realiza una actividad todos participamos                                                                     |            |                  |         |                |              |
| 13 | En nuestra familia las normas o reglas se pueden cambiar                                                                            |            |                  |         |                |              |
| 14 | Es fácil pensar en actividades que podemos realizar en familia                                                                      |            |                  |         |                |              |
| 15 | Entre los miembros de la familia nos turnamos las responsabilidades de la casa                                                      |            |                  |         |                |              |
| 16 | En la familia consultamos entre nosotros cuando vamos a tomar una decisión                                                          |            |                  |         |                |              |
| 17 | En nuestra familia es muy importante el sentimiento de unión familiar                                                               |            |                  |         |                |              |

### Escala de resiliencia de Wagnild y Young

**Instrucciones:**

A continuación se les presentará una serie de frases a las cuales responderá. No existen respuestas correctas ni incorrectas; estas tan solo nos permitirán conocer su opinión personal sobre sí mismo(a).

|    |                                                                            | Totalmente de acuerdo | Muy de acuerdo | De acuerdo | Ni de acuerdo, ni en desacuerdo | En desacuerdo | Muy en desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
|----|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------|------------|---------------------------------|---------------|-------------------|--------------------------|
| 1  | Cuando planeo algo lo realizo                                              |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 2  | Generalmente me las arreglo de una manera u otra                           |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 3  | Dependo más de mí mismo(a) que de otras personas                           |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 4  | Es importante para mí mantenerme interesado(a) en las cosas                |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 5  | Puedo estar solo(a) si tengo que hacerlo                                   |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 6  | Me siento orgulloso (a) de haber logrado cosas al mismo tiempo             |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 7  | Usualmente veo las cosas a largo plazo                                     |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 8  | Soy amigo(a) de mí mismo(a)                                                |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 9  | Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo                      |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 10 | Soy decidido(a)                                                            |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 11 | Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo                          |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 12 | Tomo las cosas uno por uno                                                 |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 13 | Puedo enfrentar las dificultades porque los he experimentado anteriormente |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 14 | Tengo autodisciplina                                                       |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 15 | Me mantengo interesado(a) en las cosas                                     |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 16 | Por lo general encuentro algo de que reírme                                |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 17 | El creer en mí mismo(a) me permite atravesar tiempos difíciles             |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 18 | En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar                |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 19 | Generalmente puedo ver una situación de varias maneras                     |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 20 | Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera                    |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |
| 21 | Mi vida tiene significado                                                  |                       |                |            |                                 |               |                   |                          |

|    |                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |
|----|-------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|
| 22 | No me lamento de las cosas por las que no pude hacer nada               |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 | Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida |  |  |  |  |  |  |  |
| 24 | Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer                |  |  |  |  |  |  |  |
| 25 | Acepto que hay personas a las que no les agrado                         |  |  |  |  |  |  |  |

### Ficha sociodemográfica

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Indicaciones:</b> Marcar con una (x) el sexo, grado escolar y apoderado responsable. En el caso de marcar “otros”, detallar quién es su tutor legal. Asimismo, completar su edad actual.<br>El código se encuentra llenado, siendo asignado por el investigador un código distinto para cada estudiante, por lo que no es necesario modificarlo. |                                                                                                                                                                                  |
| <b>Código</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 001-405 (modificado en cada ficha)                                                                                                                                               |
| <b>Edad</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                  |
| <b>Sexo</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <input type="checkbox"/> Varón<br><input type="checkbox"/> Mujer                                                                                                                 |
| <b>Grado escolar</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <input type="checkbox"/> Tercero<br><input type="checkbox"/> Cuarto<br><input type="checkbox"/> Quinto                                                                           |
| <b>Apoderado responsable</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> Ambos padres<br><input type="checkbox"/> Solo padre<br><input type="checkbox"/> Solo madre<br><input type="checkbox"/> Otros familiares(detallar):_____ |

#### D. Taller para estudiantes

| Taller 1: Promoviendo mi bienestar psicológico |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                    |                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Objetivo                                       | Promover recursos para el bienestar psicológico mediante el reconocimiento emocional, la valoración personal y el aprendizaje de estrategias para afrontar situaciones cotidianas de estrés.                                                                                                                          |                    |                                                                                                                                                 |
| Fundamentación                                 | Los resultados evidenciaron un predominio del nivel bajo de bienestar psicológico en los estudiantes evaluados. En función de este hallazgo, se propone un taller psicoeducativo orientado a promover recursos personales y estrategias aplicables ante situaciones cotidianas que puedan generar malestar emocional. |                    |                                                                                                                                                 |
| Población objetivo                             | Estudiantes de 3ero a 5to de secundaria                                                                                                                                                                                                                                                                               |                    |                                                                                                                                                 |
| Materiales                                     | Papelotes, hojas bond, plumones, tarjetas con situaciones y cinta adhesiva.                                                                                                                                                                                                                                           |                    |                                                                                                                                                 |
| Duración                                       | 60 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                    |                                                                                                                                                 |
| Ambiente                                       | Auditorio de la I.E.                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                    |                                                                                                                                                 |
| Contenido                                      | Reconocimiento emocional, valoración personal, manejo del estrés y resolución de problemas.                                                                                                                                                                                                                           |                    |                                                                                                                                                 |
| Responsable (s):                               | Ps. Pool Astete Laura                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |                                                                                                                                                 |
| Desarrollo                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                    |                                                                                                                                                 |
| Momento                                        | Tiempo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Actividad          | Descripción                                                                                                                                     |
| Inicio                                         | 10 min.                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | La emoción del día | Los estudiantes identifican y representan distintas emociones. Se realiza una breve reflexión sobre la importancia de reconocer lo que sienten. |
| Desarrollo                                     | 10 min.                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Conociendo el      | Psicoeducación breve sobre bienestar psicológico y recursos personales que                                                                      |

|        |         |                          |                                                                                                                                                                                                               |
|--------|---------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        |         | bienestar psicológico    | pueden emplearse frente a situaciones cotidianas.                                                                                                                                                             |
|        | 15 min. | Semáforo emocional       | En grupos, analizan una situación cotidiana, identifican emociones según su intensidad y plantean respuestas saludables frente a ellas.                                                                       |
|        | 15 min. | Resolviendo dificultades | Se presenta una situación cotidiana y los estudiantes practican cuatro pasos: identificar el problema, reconocer emociones y pensamientos, plantear alternativas y elegir una respuesta saludable y realista. |
| Cierre | 10 min. | Mis recursos             | Cada estudiante identifica un recurso o fortaleza personal que puede utilizar ante una situación difícil y comparte voluntariamente lo aprendido.                                                             |

## E. Taller con padres

| Taller: Familia y bienestar durante la adolescencia |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                             |                                                                             |
|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Objetivo                                            | Sensibilizar a los padres de familia sobre la importancia de la cohesión y adaptabilidad familiar y promover estrategias de comunicación acordes con las necesidades de sus hijos adolescentes.                                                                                                                                                              |                             |                                                                             |
| Fundamentación                                      | Los resultados evidenciaron relaciones positivas y de magnitud media entre el bienestar psicológico y la adaptabilidad y cohesión familiar. A partir de estos hallazgos, se propone un espacio psicoeducativo para reflexionar sobre las dinámicas familiares durante la adolescencia y promover estrategias de comunicación, apoyo y flexibilidad familiar. |                             |                                                                             |
| Población objetivo                                  | Padres de familia de tercero a quinto de secundaria.                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                             |                                                                             |
| Materiales                                          | Proyector, diapositivas, hojas bond, plumones, papelotes.                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                             |                                                                             |
| Duración                                            | 60 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                             |                                                                             |
| Ambiente                                            | Auditorio de la I.E.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                             |                                                                             |
| Contenido                                           | Comunicación asertiva, validación emocional y límites saludables.                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                             |                                                                             |
| Responsable (s):                                    | Ps. Pool Astete Laura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                             |                                                                             |
| Desarrollo                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                             |                                                                             |
| Momento                                             | Tiempo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Actividad                   | Descripción                                                                 |
| Inicio                                              | 10 min.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Socialización de resultados | Se presentan brevemente los principales hallazgos de la investigación.      |
| Desarrollo                                          | 15 min.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Familia y                   | Psicoeducación sobre cohesión y adaptabilidad familiar y su relación con el |

|        |         |                               |                                                                                                                                                              |
|--------|---------|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        |         | adolescencia                  | bienestar psicológico durante la adolescencia.                                                                                                               |
|        | 20 min. | Escucha activa                | Mediante situaciones frecuentes entre padres e hijos, se practican escucha activa, validación emocional y comunicación respetuosa.                           |
|        | 10 min. | Afecto, normas y flexibilidad | Se reflexiona sobre situaciones en las que las necesidades del adolescente requieren equilibrar cercanía familiar, establecimiento de normas y flexibilidad. |
| Cierre | 5 min.  | Compromisos familiares        | Cada participante establece una acción concreta que pueda incorporar en la comunicación o convivencia familiar.                                              |

## F. Taller con docentes

| Taller: Acompañando el bienestar psicológico desde el aula |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                             |                                                                        |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| Objetivo                                                   | Sensibilizar a los docentes sobre la importancia del bienestar psicológico en los adolescentes y brindar estrategias básicas para identificar manifestaciones de malestar emocional.                                                                                                                                                                                                       |                             |                                                                        |
| Fundamentación                                             | Los resultados evidenciaron un predominio del nivel bajo de bienestar psicológico en los estudiantes evaluados. Considerando el contacto cotidiano de los docentes con los adolescentes, se propone un espacio psicoeducativo orientado al reconocimiento de manifestaciones de malestar emocional y a brindar estrategias básicas de acompañamiento y derivación dentro de sus funciones. |                             |                                                                        |
| Población objetivo                                         | Docentes de tercero a quinto de secundaria.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                             |                                                                        |
| Materiales                                                 | Proyector, diapositivas, hojas bond, plumones, papelotes.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                             |                                                                        |
| Duración                                                   | 60 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                             |                                                                        |
| Ambiente                                                   | Auditorio de la I.E.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                             |                                                                        |
| Contenido                                                  | Bienestar psicológico adolescente, señales de malestar, acompañamiento inicial y derivación.                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                             |                                                                        |
| Responsable (s):                                           | Ps. Pool Astete Laura                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                             |                                                                        |
| Desarrollo de actividades                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                             |                                                                        |
| Momento                                                    | Tiempo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Actividad                   | Descripción                                                            |
| Inicio                                                     | 10 min.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Socialización de resultados | Se presentan brevemente los principales hallazgos de la investigación. |
| Desarrollo                                                 | 15 min.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Bienestar en                | Psicoeducación sobre bienestar psicológico durante la adolescencia y   |

|        |         |                    |                                                                                                                                                                                          |
|--------|---------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        |         | el aula            | manifestaciones de malestar que pueden observarse en el contexto escolar.                                                                                                                |
|        | 20 min. | Análisis de casos  | En grupos se analizan casos hipotéticos para identificar señales de malestar, posibles necesidades de apoyo, formas apropiadas de acompañamiento y situaciones que requieren derivación. |
|        | 10 min. | ¿Cómo acompañar?   | Se presentan orientaciones básicas de escucha activa, validación emocional, comunicación respetuosa y límites de la actuación docente.                                                   |
| Cierre | 5 min.  | Compromiso docente | Cada participante plantea una acción concreta que pueda incorporar en el aula para contribuir al bienestar de sus estudiantes.                                                           |

### G. Plan de contingencia

|                            |                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Objetivo                   | Establecer acciones de respuesta ante posibles situaciones de malestar durante la aplicación de los instrumentos, priorizando el bienestar de los participantes.                                                                                                       |              |
| Población                  | Estudiantes de 14 a 17 años participantes de la investigación.                                                                                                                                                                                                         |              |
| Momento de aplicación      | Durante la aplicación de los instrumentos de investigación.                                                                                                                                                                                                            |              |
| Nivel de riesgo previsto   | Riesgo mínimo                                                                                                                                                                                                                                                          |              |
| Situaciones consideradas   | Malestar emocional, como ansiedad, tristeza, llanto persistente o expresiones de angustia; malestar físico transitorio, como mareos, palidez, sudoración, dolor de cabeza o malestar estomacal; e incomodidad que impida al estudiante continuar con su participación. |              |
| Responsable inicial        | Investigador principal                                                                                                                                                                                                                                                 |              |
| Protocolo de actuación     |                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |
| Atención                   | Procedimiento                                                                                                                                                                                                                                                          | Responsable  |
| Atención inicial           | Suspender la participación del estudiante que presente malestar, priorizando su bienestar. Ante malestar emocional, brindar contención inicial mediante escucha activa y acompañamiento.                                                                               | Investigador |
| Comunicación institucional | Informar al tutor de aula y a los responsables de la I.E., como el área de Psicología o el equipo directivo, para coordinar las acciones correspondientes.                                                                                                             | Investigador |
| Comunicación familiar      | Cuando la situación lo requiera, comunicar a los padres o tutores                                                                                                                                                                                                      | I.E.         |

|                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                   |                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
|                                                                                                                                                | legales lo ocurrido y las medidas adoptadas.                                                                                                                      |                        |
| Derivación                                                                                                                                     | En caso de requerirse atención especializada, coordinar la derivación al establecimiento de salud correspondiente, de acuerdo con los procedimientos del colegio. | I.E.                   |
| Seguimiento                                                                                                                                    | Cuando corresponda, coordinar con el área de Psicología el seguimiento de la situación identificada y de las acciones realizadas.                                 | I.E. /<br>investigador |
| <b>Nota.</b> Durante la aplicación de los instrumentos no se identificaron situaciones que requirieran la activación del plan de contingencia. |                                                                                                                                                                   |                        |