

## **Satisfacción con la Vida y Resiliencia en una muestra de Adolescentes de la Ciudad de Juliaca** **Satisfaction with Life and Resilience in a sample of Adolescents from the City of Juliaca**

---

Kristel R. Hilasaca Mamani  
*kristel.hilasaca@upeu.edu.pe - Universidad Peruana Unión. Juliaca, Perú*  
Oscar J. Mamani Benito  
*oscar.mb@upeu.edu.pe - Universidad Peruana Unión. Juliaca, Perú*

### **Resumen**

El objetivo de esta investigación fue determinar el grado de asociación entre resiliencia y satisfacción con la vida en una muestra de adolescentes pertenecientes a una Institución Educativa Privada de la ciudad de Juliaca. El estudio se enmarca en un diseño no experimental, de corte transversal y alcance correlacional, donde la muestra estuvo conformada por 167 estudiantes de 4to y 5to año de secundaria, y los instrumentos utilizados corresponden a una escala de resiliencia y una escala de satisfacción con la vida, ambos, validados para el presente estudio. Los resultados principales indican que existe una correlación significativa entre ambas variables ( $r = .377, p < .01$ ), así también, con las dimensiones: satisfacción con la vida ( $r = .298, p < .01$ ), ecuanimidad ( $r = .303, p < .01$ ), sentirse bien solo ( $r = .168, p < .01$ ), confianza en sí mismo ( $r = .382, p < .01$ ), y perseverancia ( $r = .344, p < .01$ ). Se concluye que a mayor capacidad resiliente mayor probabilidad de sentirse satisfecho con la vida, en la población de adolescentes.

**Palabras claves:** *Satisfacción, bienestar subjetivo, felicidad.*

### **Abstract**

The objective of this research was to determine the degree of association between resilience and satisfaction with life in a sample of adolescents belonging to a Private Educational Institution of the city of Juliaca. The study is part of a non-experimental, cross-sectional and correlational-scope design, where the sample consisted of 167 4th and 5th year high school students, and the instruments used correspond to a scale of resilience and a scale of satisfaction with the both validated for the present study. The main results indicate that there is a significant correlation between both variables ( $r = .377, p < .01$ ), as well, with the dimensions: satisfaction with life ( $r = .298, p < .01$ ), equanimity ( $r = .303, p < .01$ ), feeling good alone ( $r = .168, p < .01$ ), self-confidence ( $r = .382, p < .01$ ), and perseverance ( $r = .344, p < .01$ ). It is concluded that the greater the resilience capacity, the greater the probability of feeling satisfied with life, in the adolescent population.

**Keywords:** *Satisfaction, subjective well-being, happiness.*

## Introducción

Según el último Ranking de la Felicidad 2019 publicado por el portal Datosmacro (2019), a nivel mundial los primeros 5 países con mayor índice de satisfacción con la vida y optimismo vienen a ser Finlandia, Dinamarca, Noruega, Islandia y Holanda. En caso de Sudamérica, aparece Chile en el puesto 26, Brasil (32), Argentina (47), Colombia (43) y Perú en el puesto 65. Al respecto, los niveles de felicidad en el Perú muestran un porcentaje ascendente en comparación a datos anteriores, específicamente por que se revela que un 59% de la población expresa determinada satisfacción con su vida; sin embargo, aunque estos datos al parecer por la proporción del resultado parecen alentadores en realidad ubican al Perú en el penúltimo lugar en el contexto Latinoamericano (CEAMEG, 2013).

En razón de los datos anteriores, se asume que en el Perú según el contexto social, son los sectores de la población de nivel socioeconómico bajo y muy bajo, quienes afirman sentirse insatisfechos con sus vidas, orientando esta percepción a los factores: familia, amigos, salud, y situación económica; por otra parte, a diferencia de las personas que pertenecen a un nivel medio alto y alto, que efectivamente se sienten satisfacción con su vida. Quizá uno de los datos que más llama la atención tiene que ver con el hecho de haber encontrado tendencias a una menor satisfacción global en las mujeres de nivel socioeconómico bajo (Mikkelsen, 2009). Aunado a esto, una investigación reciente en la que se evaluó la felicidad personal en los peruanos demostró que el 51 % obtuvo un resultado sobresaliente (que equivale a una nota de 20 – 17), en la categoría de aprobado un 37% (que equivale a la nota de entre 16 – 14), raspando un 8% (que esta entre la nota 13 – 11), finalmente los jalados en un porcentaje de 4% (con una nota menor a 11) (Arellano, 2019).

En ese sentido, el estudio de la variable satisfacción con la vida o felicidad en algunos contextos como el nuestro, inicialmente fue abordada desde el ámbito de la filosofía bajo el tema del bienestar subjetivo (Padrós, 2003). Según Ryan y Deci (2001, citado en Padrós, 2003) existen dos aproximaciones y concepciones para el estudio de esta temática, siendo una de ellas el hedonismo que tiene origen en filósofos como Aristipo, que ideó que el propósito de la vida era experimentar la máxima cantidad de placer y felicidad, donde se resalta el desarrollo personal, el estilo y manera de afrontar los retos vitales, el esfuerzo y el afán por conseguir las metas resultantes (Zubieta & Delfino, 2010). Posteriormente, en el ámbito de la psicología fue a partir de la segunda guerra mundial cuando surgió un interés por los científicos de este campo respecto al estudio del bienestar del ser humano, por ende, surgió un constructo valido para la medición psicológica el cual fue denominado: satisfacción con la vida (Padrós, 2003). En la actualidad autores como Maxera (2017) la definen como la evaluación global que realiza una persona sobre su vida, tomando en consideración experiencia pasadas y presentes, es decir se refiere a la experiencia vital y las conclusiones afectivas y cognoscitivas que sacan a partir de esta apreciación. Es así, que esta variable se ha convertido en un

constructo importante en la investigación del campo psicológico, ya que está relacionada negativamente con otras variables críticas como la depresión o con actitudes particulares como la satisfacción laboral (Cernas, Mercado, & León, 2017), la calidad de vida (Martínez-Ferrer, Ávila-Guerrero, Vera-Jimenez, Bahena-Rivera, & Musitu-Ochoa, 2016) y el factor de la resiliencia (Yamamoto & Feijoo (2007).

Precisamente este último es de interés para los autores del presente estudio. La palabra Resiliencia proviene de la voz latina *resilo, resilien, resilire*, que significa volver hacia atrás o volver a la posición original (Brandao, Mahfoud & Gianordoi-Nascimento, 2011; Martins, 2015; Menegel, Salanova & Martínez, 2013; Yunes 2003 citado de Farsen, Bogoni, & Narbal, 2017). Según Oriol-Bosch (2012) esta variable es un complejo constructo que originalmente se desarrolló en el campo de la psicología y con el tiempo ha sido adoptado por la sociología, las ciencias políticas y el campo educativo. Es definida por Vizoso-Gómez y Arias-Gudín (2018) como un proceso de adaptación positiva ante eventos adversos y que generan estrés, este proceso podría ser inferido por el nivel de ajuste de ámbitos como familiar, escolar, entre otros, que no hace referencia a la invulnerabilidad, sino al empleo de estrategias de afrontamiento que son eficaces.

Según la literatura científica se puede apreciar algunas características propias de las personas resilientes, en este caso Arango (2005) resalta por ejemplo: la competencia social que hace referencia a la calidad de las relaciones interpersonales, resolución de problemas que implica la capacidad de reflexión en pos de intentar soluciones ante situaciones cognitivas y sociales, autonomía que refiere el sentido de independencia y autocontrol, y sentido de propósito que comprende el manejo de expectativas saludables.

En suma, ante la preocupación por la salud mental de los adolescentes en la ciudad de Juliaca y el soporte teórico hallado en la literatura científica respecto al vínculo entre los constructos satisfacción con la vida y resiliencia, es que la presente investigación tiene como objetivo determinar si el nivel de resiliencia se asocia significativamente en una población de adolescentes que pertenecen a una institución educativa privada de la ciudad de Juliaca.

## Materiales y métodos

### Tipo y diseño

La presente investigación corresponde al tipo de investigación correlacional, de diseño no experimental y corte transversal (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

### Participantes

La población estuvo conformada por 240 estudiantes de cuarto y quinto año del nivel secundario de un Colegio Privado de la ciudad de Juliaca. Debido a que la población en su totalidad fue inaccesible es que se decidió trabajar con una muestra representativa de 167 estudiantes, los cuales fueron elegidos mediante una técnica no probabilística según criterio del investigador.

**Instrumentos**

Para la medición de la variable satisfacción con la vida se utilizó la versión del modelo en castellano de *Satisfaction with Life Scale SWLS* de Diener, Emmons, Larsen, y Griffin (1985). Esta prueba evalúa los aspectos cognitivos relacionados al bienestar de los adolescentes enfocándose al juicio valorativo que realizan con su vida. Dicho instrumento está configurado de manera unidimensional y compuesto por cinco ítems, los cuales responden a opciones de respuesta tipo Likert en una escala de: (5) totalmente de acuerdo, (4) ligeramente de acuerdo, (3) ni de acuerdo ni en desacuerdo (2), ligeramente en desacuerdo, (1) totalmente en desacuerdo. El tiempo estimado para su aplicación viene a ser 15 minutos.

Respecto a su validez y confiabilidad, esta prueba ha sido utilizada en una gran cantidad de investigaciones y ha demostrado obtener muy buenas propiedades psicométricas (Atienza, Pons, Balaguer, & García-Merita, 2000). Sin embargo, para efectos de la presente investigación se ha procedido a validar el contenido mediante el criterio de juicio de dos expertos, además, se ha logrado obtener un coeficiente Alpha de .728, lo cual evidencia una consistencia interna moderada (ver tabla 2)

En cuanto a la variable de resiliencia, para su medición se recurrió a una escala elaborada por Wagnild y Young (1993), adaptada al contexto peruano por Novella (2002). Esta prueba tiene el objetivo de evaluar la capacidad de sobresalir a pesar de las dificultades que se presentan en la vida la misma, esta medición se encuentra orientada según cinco dimensiones: (a) satisfacción personal, (b) ecuanimidad (c) sentirse bien solo, (d) confianza en sí mismo y (e) perseverancia. Respecto a su composición, está conformada por 25 ítems con opciones de respuesta tipo Likert: (7) siempre estoy de acuerdo, (6) casi siempre estoy de acuerdo, (5) a veces estoy de acuerdo, (4) ni en desacuerdo ni de acuerdo, (3) a veces estoy en desacuerdo, (2) casi siempre estoy en desacuerdo, (1) siempre estoy en desacuerdo; siendo el tiempo estimado para su aplicación 25 minutos.

Al igual que en el caso anterior, respecto a su validez y confiabilidad, esta prueba también fue utilizada en diferentes investigaciones nacionales, donde corroboró adecuadas propiedades psicométricas (Salgado, 2012); sin embargo, también fue sometida al proceso de validación de contenido mediante el criterio de dos expertos en calidad de jueces, además, evidencia un coeficiente Alpha de .935, lo demuestra consistencia interna optima moderada (ver tabla 2).

**Análisis de datos**

Una vez culminada la aplicación de las encuestas, se pasó a calificar y tabular los datos en una matriz en Microsoft Excel. Posteriormente se trasladaron los mismos al SPSS 20.0, donde se realizó el análisis respectivo. Se utilizaron tablas de frecuencia para expresar los resultados a nivel sociodemográfico y descriptivo. En caso del análisis de correlación, se procedió a analizar la distribución de los datos mediante la prueba de normalidad, la cual, según los indicadores observados en la tabla 4 evidencian para

todas las variables un nivel de *sig.* < .05, lo cual lleva a aceptar la hipótesis alterna asumiendo que los datos brindados por la población de estudio no provienen de una distribución normal, por ello, se recurrió al uso de una técnica no paramétrica como es el caso de Tau B de Kendal para variables categóricas.

**Resultados y discusión**

Respecto al análisis sociodemográfico de la población de estudio, en la tabla 1, se observa que 54.5% de la población son mujeres mientras que un 45.5% varones; así mismo, en cuanto a la edad de los encuestados, el 47.3% tiene 15 años de edad, 41.3% 16 años, 7.8% 17 años y 3.6% 14 años.

Tabla 1.  
*Datos sociodemográficos de la población de estudio (n=167)*

Variable	Frecuencia	Porcentaje (%)
Sexo	Masculino	76 45,5
	Femenino	91 54,5
	Total	167 100,0
Edad	14 años	6 3,6
	15 años	79 47,3
	16 años	69 41,3
	17 años	13 7,8
	Total	167 100,0

Respecto a la confiabilidad de los instrumentos, en la tabla 2 se observa que para la variable resiliencia se halló un coeficiente Alpha de .935, así mismo, para sus dimensiones: satisfacción personal (.524), ecuanimidad (.637), Sentirse bien solo (.679), confianza en sí mismo (.841) y perseverancia (.825). En cambio, para la variable satisfacción con la vida un coeficiente Alpha de .728. Estos valores demuestran indicativos de una adecuada consistencia interna para las variables de estudio.

Tabla 2.  
*Indicadores de consistencia interna de los instrumentos de medición*

Variables	N	Alpha
Satisfacción con la vida	5	.728
Resiliencia	25	.935
Satisfacción personal	3	.524
Ecuanimidad	4	.637
Sentirse bien solo	3	.679
Confianza en sí mismo	7	.841
Perseverancia	7	.825

Seguidamente en la tabla 3, se observa el análisis descriptivo de las variables de estudio, donde resalta el hecho de que 30.5% de la población que equivale a 51 participantes evidencia una mayor capacidad de resiliencia, 46.1% una capacidad moderada y 23.4% una escasa capacidad. En cuanto a la variable satisfacción con la vida, en la misma tabla se evidencia que 41.3% de la población que equivale a 69 participantes evidencia estar ligeramente satisfechos con su vida, 31.1% que equivale a 52 participantes se consideran altamente satisfechos, un 23.4% que equivale a 39 participantes ligeramente por debajo de la media y solo un 4.2% insatisfechos.

Tabla 3.  
Análisis descriptivo de las variables de estudio (n=167)

		Frecuencia	Porcentaje (%)
Nivel de resiliencia	Mayor capacidad	51	30,5
	Moderada	77	46,1
	Escasa	39	23,4
	Total	167	100,0
Satisfacción con la vida	Insatisfecho	7	4,2
	Ligeramente insatisfecho	39	23,4
	Ligeramente satisfechos	69	41,3
	Altamente satisfecho	52	31,1
	Total	167	100,0

A continuación, en la tabla 4, se observan las correlaciones entre la variable resiliencia y sus dimensiones con la variable satisfacción con la vida. En primera instancia, resalta el hecho de haber hallado una correlación directa de magnitud moderada ( $Tb = .377$ ) entre la variable satisfacción con la vida y resiliencia, siendo este resultado estadísticamente significativo ( $p < .05$ ). Así también se evidencian correlaciones significativas con las dimensiones: satisfacción personal ( $Tb = .298$ ,  $p < .05$ ), ecuanimidad ( $Tb = .303$ ,  $p < .05$ ), sentirse bien solo ( $Tb = .168$ ,  $p < .05$ ), confianza en si mismo ( $Tb = .382$ ,  $p < .05$ ) y perseverancia ( $Tb = .344$ ,  $p < .05$ ).

Tabla 4.  
Análisis de correlación entre satisfacción con la vida y resiliencia

Resiliencia	Satisfacción con la vida		
	Tau b de Kendall	p	K-S
Resiliencia	.377	.000	.000
Satisfacción personal	.298	.000	.000
Ecuanimidad	.303	.000	.000
Sentirse bien solo	.168	.003	.000
Confianza en si mismo	.382	.000	.000
Perseverancia	.344	.000	.000

## Discusión

En torno a los principales resultados antes mencionados, los primeros hallazgos revelan la existencia de una gran proporción de la población con un nivel de resiliencia moderado (77) al igual que un gran porcentaje de estudiantes que refieren sentirse ligeramente satisfechos (69) y altamente satisfechos (52). Una explicación ante tal situación podría encontrarse al comprender que la población encuestada pertenece a una institución educativa privada de prestigio en la ciudad de Juliaca, generalmente, son familias de nivel socioeconómico moderado en desarrollo quienes apuestan por este tipo de educación para sus hijos; por lo tanto, un factor influyente para explicar los niveles expuestos sería la probable composición familiar y el grado de apoyo que reciben los estudiantes, esto, generaría en los encuestados una percepción de seguridad y comodidad respecto a su situación en el contexto vivencial.

En cuanto a la correlación significativa hallada entre la variable satisfacción con la vida y resiliencia ( $Tb = .377$ ), este resultado corrobora los hallazgos de un estudio similar realizado por Salgado (2009) quien también halló una correlación directa y altamente significativa entre resiliencia, felicidad y optimismo en estudiantes de quinto año de secundaria de colegios

nacionales de la ciudad de Lima; así también, contrasta positivamente con los resultados encontrados por Bernal, Daza y Jaramillo (2015) quienes luego de encuestar a una muestra de 40 estudiantes en edad escolar, concluyeron que la mayoría de jóvenes que se perciben satisfechos con la vida también alcanzaron un nivel de capacidad alto en resiliencia; finalmente, también corroboran los hallazgos de Lopez (2010) quien evidenció una correlación muy significativa entre la escala de resiliencia y la escala de satisfacción con la vida. Una explicación ante estos hechos surge al comprender lo mencionado en la literatura científica respecto al hecho de que una persona resiliente desarrolla mecanismos intrapsíquicos que desarrollan una capacidad moduladora positiva para enfrentarse ante las adversidades de la vida cotidiana, siendo capaz un individuo de enfrentarse al dolor usando diferentes recursos para superar y sobrelivir (Zubieta & Delfino, 2010), afrontando sus situaciones difíciles con una percepción de agrado sobre sus condiciones de vida (Crespo, 2008).

Por otra parte, respecto a la relación entre las dimensiones de resiliencia y satisfacción con la vida también se hallaron correlaciones significativas. Por ejemplo, los resultados indican que a mayor satisfacción personal, a mayor capacidad de equilibrio y actitud ante la adversidad, a mayor capacidad de sentirse bien consigo mismo, a mayor capacidad de perseverar ante la adversidad, existe una alta probabilidad de generar una mayor capacidad de sentirse satisfecho con la vida; al respecto, estos resultados corroboran los hallazgos encontrados por (Arequipeño & Gaspar, 2017; Bustamante, 2018)

## Conclusiones

En base a los resultados antes discutidos, la presente investigación concluye que en la población de adolescentes de entre 14 a 17 años de edad de una institución educativa privada de Juliaca, existe relación estadísticamente significativa entre la capacidad de sobreponerse ante una adversidad (resiliencia) y sus dimensiones, con la capacidad de sentirse satisfecho con su vida, es decir, a mayor capacidad resiliente mayor probabilidad de generar felicidad.

## Agradecimientos

Agradecimiento a la institución educativa privada de la ciudad de Juliaca por la disposición para llevar a cabo esta investigación.

## Referencias bibliográficas

- Arango, O. (2005). La resiliencia, una alternativa actual para el trabajo psico-social. *Revista Virtual Católica de Norte*, 1(15), 1–19.
- Arellano. (2019). *La felicidad de los peruanos*.
- Arequipeño, F., & Gaspar, M. (2017). *Resiliencia, felicidad y depresión en adolescentes de 3ero a 5to grado del nivel secundario de instituciones educativas estatales del distrito de Ate Vitarte, 2016*. Universidad peruana Unión.
- Atienza, F., Pons, D., Balaguer, I., & García-Merita, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12(1984), 314–319.
- Bernal Romero, T., Daza Pinzón, C. D., & Jaramillo Acosta, P. K. (2015). Satisfacción con la vida y resiliencia en jóvenes en extraedad escolar. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 8(2), 43–53.
- Bustamante, M. (2018). *Satisfacción con la vida y resiliencia en adolescentes de una institución educativa, La Esperanza, 2016*. Universidad católica de los Angeles Chimbote.
- CEAMEG. (2013). Estadística de bienestar subjetivo: análisis de la satisfacción con la vida y la felicidad en la población mexicana desde una perspectiva de género perspectiva de género.
- Cernas, D., Mercado, P., & León, F. (2017). La varianza del método común en la relación entre la satisfacción laboral y la satisfacción con la vida. *Estudios Gerenciales*, 33, 321–329.
- Crespo, M. (2008). Resiliencia, bienestar y aprendizaje a lo largo de la vida. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 24–48.
- Datosmacro. (2019). Índice Mundial de la Felicidad. Retrieved June 23, 2019, from <https://datosmacro.expansion.com/demografia/indice-felicidad>
- Diener, Emmons, Larsen, & Griffin. (1985). Escala de satisfacción con la vida.
- Farsen, T., Bogoni, A., & Narbal, S. (2017). Resiliencia en el trabajo en el campo de la psicología: un estudio bibliométrico, 7485, 1–20.
- Hernandez, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6th ed.). México: McGrawHill.
- Lopez, M. (2010). *Relación entre satisfacción con la vida y satisfacción con el deporte en jóvenes deportistas*. Las Palmas de gran Canaria.
- Martínez-Ferrer, B., Ávila-Guerrero, M., Vera-Jiménez, J., Bahena-Rivera, A., & Musitu-Ochoa, G. (2016). Satisfacción con la vida, victimización y percepción de inseguridad en Morelos, México. *Salud Publica de Mexico*, 58(1).
- Maxera, T. (2017). *Inteligencia emocional y satisfacción vital en un grupo de estudiantes universitarios de Lima*. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.
- Mikkelsen, F. (2009). *Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima*. Pontificia Universidad Católica del Perú. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

- Novella, A. (2002). *Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Recuperado de <http://sisbib-03.unmsm.edu.pe/cgi-bin/koha/opac-search.pl?q=an:%22206031%22>
- Oriol-Bosch, A. (2012). Resiliencia. *Educación Médica*, 15(2), 77–78. <https://doi.org/10.4321/S1575-18132012000200004>
- Padrós, F. (2003). Disfrute y bienestar subjetivo. Un estudio psicométrico de la gaudibilidad. *Tesis Doctoral Dirigida Por Jordi Fernández. Universitat Autònoma de Barcelona*.
- Salgado, A. (2009). Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la ciudad de Lima. *Universidad de San Martín de Porres*, 133–144.
- Salgado, Ana. (2012). *Efectos del bienestar espiritual sobre la resiliencia en estudiantes universitarios de Argentina , Bolivia , Perú y República Dominicana*.
- Vizoso-Gómez, C., & Arias-Gudín, O. (2018). Resiliencia , optimismo y burnout académico en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 11(1), 47–59. <https://doi.org/10.30552/ejep.v11i1.185>
- Wagnild G., & Young H. (1993). Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, 1(5), 1–22.
- Yamamoto, J., & Feijoo, A. (2007). Componentes émicos del bienestar. Hacia un modelo alternativo de desarrollo. *Revista de Psicología*, 15(2), 197–231.
- Zubieta, E., & Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones*, 17, 277–283.