



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

Sentido de vida y resiliencia sobre el bienestar psicológico en  
adultos mayores de un centro del adulto mayor, Cusco, 2023

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:  
Maestra en Intervención Psicológica

**AUTORA:**

Velasque Pacheco, Yesica Analid ([orcid.org/0009-0009-3414-6079](https://orcid.org/0009-0009-3414-6079))

**ASESORES:**

Dr. Guerrero Alcedo, Jesús Manuel ([orcid.org/0000-0001-7429-1515](https://orcid.org/0000-0001-7429-1515))

Mg. Mendoza Giusti, Rolando ([orcid.org/0000-0002-1812-0524](https://orcid.org/0000-0002-1812-0524))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Modelos de Prevención y Promoción

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

TRUJILLO — PERÚ  
2023

## **Dedicatoria**

A mis padres por ser la fuente de mi inspiración y modelo a seguir, quienes con su ejemplo me enseñaron a no abandonar y siempre luchar e ir detrás de lo que quiero, todo esfuerzo tendrá siempre su recompensa.

A mis hermanos y amigos quienes fueron mi gran apoyo emocional durante todo este proceso.

La autora

## **Agradecimiento**

Expreso gratitud a mis padres Willy y Mary, por guiarme en el proceso de mi formación académica, por ser mi luz en momentos de oscuridad, por brindarme tranquilidad y sobre todo por confiar en mí.

A la Universidad Cesar Vallejo, por todo el conocimiento brindado.

A mis asesores Dr. Jesús Guerrero Alcedo y Mg. Rolando Mendoza Giusti, por su dedicación y sobre todo paciencia.

A todos los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor de Cusco, por su tiempo y colaboración.

Y a todas las personas que formaron parte este proceso, hermanos y amigos, que contribuyeron en el desarrollo de este trabajo de investigación. ¡Infinitas gracias!

La autora



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

**Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, JESÚS MANUEL GUERRERO ALCEDO, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "Sentido de vida y resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor, Cusco, 2023", cuyo autor es VELASQUE PACHECO YESICA ANALID, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 26 de Julio del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
JESÚS MANUEL GUERRERO ALCEDO CARNET EXT.: 002554886 ORCID: 0000-0001-7429-1516	Firmado electrónicamente por: JGUERREROAL17 el 30-07-2023 12:08:53

Código documento Trilce: TRI - 0620442





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

**Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, VELASQUE PACHECO YESICA ANALID estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO del programa de MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Sentido de vida y resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor, Cusco, 2023", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
VELASQUE PACHECO YESICA ANALID DNI: 72974965 ORCID: 0009-0009-3414-6079	Firmado electrónicamente por: YVELASQUEPA98 el 30-07-2023 12:52:55

Código documento Trilce: INV - 1269655



## Índice de contenidos

<b>Carátula</b> .....	<b>i</b>
<b>Dedicatoria</b> .....	<b>ii</b>
<b>Agradecimiento</b> .....	<b>iii</b>
<b>Declaratoria de autenticidad del asesor</b> .....	<b>iv</b>
<b>Declaratoria de originalidad de la autora</b> .....	<b>v</b>
<b>Índice de contenidos</b> .....	<b>vi</b>
<b>Índice de tablas</b> .....	<b>viii</b>
<b>Índice de figuras</b> .....	<b>ix</b>
<b>Resumen</b> .....	<b>x</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>xi</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>1</b>
<b>II. MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>4</b>
<b>III. METODOLOGÍA</b> .....	<b>14</b>
<b>3.1. Tipo y diseño de investigación</b> .....	<b>14</b>
3.1.1 Tipo de investigación .....	14
3.1.2 Diseño de investigación .....	14
<b>3.2. Variables y operacionalización</b> .....	<b>15</b>
<b>3.3. Población, muestra y muestreo</b> .....	<b>17</b>
3.3.1 Población.....	17
3.3.2 Unidad de análisis.....	19
<b>3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos</b> .....	<b>19</b>
<b>3.6. Método de análisis de datos</b> .....	<b>24</b>
<b>3.7. Aspectos éticos</b> .....	<b>25</b>
<b>IV. RESULTADOS</b> .....	<b>27</b>
<b>4.1 Análisis descriptivo</b> .....	<b>27</b>
<b>4.2 Análisis inferencial</b> .....	<b>30</b>
4.2.1 Comprobación de supuesto.....	30
4.2.2 Hipótesis general.....	34
4.2.3 Hipótesis específica 1 .....	37
4.2.4 Hipótesis específica 2.....	40
<b>V. DISCUSIÓN</b> .....	<b>44</b>
<b>VI. CONCLUSIONES</b> .....	<b>50</b>
<b>VII. RECOMENDACIONES</b> .....	<b>51</b>

<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>52</b>
<b>ANEXOS</b>	

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> <i>Distribución de adultos mayores según zona de un centro del adulto mayor de Cusco</i> .....	18
<b>Tabla 2.</b> <i>Estadísticos descriptivos de las variables de estudio</i> .....	28
<b>Tabla 3.</b> <i>Frecuencia de los niveles de Bienestar psicológico</i> .....	29
<b>Tabla 4.</b> <i>Frecuencia de los niveles de Sentido de vida</i> .....	29
<b>Tabla 5.</b> <i>Frecuencia de los niveles de Resiliencia</i> .....	30
<b>Tabla 6.</b> <i>Resultados de normalidad univariada mediante la Prueba de Kolmogorov Smirnov</i> .....	31
<b>Tabla 7.</b> <i>Resultados de normalidad multivariada mediante la Prueba de Mardia</i> .....	31
<b>Tabla 8.</b> <i>Matriz de Correlaciones Rho de Spearman entre las variables incluidas en el estudio</i> .....	33
<b>Tabla 9.</b> <i>Coeficientes estandarizados de las variables latentes y observadas del modelo estructural</i> .....	35
<b>Tabla 10.</b> <i>Índices de medidas de bondad de ajuste</i> .....	37
<b>Tabla 11.</b> <i>Coeficientes estandarizados de las variables latentes y observadas del modelo estructural</i> .....	38
<b>Tabla 12.</b> <i>Índices de medidas de bondad de ajuste</i> .....	40
<b>Tabla 13.</b> <i>Coeficientes estandarizados de las variables latentes y observadas del modelo estructural</i> .....	41
<b>Tabla 14.</b> <i>Índices de medidas de bondad de ajuste</i> .....	43

## Índice de figuras

<b>Figura 1.</b> <i>Modelo explicativo del sentido de vida y resiliencia sobre el bienestar psicológico</i> .....	15
<b>Figura 2.</b> <i>Relación entre las variables independientes y la variable dependiente según el modelo SEM</i> .....	36
<b>Figura 3.</b> <i>Relación entre sentido de vida y bienestar psicológico según el modelo SEM</i> .....	39
<b>Figura 4.</b> <i>Relación entre resiliencia y bienestar psicológico según el modelo SEM</i> .....	42

## Resumen

Actualmente se evidencia estudios enfocados en las variables, sentido de vida, resiliencia y bienestar psicológico en adultos mayores, sin embargo, son pocos los centrados en la relación causal entre todas estas variables. En tal sentido, el propósito de esta investigación es explicar la influencia del sentido de vida y resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, teniendo en consideración el modelo de ecuaciones estructurales. El tipo de investigación empleado es básica, con un diseño no experimental y un alcance explicativo, realizado sobre una muestra censal conformada por 219 adultos mayores. Para la evaluación de las variables se empleó la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y el test de sentido de vida de Crumbaugh y Maholick. Los resultados evidencian una relación significativa ( $p < 0.012$ ) moderada y positiva ( $\beta = 0.422$ ) entre sentido de vida y bienestar psicológico y una asociación moderada positiva ( $\beta = 0.476$ ) y significativa ( $p < 0.005$ ) entre resiliencia y bienestar psicológico. Se concluye que un alto sentido de vida y una mayor resiliencia se asocian a mayores niveles de bienestar psicológico en los adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco.

**Palabras clave:** Sentido de vida, resiliencia, bienestar psicológico, adulto mayor.

## **Abstract**

Currently, there are studies focused on the variables, meaning of life, resilience and psychological well-being in older adults, however, few focus on the causal relationship between all these variables. In this sense, the purpose of this research is to explain the influence of meaning in life and resilience on psychological well-being in older adults from a senior center in Cusco, taking into consideration the structural equation model. The type of research used is basic, with a non-experimental design and an explanatory scope, carried out on a census sample made up of 219 older adults. To evaluate the variables, the Carol Ryff Psychological Well-being Scale, the Wagnild and Young Resilience Scale and the Crumbaugh and Maholick meaning of life test were used. The results show a significant ( $p < 0.012$ ) moderate and positive relationship ( $\beta = 0.422$ ) between meaning of life and psychological well-being and a moderate positive ( $\beta = 0.476$ ) and significant ( $p < 0.005$ ) association between resilience and psychological well-being. It is concluded that a high meaning of life and greater resilience are associated with higher levels of psychological well-being in older adults in a senior center in Cusco.

**Keywords:** Meaning of life, resilience, psychological well-being, older adults.

## I. INTRODUCCIÓN

En Latinoamérica, estudios demuestran que los adultos mayores presentan una buena salud mental, cuyo principal componente es el bienestar psicológico, así el 59.3 % presenta niveles de salud mental moderados y únicamente el 5.5 % presenta niveles de salud mental bajos, es decir, que presentan un estado de ánimo languideciente (Góngora & Castro, 2018; Álvarez, 2020). No obstante, Mayordomo (2016) señala la diferencia entre los índices de bienestar psicológico de jóvenes y adultos mayores concluyendo que con la edad se da una disminución significativa del bienestar psicológico, lo cual implica una disminución de vínculos sociales con otros individuos y sobre todo la pérdida de autonomía debido a los cambios propios de la edad o a enfermedades a las cuales los ancianos pueden estar expuestos.

Por otro parte, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (2020), señala que la población de personas de la tercera edad se ha incrementado en el Perú al 2020, esto supone también un aumento o crecimiento en la esperanza de vida, siendo ancianos, el 12.7% de la población, lo cual implica un cambio sociodemográfico que exige poner mayor énfasis en este grupo etario. Este incremento, obliga a las personas de tercera edad adecuarse a los cambios propios de la edad y a hacer frente a las amenazas que puedan afectar su bienestar psicológico (Vivaldi & Barra, 2012). En esa misma línea, según De los Heros (2017), el 23.92% de adultos mayores en el Perú, presenta satisfacción con la vida, lo cual estaría muy ligado al bienestar psicológico y de igual forma, en el Cusco, se demostró que solo el 36.8% de adultos mayores presenta calidad de vida lo cual esta asociado al bienestar psicológico (Cáceres, 2021). Esto debido a que muchos adultos mayores experimentan cambios morfológicos, funcionales y psicológicos propios de la edad que pueden alterar su bienestar, por ello, se debe procurar que tengan un envejecimiento saludable, con bienestar psicológico y calidad de vida (Marín 2003, citado por Álvarez et al., 2020).

Así mismo, estudios muestran que el sentido de vida contribuye a adecuados niveles de bienestar psicológico y vitalidad en adultos mayores y se afirma que esto podría disminuir el riesgo de mortalidad en esta población, esto debido a que el sentido de vida facilita el desarrollo de procesos de afrontamiento ante situaciones que generan estrés, además, el sentido de vida contribuye a mantener el nivel psíquico e intelectual lo cual permite que el adulto mayor pueda preservarse de las

enfermedades (Molina, 2021; Haewon, 2017). En ese entender, el sentido de vida favorece un envejecimiento saludable, sin embargo, se debe tomar en consideración el espacio donde se desarrolla el adulto mayor, estudios indican que quienes habitan en hogares o centros gerontológicos están predispuestos a presentar alteraciones a nivel físico de manera más acelerada, también generan mayor dependencia en actividades diarias y mayor riesgo en cuanto a enfermedades mentales, debido al aislamiento, la soledad y la pérdida del rol social (Wiles, 2005 citado por Molina, 2021; Vázquez et al., 2021).

Por otra parte, la aparición de enfermedades crónicas degenerativas y alteraciones psicológicas impactan negativamente en el bienestar psicológico del adulto mayor, ello obliga a potenciar los recursos psicológicos para favorecer su adaptación y obtener resultados positivos frente a situaciones adversas, uno de estos recursos es la resiliencia, considerado como un factor de protección durante el envejecimiento, ya que permite al adulto mayor adaptarse a los cambios o riesgos sociales, biológicos o psicológicos a los que está expuesto, es decir, la resiliencia contribuye a hacer frente a estos cambios característicos del proceso de envejecimiento (Ortiz et al., 2021; Morales et al., 2021). Igualmente se evidencia que el entrenamiento en resiliencia puede reducir los síntomas de ansiedad, estrés y depresión lo cual contribuye al bienestar psicológico del individuo y sobre todo a la esperanza de vida (Heydari et al. 2022). En ese sentido, tras la revisión bibliográfica, se observa que son escasos los estudios que vinculan y estudian la influencia que pueda tener el sentido de vida y la resiliencia en su conjunto, como promotores del bienestar psicológico, únicamente se halló estudios correlacionales simples que relacionan una única variable (ya sea sentido de vida o resiliencia) con el bienestar psicológico, por ello es necesario profundizar dicha influencia y sobre todo en este grupo etario, donde también son escasos los estudios.

En relación a lo expuesto se formula y plantea la siguiente problemática: ¿Cómo influye el sentido de vida y la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco en el año 2023? y las preguntas específicas: ¿Cómo influye el sentido de vida sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco? Y ¿Cómo influye la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco? Igualmente, se plantea la utilidad; en la justificación

práctica, los resultados del presente estudio facilitarán la creación de programas de promoción para contribuir a un envejecimiento saludable y activo, enfocados en potenciar el sentido de vida y los recursos psicológicos, tales como la resiliencia, para contribuir a un adecuado desarrollo y funcionamiento del adulto mayor y sobre todo asegurar su bienestar psicológico, respecto a la justificación social, el presente estudio beneficia directamente a este grupo etario, familiares o personas a cargo y entidades involucradas, quienes pueden disponer de esta información y adoptar medidas optimas en beneficio de esta población, del mismo modo, los ancianos podrían desenvolverse de mejor manera y se contribuiría a su calidad de vida.

En la justificación científica, al ser escasos los estudios, sobre todo en el contexto peruano, que vinculan y se centran en la influencia de estas variables, los resultados de esta investigación permitirán ampliar y enriquecer este conocimiento en este grupo etario y en especial la vinculación existente entre las tres variables propuestas, además los resultados contribuirán a estudios futuros sobre dichas variables y se motivaría a establecer nuevas líneas de investigación sobre estas temáticas; para finalizar, respecto a la justificación metodológica, el estudio está dirigido básicamente a evaluar la influencia del sentido de vida y la resiliencia sobre el bienestar psicológico, para lo cual se emplea un diseño correlacional causal, asimismo para la evaluación de estas variables se empleó instrumentos psicológicos adaptados a la realidad peruana y a la población estudiada, lo cual contribuye a un estudio más exacto que lo hace válido y confiable.

De igual modo, se establece el objetivo general: Evaluar la influencia del sentido de vida y la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023 y los específicos: Evaluar la influencia del sentido de vida sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, y Evaluar la influencia de la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco. Por último, se plantea la hipótesis general: Existe influencia del sentido de vida y la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco,2023 y las específicas, Existe influencia del sentido de vida sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, y Existe influencia de la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco.

## II. MARCO TEÓRICO

En este apartado se resaltan investigaciones y estudios previos, que muestran evidencia y permitirán el análisis posterior de los resultados que se vayan a obtener durante la investigación, del mismo modo, se presentan y desarrollan teorías que sustentan y facilitan la comprensión de cada variable de estudio incluyendo su conceptualización y características principales.

Piña (2017), realizó un estudio correlacional centrado en determinar la relación existente entre la variable resiliencia y la variable bienestar psicológico, realizado sobre 350 estudiantes de universidades. Para la recopilación de datos se empleó la escala de bienestar psicológico de González y la escala de resiliencia de Gonzales y Arratia. Los resultados indican la presencia de una correlación alta positiva ( $r=506^{***}$ ,  $P<.001$ ) entre la variable resiliencia y la variable bienestar psicológico, así mismo el puntaje total de resiliencia explica un 25,6% de la variable bienestar psicológico con un p valor =.05. En síntesis, se observa una asociación significativa entre bienestar psicológico y resiliencia.

García et al. (2018), ejecutaron un estudio comparativo y descriptivo con un diseño no experimental con el propósito de establecer asociación entre la variable bienestar psicológico y sentido de vida, realizado sobre una muestra conformada por 333 adultos emergentes. Para la recopilación de datos se empleó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) y el Test de Sentido de Vida (PIL). Los hallazgos en base a la prueba Rho de Spearman indican la presencia de una asociación significativa entre las variables bienestar psicológico y sentido de vida, tanto a nivel global como entre dimensiones, el test de Kolmogorov -Smirnov indica que existió una correlación significativa ( $p<.01$ ) con una valoración baja en la dimensión relaciones positivas ( $Z=2.09$ ), con valores moderados para las dimensiones de dominio ambiental ( $Z=1.55$ ) y crecimiento personal ( $Z=1.96$ ) y con valores altos para las dimensiones de propósito vital ( $Z=2.17$ ), autoaceptación ( $Z=2.15$ ), y bienestar psicológico global, de igual forma, con el test de Levene, la correlación fue significativa ( $p<.05$ ) entre sentido de vida y la dimensión crecimiento personal (3.89) y la dimensión autonomía (3.33). En conclusión, se halló una correlación significativa y positiva entre la variable bienestar psicológico y sentido de vida, excepto entre la variable sentido de vida y la dimensión de autonomía.

Guil et al. (2018), desarrollaron un estudio centrado en establecer la

asociación existente entre resiliencia, optimismo y bienestar psicológico en una población de mujeres que superaron el cáncer de mama, con una muestra de 30 mujeres. La resiliencia se evaluó mediante la Escala de Resiliencia Wagnild y Young, el Life Orientation Test Revised Scheier y el bienestar psicológico mediante la Escala de Bienestar Psicológico (EBP). Los hallazgos refieren que dos dimensiones pertenecientes a la escala de resiliencia, entre ellas ecuanimidad, confianza y la media de resiliencia total explican cuatro dimensiones de la prueba de bienestar psicológico; la confianza y la ecuanimidad ( $\beta$  positivo de 0.543 y 0.247 respectivamente) explican un 51.2% de la dimensión autoaceptación; la dimensión confianza explica un 67.6% de la dimensión propósito en la vida ( $\beta = 0.822$ ) y un 13.5% de la dimensión relaciones positivas ( $\beta = 0.368$ ) y por último, el 22.4% de la dimensión autonomía es explicada por la media total de resiliencia. Se concluye que la media total de resiliencia y sus dimensiones muestran correlaciones estadísticamente significativas y positivas con algunas de las dimensiones presentes en la prueba de bienestar psicológico ( $p < 0.05$ ).

Mohseni, et al. (2019), desarrollaron un estudio centrado en investigar la asociación entre el sentido de vida y la resiliencia en adultos mayores de Kerman, Irán, investigación realizada sobre 300 adultos mayores de 60 años. Para evaluar el sentido de vida se empleó el Cuestionario de Sentido de Vida de Steger y para evaluar la resiliencia se hizo uso de la Escala de Resiliencia de Connor Davidson. Los hallazgos evidencian una asociación significativa y positiva entre el sentido de vida y la resiliencia ( $r=0.38$ ,  $p=0.012$ ), del mismo modo las variables independientes (sentido de vida, estado de salud auto informado y género) explicaron el 31% de la varianza resiliencia. Se concluye que existe una asociación positiva y significativa entre resiliencia y sentido de vida.

Pourebrahim & Rosoli (2019), ejecutaron un estudio con el propósito de establecer la diferencia existente entre la variable sentido de vida y la variable bienestar psicológico a través de los diferentes grupos etarios de adultos, adultos mayores y ancianos, estudio realizado con 60 adultos mayores. Los instrumentos de evaluación fueron la Escala de Bienestar Psicológico y el Cuestionario de Sentido de la Vida. Los hallazgos indican que la cantidad de F es significativa en las dimensiones de dominio del entorno ( $p=0.000$ ), propósito en la vida ( $0.000$ ), autonomía ( $p=.009$ ), crecimiento personal ( $P=0.000$ ), relación positiva con los

demás y autoaceptación (4.750;  $p=0.011$ ) y la puntuación de la media total de sentido de vida y bienestar psicológico. Se llegó a la conclusión de que existe una variación entre los grupos de edad masculinos y femeninos del bienestar psicológico, así mismo se observa una disminución del sentido de vida y el bienestar psicológico conforme la persona va envejeciendo y finalmente se resalta que la promoción del bienestar psicológico y el sentido de vida deben ser considerados en paralelo con el tiempo de vida.

Qi et al. (2022), ejecutaron un estudio enfocado en examinar la asociación entre aislamiento social y el bienestar psicológico y el papel mediador de la resiliencia entre las asociaciones, realizado con 398 adultos mayores chinos que residían en Honolulu. Para la recopilación de datos se empleó la Escala de Bienestar Psicológico y la Escala de satisfacción con la vida y felicidad. Los hallazgos muestran que la resiliencia se asoció con niveles muy bajos de angustia psicológica y niveles más altos de bienestar psicológico (todas  $p<0.05$ ), así mismo la resiliencia, respecto al aislamiento social contribuyó con el 32% de su asociación con la angustia, el 24.9% con la satisfacción con la vida y el 16.3 % de la asociación con la felicidad. Concluyendo que hay una asociación significativa entre aislamiento social y bienestar psicológico y del mismo modo se evidenció el papel mediador de la variable resiliencia.

Respecto a la primera variable de estudio, existen múltiples formas de conceptualizar y medir bienestar psicológico, estas distintas concepciones tienen raíces filosóficas diversas (Ryff, et al., 2021). En ese entender se define esta variable como la valoración subjetiva que manifiesta la satisfacción de la persona y el grado de agrado hacia determinadas situaciones o aspectos de su vida donde se observa el predominio de un estado emocional positivo en relación a componentes afectivos y cognitivos (Chávez, 2006, citado por Diaz, et al.,2020). Ryff (1989) también señala que el bienestar psicológico es una virtud, puesto que está muy relacionada al logro de la excelencia personal y señala que la variable bienestar psicológico se da mediante el establecimiento de metas que contribuyen a desarrollar el máximo potencial, vale decir la autorrealización personal.

Ryff establece el modelo de bienestar psicológico, el cual se fundamenta en una concepción eudaimónica, es decir, que el bienestar no se sustenta únicamente en experiencias placenteras sino en la actualización del potencial humano; las

características de este modelo surgen desde una concepción cognitiva y afectiva, donde la elaboración y apreciación de juicios influyen en la interpretación o percepción de bienestar y funcionamiento adecuado u óptimo (Tomás et al., 2016, citado por Salas & Avendaño, 2021). Por tanto, desde este modelo se logra alcanzar el bienestar solo al lograr satisfacer aquellas necesidades básicas subjetivas y objetivas, las cuales favorecen y contribuyen al equilibrio entre el desarrollo personal, los valores e interés y las metas planteadas, en ese sentido, se resalta el papel de la valoración e interpretación que realiza la persona sobre los aspectos de su vida y modo de vivir en el mundo (Salas & Avendaño, 2021).

Ryff (1989), señala que este constructo está relacionado al crecimiento personal y a la práctica de capacidades donde cada persona cumple con determinados indicadores vinculados a un funcionamiento positivo, para ello propone una mirada multidimensional del bienestar psicológico y establece seis dimensiones para su mejor comprensión, las cuales pueden ser evaluadas de manera positiva o negativa. Entre ellas se menciona, el propósito en la vida, la autoaceptación, relaciones positivas con los demás, crecimiento personal, dominio del entorno y la autonomía (Karas & Ciecuch, 2019). La *autoaceptación*, es un principio fundamental del bienestar psicológico, que hace referencia al sentirse bien y manifestar actitudes y conductas positivas hacia uno mismo, incluso aun cuando se es consciente de cuáles son las propias limitaciones (Keyes et al., 2002, citado por Díaz et al., 2006).

Por otra parte, la dimensión *relaciones positivas con los demás*, implica la habilidad para mantener vínculos sociales de manera estable e implica tener amigos en quienes confiar; diversos estudios concluyen que la soledad, el aislamiento y la ausencia de apoyo social están estrechamente ligadas con el riesgo de sufrir enfermedades y disminuyen la esperanza de vida, en ese entender se considera resaltante la capacidad de relacionarse y amar, como componente esencial del bienestar psicológico (Allardt, 1996, citado por Díaz et al., 2006). La *autonomía* por su parte implica la individualidad en diversos contextos, el mantener la autoridad personal e independencia, también está muy relacionada a la autodeterminación, es decir estar seguro y convencido de las propias convicciones; aquellas personas con autonomía pueden hacer frente de mejor forma a la presión social y pueden regular de mejor manera sus conductas (Ryff & Keyes, 1995 citado

por Díaz et al., 2006).

La dimensión referida a *propósito en la vida*, implica establecer objetivos y metas que le den sentido a la vida (Díaz et al., 2006). El *crecimiento personal*, apunta al desarrollo de capacidades al máximo que permitan al individuo seguir creciendo y potenciándose como persona (Keyes et al., 2002 citado por Díaz et al., 2006). Por último, el *dominio del entorno*, esta vinculada a la habilidad para crear o seleccionar espacios que le permitan a la persona satisfacer sus necesidades, aquellos individuos capaces de dominar su entorno tienen mayor posibilidad de influir sobre este y tienen una mayor sensación de control sobre el medio (Díaz et al., 2006).

Al respecto y enfocándonos en los adultos mayores, en múltiples estudios se demuestra una ligera disminución de los niveles de bienestar psicológico en este grupo etario a comparación de jóvenes y adultos, sin embargo, algunas capacidades que logran potenciar las personas conforme van envejeciendo son la autonomía y sobre todo el dominio del entorno, en otras palabras, potencian su capacidad para crear y seleccionar entornos que les permiten satisfacer sus deseos o necesidades y de esta forma tienen mayor capacidad para influir en su medio, lo que les proporciona mayor control sobre este y de igual forma incrementa la confianza en sí mismos (Mayordomo, 2016; Ryff, 2023). De igual forma el adulto mayor presenta mayor bienestar psicológico si es que cuenta el apoyo social, vale decir, la red social, donde se resalta a la familia o pareja y se menciona que aquellos adultos mayores casados, con pareja estable, tienden a presentar mayores niveles de bienestar; en esa misma línea, se destaca el rol que juega el formar parte de grupos u organizaciones, el nivel educativo y el padecer alguna enfermedad, que según sea el caso van a contribuir o no a un mayor bienestar psicológico (Vivaldi & Barra, 2012; Palma et al., 2016).

En otro orden de ideas, el sentido de vida es un término ampliamente estudiado por Viktor Frankl, quien después de ser tomado prisionero y recluido en los campos de concentración nazi, escribe un libro "El hombre en busca de sentido", en este detalla y narra sus vivencias en el campo de concentración y en base a estas experiencias plantea la importancia de establecer un sentido de vida para un correcto ajuste psicológico, según Frankl cuando una persona establece su sentido de vida es capaz de hacer frente a diversas situaciones complicadas o

adversidades que responden a un propósito personal y le permiten a la persona trascender, en cambio, cuando esta no encuentra su sentido de vida, llega a caer en un vacío existencial, lo cual puede llevarlo a desarrollar una neurosis o relaciones inadaptadas con uno mismo o con otros, para evitar ello, Frankl propone la logoterapia, una terapia basada fundamentalmente en el análisis existencial que le proporciona sentido al mundo interno del individuo (Huamani & Arias, 2018).

En ese entender, se define sentido de vida como el significado que una persona le da a su vida y permite que esta sea capaz de encontrar un soporte interno a su existencia, por tanto está vinculado al bienestar, facilita el proceso de afrontamiento de situaciones estresantes y le proporciona al individuo sentido de autorrealización que le permite tener una visión más positiva de las vivencias brindando un significado positivo a su propia vida (Martínez et al., 2018; Molina, 2021; Ortiz et al., 2021). Así mismo esta variable está vinculada al logro de metas personales y al centrarse específicamente en los adultos mayores estas metas están relacionadas a los aspectos que fueron parte de su crecimiento personal y realización a lo largo de su vida y esto cobra importancia en su realidad actual, por ello se resalta el hecho de contar con un propósito de vida que va a facilitar una valoración positiva de los acontecimientos diarios (Ortiz et al., 2021).

Viktor Frankl propone la teoría de sentido de vida denominada logoterapia, la cual se enfoca en el significado de la vida y apunta a la búsqueda de autonomía o libertad de significado, incluso cuando la persona atraviesa situaciones adversas, destacando que debe desarrollar su existencia a partir de un sentido que lo atraiga, a esto también se vincula la motivación para seguir viviendo el día a día, haciendo frente a acontecimientos cotidianos y posibles situaciones inusuales que puedan surgir en la vida; de igual forma Frank establece que la búsqueda del significado de la vida es inherente a cualquier persona, en cualquier situación que se pueda encontrar, aún se esté cerca de la muerte o enfermo, la vida siempre brinda posibilidades de posicionamiento y estabilidad lo cual contribuye a la salud mental y bienestar psicológico del individuo. La visión antropológica de Frankl se enfoca en el hombre multidimensional, con su dimensión biopsicosocial y espiritual, esta última apunta al valor personal y la libertad interior y posibilita al individuo a configurar su vida de tal forma que esta tenga sentido hasta su último aliento (Frankl, 2017 citado por Nunes et al., 2020).

Las afirmaciones anteriores proporcionan esta visión del hombre como un ser espiritual que resalta Frankl, donde el ser humano además del impulso afectivo, la inteligencia práctica y la memoria asociativa, cuenta con el aspecto espiritual, que destaca la capacidad del individuo para trascender y dar significado a la vida en su libertad existencial. Frankl también cree en el potencial humano para descubrir significados y propone tres caminos para alcanzar el sentido de vida, que son soportar el dolor, realizar algún trabajo valioso como el servir a los demás y por último experimentar valores como el amor, así mismo Frankl refiere que existen tres formas de desvelar el significado a través de la realización de los valores de *creación*, referida a todo lo que el hombre puede dar, de *experiencias*, conformado por lo que la persona recibe en el mundo y experimenta y de *actitud*, relacionados a lo que uno presenta frente a una situación adversa o sufrimiento inevitable (Medeiros et al., 2019, citados por Nunes et al., 2020; Kahkha et al., 2022).

Para una mayor comprensión de la variable sentido de vida, Noblejas (1999), propone 4 factores que lo describen: *percepción de sentido*, este factor incluye el conjunto de razones o motivos para que una persona pueda vivir su propia vida y la valoración que la persona le da a esta, es decir, la apreciación que la persona le da a su vida y los motivos que haya para vivirla; *experiencia de sentido*, se refiere a las vivencias del día a día y permite evaluar si para la persona la vida o existencia personal está llena de aspectos positivos; *metas y tareas*, este factor abarca metas ligadas a determinadas acciones en la vida y el acto de responsabilidad que implica cada uno de ellos y finalmente, *dialéctica destino-libertad*, referida a la tensión existente entre el destino y la libertad y el cómo el individuo afronta la muerte al ser considerado como un destino inevitable, temible e incontrolable.

Uno de los retos actuales es que los individuos envejeczan con calidad de vida y adecuados niveles de bienestar psicológico, para ello es necesario observar la contribución del sentido de vida a este proceso, por tanto se menciona que para un envejecimiento saludable es necesario considerar la integración del hombre teniendo en cuenta sus dimensiones biológicas, psíquicas y espirituales en base a los principios de la logoterapia, según Frankl el ser humano independientemente de la edad o incluso en un entorno deteriorado puede tener una vida plena, siempre y cuando aprenda a trascender sus problemas, es decir superar y afrontar adecuadamente cada una de estas situaciones; del mismo modo, el camino hacia

el encuentro del significado o sentido de vida toma en cuenta los valores de la creación, experiencia y las actitudes anteriormente mencionados, los valores de creación en el envejecimiento podrían contextualizarse en todas las obras o buenos actos que los adultos mayores han ido realizando a lo largo de su vida, los cuales seguirán resonando después de su partida y son una marca para generaciones futuras, los valores de la experiencia, implican todas sus experiencias que contribuyen a la comprensión de una vida con propósito y una tarea cumplida y los valores de actitud que implican las actitudes positivas ante las adversidades del fin de la vida (Nunes et al., 2020).

Igualmente algunas teorías del bienestar psicológico que consideran que el sentido de vida es un elemento esencial de la felicidad ya que este se vincula a experiencias e intensas emociones positivas y vitalidad, donde el sentirse bien permite que la persona pueda disfrutar de la vida con mayor facilidad y tener un mejor ajuste a la vida, por tanto aquellos individuos quienes encuentran un sentido a su vida pueden expresar de mejor forma sus pensamientos, sentimientos y tienen opiniones más positivas sobre si mismos lo que contribuye a niveles más altos de autoestima y autoaceptación, elementos del bienestar psicológico (Sterger, 2017). Así mismo se observa una creciente literatura y teorías que sugieren que contar con un significado de vida global crea resiliencia a los factores estresantes y promueve resiliencia frente a eventos traumáticos a través de la inhibición de la incertidumbre y la angustia concomitante (Ostafin & Proulx, 2020).

Finalmente, otra temática recurrente y que cada vez va tomando mayor relevancia es la resiliencia, entendida como la habilidad de mantener o recuperar el bienestar frente a situaciones adversas (Ryff, 2014). Esta variable surge como un factor protector frente a adversidades o situaciones estresantes a las que un individuo puede estar expuesto y hablando específicamente de adultos mayores estos están expuestos a diversos factores estresantes, como la jubilación, la pérdida de algún ser querido, enfermedades, accidentes, separaciones, abandono, entre otros y la resiliencia permite la adaptación a todos los riesgos biológicos, sociales y psicológicos que pueden traer consigo estos factores estresantes (Ortiz et al., 2021).

La resiliencia es entendida como la adecuada adaptación bajo situaciones muy extenuantes o estresantes, también puede ser definida como el logro de una

meta ante retos, factores de riesgo psicológico o situaciones adversas que afectan el desarrollo de la persona, estas situaciones adversas pueden ser la pobreza, el padecer alguna enfermedad o la exposición a situaciones estresantes (Mandujano et al., 2020). Del mismo modo, Connor & Davison (2003, citados por Domínguez et al., 2019) definen la resiliencia como una capacidad medible e individual que permite enfrentar y surgir ante la adversidad o situaciones estresantes frente a las cuales se puede estar expuesto.

Wagnild & Young (1993), establecen un modelo teórico que permite explicar la resiliencia considerándola como un elemento y una característica propia de la personalidad que permite enfrentar y moderar de manera más adecuada los efectos del estrés y contribuye a la adaptación del individuo, normalmente se asocia esta característica a aquellas personas que frente a alguna situación abrumadora o adversidad son capaces de adaptarse y recuperar o restablecer el equilibrio en sus vidas y de esta manera evitar los efectos negativos que pueda tener consigo el estrés.

Dentro de este modelo teórico se resaltan cinco componentes de la resiliencia; la ecuanimidad, referida al equilibrio de la propia vida y experiencias, implica la capacidad de tomar en cuenta una mayor cantidad de experiencias, de permanecer relajado y aceptar lo que venga, moderando así las respuestas a esta situación abrumadora; la perseverancia, relacionada a la decisión de persistir en la lucha para restablecer la vida y las metas de uno y sobre todo permanecer involucrado y poner en práctica la autodisciplina ; la confianza en uno mismo, que hace referencia a creer en las capacidades que uno posee y tener fe en sí mismo, este concepto también está muy ligado a la autosuficiencia que es la capacidad de depender de uno mismo y ser capaz de reconocer las limitaciones y fortalezas propias; la soledad existencial o el sentirse bien solo, entendido como la asimilación de que cada persona tiene un camino de vida único, algunas vivencias se pueden compartir con otras personas y otras experiencias deben ser afrontadas en soledad, esta soledad aporta al individuo un sentimiento de libertad y sentido de unicidad y por último, el significado de vida, que se define como la comprensión del propósito de vida y la valoración de las contribuciones de uno, este significado proporciona la sensación de tener algo por lo que vivir (Wagnild & Young, 1993).

La resiliencia fue considerada por varios autores como una variable

multidimensional, no obstante, Wagnild & Young (1993), establecieron la presencia únicamente de dos dimensiones o factores: *competencia personal* o factor I, que está vinculado a la autosuficiencia, independencia, determinación, dominio, inventiva o capacidad de crear, invencibilidad y perseverancia; y por otro lado la *aceptación de uno mismo y de la vida* o factor II, referido a la aceptación de la vida y a un sentido de tranquilidad a pesar de la presencia de adversidades o situaciones abrumadoras.

En su mayoría los estudios realizados sobre la resiliencia se han enfocado en niños y en comprender cómo aquellos que crecen en situaciones adversas evitan con éxito el desarrollo de trastornos psicológicos posteriores, sin embargo en los estudios realizados en adultos mayores se evidencia la presencia de ciertas características del estilo de vida que se relacionan en mayor o menor medida a los niveles de resiliencia lo cual facilita a este grupo poblacional afrontar cambios característicos de la edad y del envejecimiento, en relación a ello se resalta el papel que juega la familia o pareja ya que esto aporta y proporciona una mayor resiliencia, estabilidad y bienestar psicológico a las personas de la tercera edad, así como la presencia o ausencia de enfermedades crónicas que también influyen en los niveles de resiliencia (Wagnild & Young, 1993; Ortiz et al., 2021).

Por otro lado, investigaciones sugieren que las emociones positivas promueven una mayor resiliencia dado que facilitan un pensamiento más flexible, lo cual permite el afrontamiento adaptativo y el mantenimiento de las relaciones sociales, así como del bienestar psicológico, por tanto, se afirma que la resiliencia puede predecir directamente una serie de resultados de bienestar psicológico, también se resalta que la resiliencia es un marco valioso para poder entender como las personas hacen frente al estrés y mantienen sus niveles de bienestar psicológico (Harms, et al., 2018)

En relación a lo anterior, se evidencia la escasez de estudios correlacionales causales que incluyan las variables de estudio establecidas, por tanto, se enfatiza en el estudio de dichas variables en su conjunto, así mismo, se observa una carencia de estudios que hayan sido realizados a nivel nacional y con el grupo etario propuesto, lo cual motiva a la continuidad y profundización del estudio.

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

##### **3.1.1 Tipo de investigación**

La presente investigación se basó en un enfoque cuantitativo, el cual hace referencia a un conjunto de procesos secuenciales con el fin de comprobar ciertas suposiciones, basado en la objetividad y enfocado en describir, explicar y predecir fenómenos investigados mediante la verificación de hipótesis y la elaboración y comprobación de teorías (Hernández & Mendoza, 2018). También fue de tipo básico, ya que se centró en el conocimiento mismo, dejando de lado la posibilidad de alguna aplicación práctica y se enfocó principalmente en ampliar y profundizar el saber científico respecto a una realidad para obtener generalizaciones cada vez mayores, es decir ampliar un determinado conocimiento a través de leyes y teorías (Cazau, 2006).

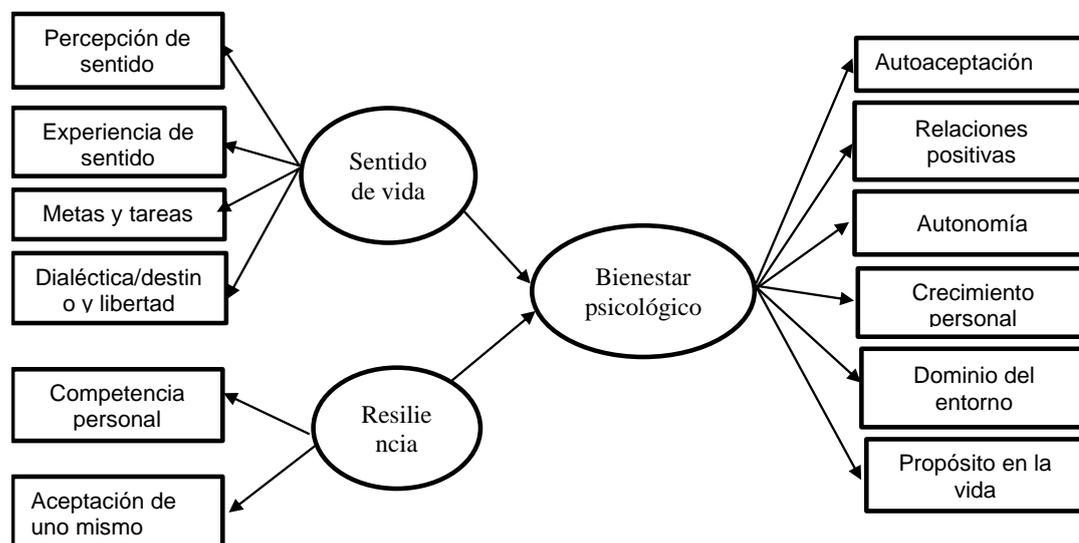
##### **3.1.2 Diseño de investigación**

El presente trabajo de investigación se fundamentó en un diseño no experimental, entendido como aquel estudio realizado sin la manipulación de variables, centrado en observar o medir fenómenos presentes en su contexto o medio natural, asimismo, fue una investigación transversal ya que los datos fueron recopilados únicamente en un momento específico (Hernández & Mendoza, 2018).

Tuvo un alcance explicativo puesto que no se enfocó únicamente en la descripción de variables sino que estuvo centrado en proporcionar una respuesta a las causas de los acontecimientos o eventos, lo cual nos lleva a indicar que también fue un estudio correlacional causal, que estuvo dirigido a describir la asociación presente entre dos o más variables, en algunos casos se da únicamente en términos correlacionales sin precisar sentido de causalidad, sin embargo en esta investigación se analizaron las relaciones y vinculaciones causales entre las variables (Hernández & Mendoza, 2018).

**Figura 1.**

*Modelo explicativo del sentido de vida y resiliencia sobre el bienestar psicológico*



### **3.2. Variables y operacionalización**

#### **Variable independiente 1. Sentido de vida**

Definición conceptual. Se define sentido de vida como el significado de la vida y apunta a la búsqueda de autonomía o libertad de significado, incluso cuando la persona atraviesa situaciones adversas, destacando que debe desarrollar su existencia a partir de un sentido que lo atraiga, a esto también se vincula la motivación para seguir viviendo el día a día, haciendo frente a acontecimientos cotidianos y posibles situaciones inusuales que puedan surgir en la vida (Frankl, 2017 citado por Nunes et al., 2020).

Definición operacional. La variable sentido de vida se evaluó con la adaptación peruana del Purpose in life test (PIL) o más conocido con su nombre en español Test de Sentido de Vida realizado por Huamani & Arias en el 2018, el cual estuvo conformado por cuatro dimensiones, dentro de ellas, experiencia de sentido, percepción de sentido, dialéctica/destino y libertad y por último metas y tareas.

Indicadores. La dimensión percepción de sentido se conforma por los indicadores propósito de vida (ítems 4,6,11,12) y satisfacción con la vida (ítems 9,10,16); por su parte la dimensión experiencia de sentido, estuvo conformado por los indicadores motivación (ítems 1,2,5,9,19) y significado de vida (ítem 17); la

dimensión metas y tareas se evaluó con los indicadores metas (ítems 3,7,8,20) y responsabilidad y compromiso (ítem 13) y finalmente la dimensión dialéctica/destino y libertad se evaluó con los indicadores libertad (ítem 14) y destino (ítems 15,18).

Escala de medición. La escala de medición es ordinal ya que el instrumento proporcionó niveles de sentido de vida, estas escalas se caracterizan por tener las categorías ordenadas en rangos, cada categoría tiene relación posicional con la siguiente categoría, es decir, la escala presenta situaciones escalonadas, por ejemplo si se emplean números estos indican la posición de las categorías establecidas previamente, no obstante, no se asume que la distancia entre la primera categoría y la segunda sea la misma correspondiente a la segunda y tercera (Ochoa, et al., 2018).

### **Variable independiente 2. Resiliencia**

Definición conceptual. La resiliencia es considerada como un elemento y una característica propia de la personalidad que permite enfrentar y moderar de manera más adecuada los efectos del estrés y contribuye a la adaptación del individuo, normalmente se asocia esta característica a aquellas personas que frente a alguna situación abrumadora o adversidad son capaces de adaptarse y recuperar o restablecer el equilibrio en sus vidas y de esta manera evitar los efectos negativos que pueda tener consigo el estrés. (Wagnild & Young, 1993).

Definición operacional. La variable resiliencia fue evaluada por medio de la adaptación peruana de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, realizada por Castilla y colaboradores en el 2015, que estuvo compuesta por dos dimensiones, competencia personal y aceptación de uno mismo, así mismo estuvo conformada por 20 ítems.

Indicadores. La primera dimensión, que implica competencia personal estuvo conformada por los indicadores confianza en sí mismo (ítems 6,8,9,10,14,15,19), perseverancia (ítems 1,2,4,11,12,18) y sentirse bien solo (3,5,16) y la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida, estuvo conformada por los indicadores ecuanimidad (ítem 7) y satisfacción personal (13,17,20).

Escalas de medición. Presenta una esca de medición ordinal

### **Variable dependiente. Bienestar psicológico**

Definición conceptual. El bienestar psicológico se define como una virtud,

puesto que está muy relacionada al logro de la excelencia personal y se da mediante el establecimiento de metas que contribuyen a desarrollar el máximo potencial, vale decir la autorrealización personal, este constructo está relacionado con el crecimiento personal y la práctica de capacidades donde cada persona cumple con determinados indicadores vinculados a un funcionamiento positivo (Ryff, 1989).

**Definición operacional.** Esta variable fue evaluada con la ayuda de la adaptación española de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff realizada por Diaz y colaboradores en el 2006, que estuvo conformada por seis dimensiones, propósito en la vida, la autoaceptación, relaciones positivas con los demás, crecimiento personal, dominio del entorno y la autonomía

**Indicadores.** La dimensión autoaceptación estuvo conformada por los indicadores aceptación de acontecimientos previos (ítem 1) y valoración de uno mismo (ítems 7,17,24), la dimensión relaciones positivas con los demás por los indicadores comunicación y apoyo (ítems 2,8,12) y confianza (ítems 22,25), la dimensión autonomía por los indicadores autoestima (ítems 4,9,23) y emancipación (ítems 3,13,18), la dimensión dominio del entorno por los indicadores influencia sobre el entorno (ítem 10) y control sobre el entorno (ítems 5,14,19,29), la dimensión propósito en la vida por los indicadores motivación (ítems 6,11), satisfacción con la vida (ítems 15,16) y metas y objetivos (ítem 20) y finalmente la dimensión crecimiento personal está conformada por los indicadores desarrollo de potencial (ítem 21) y crecimiento personal (ítems 26,27,28).

**Escalas de medición.** Presenta una escala de medición ordinal.

### **3.3. Población, muestra y muestreo**

#### **3.3.1 Población**

El universo o población es definido como el conjunto o agrupación de todos los casos que comparten una serie de especificadores sobre los cuales se presente estudiar y generalizar los resultados (Chaudhuri, 2018; Lepkowski, 2008b, citados por Hernández & Mendoza, 2018). En este estudio la población se conformó por 219 adultos mayores que se registraron y asistieron a un centro del adulto mayor de Cusco, durante el periodo de enero a junio del 2023, estos se encuentran

distribuidos en seis grupos, según el lugar donde habitan.

**Tabla 1.**

***Distribución de adultos mayores según zona de un centro del adulto mayor de Cusco***

<b>Lugar</b>	<b>Cantidad</b>
Santa Ana	46
Los Inkas	56
Ticatica	68
Picchu Alto	23
Local de Artesanos	22
Ayuda Mutua	4
<b>Total</b>	<b>219</b>

**Criterios de inclusión**

Adultos mayores que se encuentren durante el periodo de aplicación de pruebas.

Adultos mayores que expresen mediante el consentimiento informado, la voluntad a formar parte de la investigación.

**Criterios de exclusión**

Adultos mayores que padezcan de dificultades de audición o visión que les impida responder los cuestionarios.

Adultos mayores que padezcan de alguna alteración mental (Alzheimer o demencia) que les impida responder los cuestionarios.

En la presente investigación se trabajó con un muestreo de tipo censal, es decir, es un estudio en el cual todas las unidades de investigación son consideradas e incluidas en la muestra, de tal forma que la población estudiada pasa a ser denominada censal por ser universo, y al mismo tiempo, población y muestra (Ramírez, 1997 citado por Pizarro & Oseda, 2021), esto debido a que la muestra es pequeña y accesible.

### **3.3.2 Unidad de análisis**

La unidad de análisis esta referida a sobre qué o quiénes se recopilan los datos, pueden ser sucesos, objetos o personas y suelen estar estrictamente ligados al planteamiento del problema, los alcances y diseños del estudio propuesto (Hernández & Mendoza, 2018). En la presente investigación la unidad de análisis estuvo conformada por cada adulto mayor que se registró y asistió a un centro del adulto mayor de Cusco, durante el periodo de enero a junio del 2023.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Las técnicas para la recolección de datos suelen ser diversas, entre ellas se resalta la encuesta, la observación, los grupos focales, entre otros, en ese entender en este estudio se empleó la técnica de la encuesta, la cual se define como un método descriptivo el cual permite identificar ideas, necesidades y preferencias que se dan con el fin de obtener mediciones cuantitativas, de un gran grupo de características objetivas y subjetivas de la población (Torres et al., 2019).

Del mismo modo los instrumentos para la recolección de datos dentro de una investigación pueden ser cuestionarios cerrados, registros de datos, entre otros; en esa misma línea los instrumentos de medición son considerados recursos que emplea todo investigador con la finalidad de registrar datos o información sobre variables que están siendo estudiadas, estas pueden ser cuestionarios o escalas de medición de actitudes, (Hernández & Mendoza, 2018). En ese entender en este estudio se empleó tres instrumentos para la recolección de información.

**Escala de Bienestar Psicológico.** La escala de Bienestar Psicológico fue propuesta por Carol Ryff en 1993 y la adaptación española se fue realizada por Diaz, et al., (2006), está conformada por seis dimensiones (crecimiento personal, relaciones positivas, autoaceptación, dominio del entorno, autonomía y propósito en la vida) y 29 ítems, tiene una escala de respuestas de tipo Likert de seis puntos, en cuanto a la interpretación, puntuaciones altas indican altos niveles de bienestar y puntuaciones bajas implican niveles bajos de bienestar psicológico; la aplicación se puede dar a adolescentes y adultos tanto individual como colectivamente y su aplicación dura 20 minutos aproximadamente.

**Test de Sentido de Vida.** El Test de Sentido de Vida fue creada por Crumbaugh y Maholick en 1964, la traducción al español fue realizada por Noblejas

en 1999 y la adaptación peruana fue realizada por Huamani & Arias (2018), está conformada por cuatro dimensiones (experiencia de sentido, percepción de sentido, dialéctica/destino y libertad y por último metas y tareas) y 20 ítems, tiene una escala de respuestas de tipo Likert de siete puntos, en cuanto a la interpretación, puntuaciones altas indican un sentido de vida con presencia de metas y puntuaciones bajas implican un estado de vacío existencial; la aplicación se da desde los 16 años en adelante, tanto individual como colectivamente y la aplicación dura entre 15 a 30 minutos.

**Escala de resiliencia.** Esta escala es de origen estadounidense y fue propuesta por Wagnild y Young en 1993, la adaptación a la realidad peruana fue realizada por Castilla, et al., (2015) y está conformada por dos dimensiones (aceptación de uno mismo y de la vida y competencia personal) y 20 ítems, tiene una escala de respuestas de tipo Likert de siete puntos, respecto a la interpretación, puntuaciones altas indican niveles altos de resiliencia y puntuaciones bajas implican bajos niveles de resiliencia; la aplicación se da en adolescentes y adultos tanto individual como colectivamente y su aplicación dura entre 25 a 30 minutos.

**Propiedades de validez y confiabilidad.** La validez apunta al grado en el que determinada prueba mide con precisión la variable que pretende evaluar o medir, esto se logra cuando el cuestionario o escala evidencia el concepto abstracto por medio de indicadores empíricos, la validez de un cuestionario o escala se puede lograr a través de la validez de constructo, criterio o de contenido; la confiabilidad por su parte implica el grado en el que determinada prueba proporciona resultados coherentes, es decir, la aplicación del instrumento en repetidas ocasiones a una misma persona proporciona resultados similares (Hernández, et al., 2014 citados por Hernández & Mendoza, 2018).

**Escala de Bienestar Psicológico.** Para determinar la validez de este instrumento se hizo uso de la validez de constructo la cual se logró a través Análisis Factorial Confirmatorio, donde se halló índices de ajustes considerados adecuados,  $X^2=615,76$ ;  $df=345$ ;  $X^2/df= 1,785$ ;  $AIC=788,16$ ;  $CFI=0,95$ ,  $NNFI= 0.94$ ,  $SRMR= 0.05$   $RMSEA =0.04$ , esto permite afirmar que la Escala posee muy buena validez en cuanto a constructo. Respecto a la confiabilidad, esta, se estableció mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach, el cual proporcionó puntuaciones adecuadas en cada dimensión, propósito en la vida (0.70), relaciones positivas (0.78), dominio del

entorno (0.82), crecimiento personal (0.71) autoaceptación (0.84) y autonomía (0.70) (Díaz et al., 2006).

En el presente estudio la validez del instrumento se logró mediante la validez de contenido, para ello se realizó el juicio de expertos (Ver matriz de juicio de expertos en anexo 4) a cinco especialistas, entre ellos el Dr. Jesús Manuel Guerrero Alcedo, el Dr. Juan Sandoval Vilchez, la Mg. Catalina Lazo Chicoma, la Mg. Karla Lisette Milla Diaz y el Dr. Ángel Jhoel Centurion Larrea; teniendo en cuenta tres criterios, claridad, coherencia y relevancia de los ítems, los resultados fueron analizados mediante la V de Aiken, la cual proporcionó un resultado de 1.0 lo cual indica que el instrumento es válido (ver anexo 7). Así mismo se realizó la validez de constructo donde los resultados obtenidos ( $X^2=762$ ;  $DF=320$ ;  $X^2/DF=2.381$ ;  $SRMR=0.093$ ;  $RMSEA=0.080$ ;  $CFI=0.930$ ;  $TLI=0.917$ ;  $IFI=0.930$ ) indicaron una buena validez de constructo.

Para la confiabilidad del instrumento se realizó una prueba piloto con una muestra conformada por 30 adultos mayores, los resultados de la escala total fueron de 0.886 y de 0.900 en cuanto al Alfa de Cronbach y el omega de McDonald respectivamente, acerca de las dimensiones, en la dimensión autoaceptación se obtuvo una puntuación de 0.780 y de 0.811; en la dimensión relaciones positivas fue de 0.728 y de 0.728; en la dimensión autonomía fue de 0.764 y de 0.774; en la dimensión propósito de vida fue de 0.748 y de 0.765 y finalmente en la dimensión crecimiento personal fue de 0.725 y de 0.839 en cuanto al Alfa de Cronbach y el omega de McDonald en cada una de las dimensiones respectivamente, lo cual permitió afirmar que el instrumento es confiable tanto a nivel global como en cada una de sus dimensiones a excepción de la dimensión dominio del entorno donde el Alfa de Cronbach fue 0.698, sin embargo, al aplicar el omega de McDonald se obtuvo un 0.710 lo cual nos permite afirmar que también es confiable (ver anexo 10). Así mismo se determinó la confiabilidad del instrumento con la totalidad de la muestra seleccionada, los resultados de la escala total fueron de 0.879 y de 0.886 en cuanto al Alfa de Cronbach y el omega de McDonald respectivamente, del mismo modo los índices fueron adecuados en cada una de las dimensiones (ver anexo 13).

**Test de Sentido de Vida.** La validez de este test se comprobó a través del análisis de los puntajes del instrumento por medio de la validez de constructo, el

cual se realizó posterior al AFE, los resultados hallados en el test de esfericidad de Bartlett indican que es significativo ( $p < .01$ ) y en cuanto al muestreo se obtuvo un valor de adecuación respecto al muestreo de Kaiser Mayer Olkin (KMO) de 0.953 (cabe resaltar que es necesario un índice superior a 0.50) y un test de esfericidad de Bartlett con un  $p$  valor  $< .01$ , lo que indica que es significativo; igualmente, todos los indicadores se correlacionaron de manera positiva y significativa con el resultado global del cuestionario, en síntesis, los resultados indicaron la existencia de cuatro factores que explican el 56.02% de la varianza total. . Respecto a la confiabilidad se empleó el alfa de Cronbach para cada uno de los cuatro factores del instrumento, este coeficiente de confiabilidad fue de 0.91, lo cual indica que es una medida confiable, en el factor percepción de sentido el de alfa de Cronbach proporcionó un resultado de 0.88, en el factor metas y tareas fue de 0.82, en el factor experiencia de sentido fue de 0.72 y finalmente en la dimensión dialéctica destino / libertad se obtuvo un coeficiente de confiabilidad de 0.71 (Huamani & Arias, 2018).

En el presente estudio la validez del instrumento se logró mediante la validez de contenido, para ello se realizó el juicio de expertos (Ver matriz de juicio de expertos en anexo 5) a cinco especialistas, entre ellos el Dr. Jesús Manuel Guerrero Alcedo, el Dr. Juan Sandoval Vílchez, la Mg Catalina Lazo Chicoma, la Mg. Karla Lisette Milla Diaz y el Dr. Ángel Jhoel Centurion Larrea; teniendo en cuenta tres criterios, claridad, coherencia y relevancia de los ítems, los resultados fueron analizados mediante la V de Aiken, la cual proporcionó un resultado de 1.0 lo cual indica que el instrumento es válido (ver anexo 8). Así mismo se realizó la validez de constructo donde los resultados obtenidos ( $X^2=256$ ;  $DF=158$ ;  $X^2/DF=1.620$ ;  $SRMR=0.075$ ;  $RMSEA:0.053$ ;  $CFI=0.975$ ;  $TLI=0.970$ ;  $IFI=0.975$ ) indicaron una buena validez de constructo.

Para la confiabilidad del instrumento se realizó una prueba piloto con una muestra conformada por 30 adultos mayores, los resultados de la escala total fueron de 0.893 y de 0.915 en cuanto al Alfa de Cronbach y el omega de McDonald respectivamente, acerca de las dimensiones, en la dimensión percepción de sentido se obtuvo una puntuación de 0.760 y de 0.820; en la dimensión experiencia de sentido fue de 0.758 y de 0.781, en la dimensión metas y tareas fue de 0.710 y de 0.740 y finalmente en la dimensión dialéctica y destino fue de 0.708 y 0.757 en

cuanto al Alfa de Cronbach y el omega de McDonald en cada una de las dimensiones respectivamente, lo cual permitió afirmar que el instrumento es confiable tanto a nivel global como en cada una de sus dimensiones (ver anexo 11). Así mismo se determinó la confiabilidad del instrumento con la totalidad de la muestra seleccionada, los resultados de la escala total fueron de 0.862 y de 0.867 en cuanto al Alfa de Cronbach y el omega de McDonald respectivamente, del mismo modo los índices fueron adecuados en cada una de las dimensiones (ver anexo 14).

**Escala de Resiliencia.** Para establecer la validez se realizó un AFE, para ello inicialmente se halló una matriz de correlaciones significativa de  $p < 0.01$ ; un KMO de 0.916 y finalmente se empleó el test de esfericidad de Bartlett que proporcionó resultados significativos  $p < 0.01$ ; de igual forma, se desarrolló el análisis factorial por mínimos cuadrados no ponderados, el factor obtenido permitió explicar el 41.97% de la varianza total del instrumento, en dicho factor las cargas (de los ítems) van variando entre 0.499 y 0.754, valores superiores a 0.3 por tanto estos ítems pueden ser considerados en este factor. Respecto a la confiabilidad de la escala se hizo uso del coeficiente de Alfa de Cronbach, que dio un puntaje total de 0.898 lo cual permite afirmar que es una medida confiable, los intervalos de confianza hallados oscilan entre 0.876 y 0.914 confirmando que este instrumento que mide resiliencia presenta una confiabilidad elevada (Castilla, et al., 2015).

En el presente estudio la validez del instrumento se logró mediante la validez de contenido, para ello se realizó el juicio de expertos (Ver matriz de juicio de expertos en anexo 6) a cinco especialistas, entre ellos el Dr. Jesús Manuel Guerrero Alcedo, el Dr. Juan Sandoval Vílchez, la Mg Catalina Lazo Chicoma, la Mg. Karla Lisette Milla Diaz y el Dr. Ángel Jhoel Centurion Larrea; teniendo en cuenta tres criterios, claridad, coherencia y relevancia de los ítems, los resultados fueron analizados mediante la V de Aiken, la cual proporcionó un resultado de 1.0 lo cual indica que el instrumento es válido (ver anexo 9). Así mismo se realizó la validez de constructo donde los resultados obtenidos ( $X^2=174$ ;  $DF=168$ ;  $X^2/DF=1.036$ ;  $SRMR=0.062$ ;  $RMSEA:0.013$ ;  $CFI=0.999$ ;  $TLI=0.999$ ;  $IFI=0.999$ ) indicaron una buena validez de constructo.

Para la confiabilidad del instrumento se realizó una prueba piloto con una muestra conformada por 30 adultos mayores, los resultados de la escala total

fueron de 0.829 y de 0.865 en cuanto al Alfa de Cronbach y el omega de McDonald respectivamente, acerca de las dimensiones, en la dimensión competencia personal se obtuvo una puntuación de 0.766 y de 0.797 y en la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida fue de 0.705 y 0.773 en cuanto al Alfa de Cronbach y el omega de McDonald en cada una de las dimensiones respectivamente, lo cual permitió afirmar que el instrumento es confiable tanto a nivel global como en cada una de sus dimensiones (ver anexo 12). Del mismo modo se determinó la confiabilidad del instrumento con la totalidad de la muestra seleccionada, los resultados de la escala total fueron de 0.888 y de 0.893 en cuanto al Alfa de Cronbach y el omega de McDonald respectivamente, del mismo modo los índices fueron adecuados en cada una de las dimensiones (ver anexo 15).

### **3.5. Procedimientos**

La recopilación de datos se realizó a través de la aplicación de tres instrumentos psicológicos anteriormente descritos, para ello, inicialmente se presentó una solicitud de permiso a la entidad en la cual se realizó la investigación, luego, se tuvo un primer contacto con la población para determinar y establecer la cantidad exacta de adultos mayores con quienes se iba a trabajar, después se estableció las fechas de aplicación de pruebas, ya que al ser una población un poco grande y considerando las características de la población no era posible hacer la aplicación de los instrumentos únicamente en un día, todo ello, teniendo en cuenta la disponibilidad de tiempo de la institución y de la investigadora. Previo a la aplicación de pruebas se efectuó la validez y confiabilidad de cada instrumento, para la validez se realizó la validez de constructo y la validez de contenido, realizando el juicio de expertos y la confiabilidad del instrumento se logró a través de la aplicación de una prueba piloto, posteriormente se continuó con la aplicación de pruebas, esta, tomando en consideración el consentimiento informado, la aplicación de todas las pruebas duró 30 minutos aproximadamente y se realizó la recopilación de datos durante el periodo de una semana. Una vez recopilados los datos se realizó el análisis de los mismos y se desarrolló los capítulos finales de la investigación que corresponden a los resultados, discusión, recomendaciones y conclusiones.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Para el procesamiento y análisis de datos recopilados se empleó el Excel y

el programa SPSS 25 y Jamovi en su versión 2.3.26, así mismo se empleó tablas de frecuencias y estadísticos descriptivos, para determinar la media, desviación estándar, asimetría estadística y curtosis. La distribución de normalidad se estimó mediante el estadístico de Kolmogorov Smirnov y la normalidad multivariada mediante prueba de Mardia. También se empleó el modelo de ecuaciones estructurales, que es una técnica usada generalmente para el análisis estadístico multivariante, empleado con la finalidad de verificar y contrastar modelos que implican relaciones causales entre variables, es decir con el fin determinar las relaciones y efectos entre las variables propuestas (Ruiz, et al., 2010), donde los índices de ajuste deben cumplir con los siguientes criterios ( $X^2/df \leq 5$ ;  $CFI \geq .90$ ;  $TLI \geq .90$ ;  $IFI \geq .90$ ;  $SRMR \leq .08$ ;  $RMSEA \leq .08$ ).

### **3.7. Aspectos éticos**

En base al Código de Ética y Deontología presentada por el Colegio de Psicólogos del Perú, (2017), se menciona principios éticos básicos que deben estar presentes en toda investigación científica, entre ellos se tomó en consideración, el principio de autonomía, que responde al respeto de los derechos de todo individuo y que este tome sus propias decisiones, por tanto, se concreta en el uso del Consentimiento informado, el cual debe ser comprensivo, competente y voluntario. Otro principio que se tomó en consideración, es el de beneficencia y no maleficencia, que implica la búsqueda del bien y el logro de los máximos beneficios y el no generar ningún tipo de daño a aquellos individuos involucrados en la investigación; por último se consideró el principio de justicia que se vincula a la norma ética de tratar a cada individuo conforme a lo que es moralmente correcto y adecuado, este principio se basa en justicia distributiva, es decir, una distribución equitativa entre beneficios y costos de la participación de la investigación (Castro, et al., 2019).

Del mismo modo, en base al Código de Conducta de la Asociación Estadounidense de Psicología (APA), se establece la confidencialidad de los participantes, la cual fue tomada en cuenta con el fin de garantizar la protección de la información obtenida y su uso estrictamente con fines de investigación, por otro lado, esta investigación se fundamenta en el principio de no plagio, el cual impide la presentación de datos o partes del trabajo ajenos, aun cuando estos estén debidamente citados (APA, 2010; Arriaga, 2022). En esa misma línea, en el Código

de Ética en Investigación de la Universidad Cesar Vallejo (2020), se hace hincapié en la política anti plagio considerando el plagio parcial o total como un delito para lo cual se sugiere citar y referenciar correctamente las fuentes de consulta, esto con el fin de promover la originalidad de las investigaciones.

## **IV. RESULTADOS**

Los resultados describen los hallazgos encontrados en el estudio, estos se enfocan inicialmente en el análisis descriptivo dirigidos a las variables y sus dimensiones mediante frecuencias y porcentajes, así mismo se realizó el análisis inferencial para establecer la influencia de aquellas variables independientes sobre la variable dependiente y se detalla el modelo de ecuaciones estructurales empleado.

### **4.1 Análisis descriptivo**

En la tabla 2, se observan los estadísticos descriptivos de las variables consideradas en el presente estudio, así, respecto a la variable bienestar psicológico su media a nivel global fue de 124 y entre 17.8 (Relaciones positivas) y 23.5 (Autonomía) respecto a sus dimensiones. Los valores de asimetría oscilaron entre -0.1903 (Autoaceptación) y 0.1774 (Autonomía) y los coeficientes de curtosis oscilaron entre -0.7589 (Autonomía) y 1.18251 (Autoaceptación). En cuanto a la variable sentido de vida su media a nivel global fue de 98.8 y entre 15.5 (Dialéctica y destino) y 34.9 (Percepción de sentido) respecto a sus dimensiones. Los valores de asimetría oscilaron entre -0.5249 (Dialéctica y destino) y -0.1559 (Experiencia de sentido) y los coeficientes de curtosis oscilaron entre -0.55696 (Experiencia de sentido) y -0.13808 (Metas y tareas). Finalmente, respecto a la variable resiliencia su media a nivel global fue de 112.1 y 22.7 (Aceptación de uno mismo y de la vida) y 89.4 (Competencia personal) en sus dimensiones. Los valores de asimetría fueron -1.1138 (Competencia personal) y -0.8640 (Aceptación de uno mismo y de la vida) y los coeficientes de curtosis oscilaron entre 0.31380 (Aceptación de uno mismo y de la vida) y 1.54879 (Competencia personal).

**Tabla 2.*****Estadísticos descriptivos de las variables de estudio***

<b>Variabes/ dimensiones</b>	<b>M</b>	<b>DE</b>	<b>M-M</b>	<b>As</b>	<b>Ku</b>
<b>Bienestar psicológico</b>	124.0	21.38	60-174	-0.1758	-0.08675
Autoaceptación	19.6	4.05	4-24	-1.1903	1.18251
Relaciones positivas	17.8	5.88	5-30	0.1750	-0.71307
Autonomía	23.5	6.33	8-36	0.1774	-0.75887
Dominio del entorno	21.1	4.33	10-30	-0.0776	-0.43203
Propósito de vida	23.3	5.34	7-30	-0.8242	0.10853
Crecimiento personal	18.6	3.84	8-24	-0.5899	-0.00306
<b>Sentido de vida</b>	98.8	20.50	33-140	-0.2841	-0.13833
Percepción de sentido	34.9	8.22	11-49	-0.4436	-0.33815
Experiencia de sentido	23.0	6.64	5-35	-0.1559	-0.55696
Metas y tareas	25.4	6.25	8-35	-0.5033	-0.13808
Dialéctica y destino	15.5	3.84	3-21	-0.5249	-0.14066
<b>Resiliencia</b>	112.1	19.10	45-140	-1.0968	1.50700
Competencia personal	89.4	15.98	35-112	-1.1138	1.54879
Aceptación de uno mismo y de la vida	22.7	4.33	9-28	-0.8640	0.31380

**Nota:** M: Media; DE: Desviación Estandar; M-M: Mínimo y Máximo; As: Asimetría; Ku: Curtosis

En la tabla 3 se evidencia que los adultos mayores presentaron niveles medios de bienestar psicológico a nivel general (54,3%), y en cada una de sus dimensiones, Autoaceptación (59.8%), Relaciones positivas (50.2%), Autonomía (44.7%), Dominio del entorno (50.2%), Propósito de vida (54.3%), Crecimiento personal (56.6%).

**Tabla 3.*****Frecuencia de los niveles de Bienestar psicológico***

<b>Variables</b>	<b>Alto</b>		<b>Medio</b>		<b>Bajo</b>	
	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Autoaceptación	39	17.8	131	59.8	49	22.4
Relaciones positivas	52	23.7	110	50.2	57	26.0
Autonomía	56	25.6	98	44.7	65	29.7
Dominio del entorno	54	24.7	110	50.2	55	25.1
Propósito de vida	50	22.8	119	54.3	50	22.8
Crecimiento personal	41	18.7	124	56.6	54	24.7
Escala total	51	23.3	119	54.3	49	22.4

**Nota:** f: frecuencia absoluta

En la tabla 4 se observa que los adultos mayores presentaron niveles altos de sentido vida en la escala total (36.5%). Por su parte en cada una de las dimensiones se observa una predominancia de niveles medios, Percepción de sentido (54.3%), Experiencia de sentido (49.8%), Metas y tareas (52.5%) y Dialéctica y destino (48.4%).

**Tabla 4.*****Frecuencia de los niveles de Sentido de vida***

<b>Variables</b>	<b>Alto</b>		<b>Medio</b>		<b>Bajo</b>	
	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Percepción de sentido	51	23.3	119	54.3	49	22.4
Experiencia de sentido	49	22.4	102	49.8	61	27.9
Metas y tareas	48	21.9	115	52.5	56	25.6
Dialéctica y destino	50	22.8	106	48.4	63	28.8
Escala total	80	36.5	66	30.1	73	33.3

**Nota:** f: frecuencia absoluta

En la tabla 5 se evidencia los niveles de resiliencia presentes en los adultos mayores, así se observa una prevalencia de niveles medios tanto en la escala total (55.7%) como en cada una de las dimensiones Aceptación de uno mismo y de la

vida (57.5%) y Competencia personal (54.8%).

**Tabla 5.**

***Frecuencia de los niveles de Resiliencia***

<b>Variables</b>	<b>Alto</b>		<b>Medio</b>		<b>Bajo</b>	
	<b>F</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Competencia personal	56	25.6	120	54.8	43	19.6
Aceptación de uno mismo y de la vida	46	21.0	126	57.5	47	21.5
Escala total	54	24.7	122	55.7	43	19.6

**Nota:** f: frecuencia absoluta

## **4.2 Análisis inferencial**

### **4.2.1 Comprobación de supuesto**

Para realizar el análisis de los hallazgos con el modelo de ecuaciones estructurales se estableció los supuestos de normalidad univariada y multivariada. Los resultados de asimetría y curtosis con valores dentro del parámetro  $\pm 1.5$  implican que se cumple con el supuesto de normalidad, en las variables sentido de vida con un valor de asimetría de -0.28 y curtosis de -0.14 y bienestar psicológico con un valor de asimetría de -0.18 y curtosis de -0.09 se cumple con este supuesto, sin embargo, en la variable resiliencia (con un valor de asimetría=-1.09) el valor de curtosis (1.51) supera el índice de normalidad por tanto no tiene una distribución normal de los datos (Pérez & Medrano, 2012 citados por Sánchez et al., 2021).

Así mismo, en la tabla 6 se observa que para determinar la normalidad univariada, en base a la muestra que fue superior a 50 (219 adultos mayores), también se aplicó la prueba de Kolmogorov Smirnov, mediante la cual se estableció que dos variables (Bienestar psicológico y Sentido de vida) siguen o mantienen una distribución normal con p-valor  $>0.05$  y la variable Resiliencia no cumple con el supuesto de normalidad dado que p-valor es  $<0.05$ ; en relación a ello se empleó una prueba no paramétrica, Rho de Spearman, para evaluar la correlación de existente entre variables (Flores, et al., 2017).

**Tabla 6.****Resultados de normalidad univariada mediante la Prueba de Kolmogorov****Smirnov**

	<b>Estadístico</b>	<b>gl</b>	<b>Significancia</b>
Bienestar psicológico	,036	219	,200*
Resiliencia	,091	219	,000
Sentido de vida	,039	219	,200*

**Nota:** gl: grados de libertad

En la tabla 7 se muestra el valor de la normalidad multivariada calculada mediante la prueba de Mardia, teniendo en cuenta los índices de normalidad los valores deben ser menores a  $p(p+2)$ , donde  $p$  es el número de todas aquellas variables observadas en el modelo, es decir este valor debe ser menor a 168 para afirmar que existe normalidad (Bollen, 1989 citado por Calleja et al., 2022). El coeficiente de Mardia arrojó un valor de 11.1, mostrando la normalidad multivariada de los datos. En relación a ello se optó trabajar con el modelo de máxima verosimilitud robusta ya que esta requiere que se cumpla con el supuesto de normalidad multivariada; en cuanto a la normalidad univariada, dos variables mantienen una distribución normal y una de ellas no cumple con este supuesto; sin embargo, este modelo frente a pequeñas desviaciones continúa siendo consistente (Muthen, 1993 citado por Manzano, 2018).

**Tabla 7.****Resultados de normalidad multivariada mediante la Prueba de Mardia**

	<b>Coeficiente</b>	<b>z</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>df</b>	<b>p</b>
Asimetría	21.0		768	364	< .001
Curtosis	195.4	11.1			< .001

**Nota:** z: distribución normal;  $\chi^2$ : chi cuadrado; p: valor de significancia

En la tabla 8 se observa la matriz de correlaciones realizada mediante la prueba Rho de Spearman, donde se evidenció la existencia de correlación entre variables y dimensiones de estudio ya que en todos los casos se mostró un p valor  $< 0.05$  lo cual indica significancia estadística. Esta correlación se emplea para determinar el supuesto de multicolinealidad, que hace referencia a las correlaciones fuertes que pueden existir entre las variables independientes, generalmente se considera que valores iguales o mayores a 0.9 implican multicolinealidad (Kleinbaum, et al., 1988 citados por Méndez, et al., 2014). Referente a ello, en el presente estudio los valores de correlación son menores a 0.9, por tanto, no se presentó multicolinealidad.

**Tabla 8.**

**Matriz de Correlaciones Rho de Spearman entre las variables incluidas en el estudio**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1.SV	—														
2.SV_PS	0.848 ***	—													
3.SV_ES	0.854 ***	0.611 ***	—												
4.SV_MT	0.857 ***	0.632 ***	0.667 ***	—											
5.SV_DL	0.603 ***	0.346 ***	0.462 ***	0.447 ***	—										
6.RS	0.696 ***	0.617 ***	0.563 ***	0.615 ***	0.478 ***	—									
7.RS_CP	0.668 ***	0.592 ***	0.533 ***	0.592 ***	0.475 ***	0.98 ***	—								
8.RS_AU	0.603 ***	0.541 ***	0.499 ***	0.534 ***	0.378 ***	0.763 ***	0.631 ***	—							
9.BP	0.666 ***	0.57 ***	0.601 ***	0.556 ***	0.443 ***	0.59 ***	0.565 ***	0.521 ***	—						
10.BP_A	0.55 ***	0.535 ***	0.502 ***	0.414 ***	0.36 ***	0.516 ***	0.491 ***	0.456 ***	0.678 ***	—					
11.BP_R	0.438 ***	0.36 ***	0.466 ***	0.364 ***	0.209 **	0.366 ***	0.356 ***	0.274 ***	0.678 ***	0.297 ***	—				
12.BP_N	0.374 ***	0.3 ***	0.344 ***	0.274 ***	0.327 ***	0.286 ***	0.262 ***	0.301 ***	0.691 ***	0.314 ***	0.357 ***	—			
13.BP_D	0.521 ***	0.414 ***	0.431 ***	0.502 ***	0.354 ***	0.433 ***	0.423 ***	0.368 ***	0.723 ***	0.42 ***	0.395 ***	0.42 ***	—		
14.BP_P	0.59 ***	0.552 ***	0.502 ***	0.485 ***	0.406 ***	0.557 ***	0.538 ***	0.474 ***	0.761 ***	0.638 ***	0.408** *	0.341 ***	0.474 ***	—	
15.BP_C	0.52 ***	0.41 ***	0.409 ***	0.475 ***	0.415 ***	0.503 ***	0.465 ***	0.519 ***	0.683 ***	0.433 ***	0.336** *	0.39 ***	0.486 ***	0.485 ***	—

**Nota.** \* p < .05; \*\* p < .01; \*\*\* p < .001; SV=Sentido de vida; SV\_PS=Percepción de Sentido; SV\_ES=Experiencia de Sentido; SV\_MT=Metas y Tareas; SV\_DL=Dialéctica y Destino; RS=Resiliencia; RS\_CP=Competencia Personal; RS\_AU=Aceptación de Uno mismo y de la Vida; BP=Bienestar psicológico; BP\_A=Autoaceptación; BP\_R=Relaciones Positivas; BP\_N=Autonomía; BP\_D=Dominio del Entorno; BP\_P=Propósito de Vida; BP\_C=Crecimiento Personal.

#### **4.2.2 Hipótesis general**

Hi: Existe influencia del sentido de vida y la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023

H0: No existe influencia del sentido de vida y la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023

En la tabla 9 se muestra el modelo de estructural donde se evidencia una asociación significativa ( $p < 0.012$ ) moderada y positiva entre la variable sentido de vida y la variable bienestar psicológico, de igual forma se encontró una influencia moderada positiva (0.476) y significativa ( $p < 0.005$ ) entre las variables resiliencia y bienestar psicológico, lo que indica que un alto sentido de vida y una mayor resiliencia se asocian con un mayor bienestar psicológico en los adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, esto nos lleva a aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula.

**Tabla 9.**

***Coefficientes estandarizados de las variables latentes y observadas del modelo estructural***

<b>Dependiente</b>	<b>Independiente</b>	<b>Coefficiente</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>S.E</b>	<b>P. Valor</b>
Bienestar psicológico	Sentido de vida	0.194	0.422	0.0771	0.012
Bienestar psicológico	Resiliencia	0.104	0.476	0.0368	0.005
<b>Latentes</b>	<b>Observadas</b>				
Sentido de vida	Percepción de sentido	1.000	0.790	0.0000	
Sentido de vida	Experiencia de sentido	0.804	0.787	0.0602	< .001
Sentido de vida	Metas y tareas	0.792	0.822	0.0539	< .001
Sentido de vida	Dialéctica y destino	0.317	0.536	0.0361	< .001
Resiliencia	Competencia personal	1.000	0.855	0.0000	
Resiliencia	Aceptación de uno mismo y de la vida	0.243	0.767	0.0190	< .001
Bienestar psicológico	Autoaceptación	1.000	0.736	0.0000	
Bienestar psicológico	Relaciones positivas	1.032	0.523	0.1358	< .001
Bienestar psicológico	Autonomía	1.004	0.473	0.1610	< .001
Bienestar psicológico	Dominio del entorno	0.975	0.670	0.1144	< .001
Bienestar psicológico	Propósito de vida	1.430	0.798	0.1111	< .001
Bienestar psicológico	Crecimiento personal	0.909	0.704	0.0825	< .001

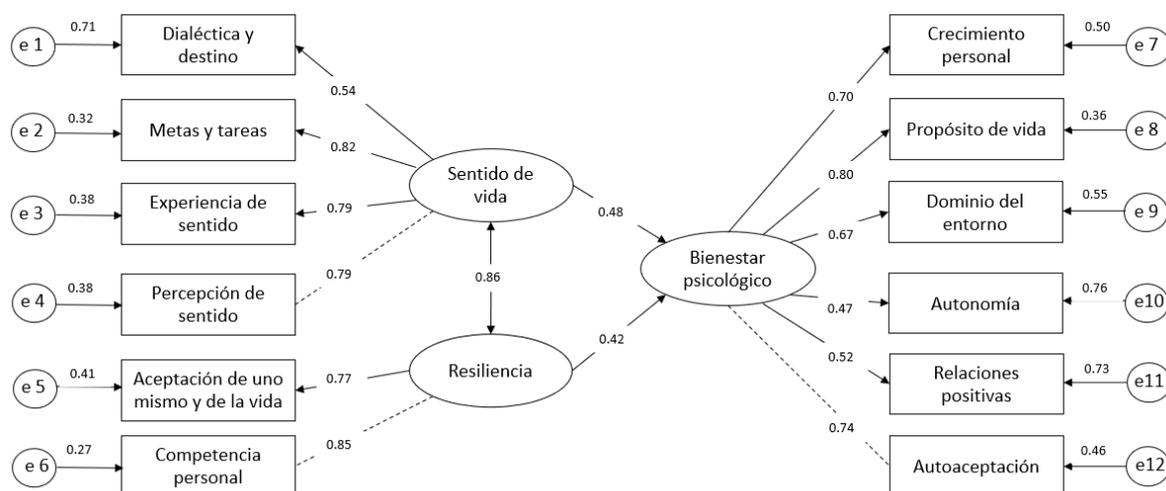
**Nota:**  $\beta$ : Coeficiente estandarizado; S.E.: Error estándar de la regresión

En la figura 2 se muestra una influencia moderada positiva con un coeficiente estandarizado de  $\beta = 0.42$  entre la variable sentido de vida y la variable bienestar psicológico, de igual forma se encontró una influencia moderada positiva con coeficiente estandarizado de 0.48 entre resiliencia y bienestar psicológico, en ambos casos significativo con un p valor <0.05. Así mismo se evidenció una

covarianza entre ambas variables con un valor de 0.86 lo que indica una asociación significativa entre sentido de vida y resiliencia con un p valor <0.001, cabe resaltar que esta relación no es causal.

**Figura 2.**

*Asociación entre las variables independientes y la variable dependiente según el modelo SEM*



Continuando con el análisis, es de suma importancia enfocarse en los índices de medidas de bondad de ajuste para establecer la validez del modelo empleado, así en la tabla 10 se observa el valor de la razón  $X^2/df$  que es 2.269 el cual es menor a 5, asimismo en los índices de ajuste incremental, el índice de Tucker Lewis (TLI) es de 0.932, el índice de ajuste comparativo (CFI) es de 0.948 y el valor de IFI es 0.948, valores aceptables dado que son superiores a 0.9 lo cual indica un buen ajuste. Por otro parte, la raíz cuadrada media del error de aproximación (RMSEA) es de 0.076 y la raíz cuadrada de la media de residuos cuadrados (SRMR) es de 0.045, ambos valores son menores a 0.08 por tanto se concluye un buen ajuste del modelo dado que se cumplen con los estándares establecidos.

**Tabla 10.**

***Índices de medidas de bondad de ajuste***

<b>Medida</b>	<b>Resultado</b>	<b>Valores aceptables</b>
X <sup>2</sup>	115.7	
df	51	
X <sup>2</sup> /df	2.269	≤5
CFI	0.948	≥.90
TLI	0.932	≥.90
IFI	0.948	≥.90
SRMR	0.045	≤.08
RMSEA	0.076	≤.08

**Nota:**  $\chi^2$ :chi cuadrado; CFI: Índice de ajuste comparativo; TLI: Índice de Tucker lewis; IFI: Índice de ajuste incremental de Bollen; SRMR: Covarianza residual estandarizada de la muestra; RMSEA: Raíz cuadrada del error cuadrático medio

**4.2.3 Hipótesis específica 1**

H1. Existe influencia del sentido de vida sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco.

H0: No existe influencia del sentido de vida sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco.

Del mismo modo en la tabla 11 se muestra el modelo de estructural donde se evidencia una asociación significativa ( $p < 0.001$ ) alta y positiva entre la variable sentido de vida y la variable bienestar psicológico, lo que indica que un alto sentido de vida se vincula con un mayor bienestar psicológico en los adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, esto nos lleva a aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula.

**Tabla 11.**

***Coefficientes estandarizados de las variables latentes y observadas del modelo estructural***

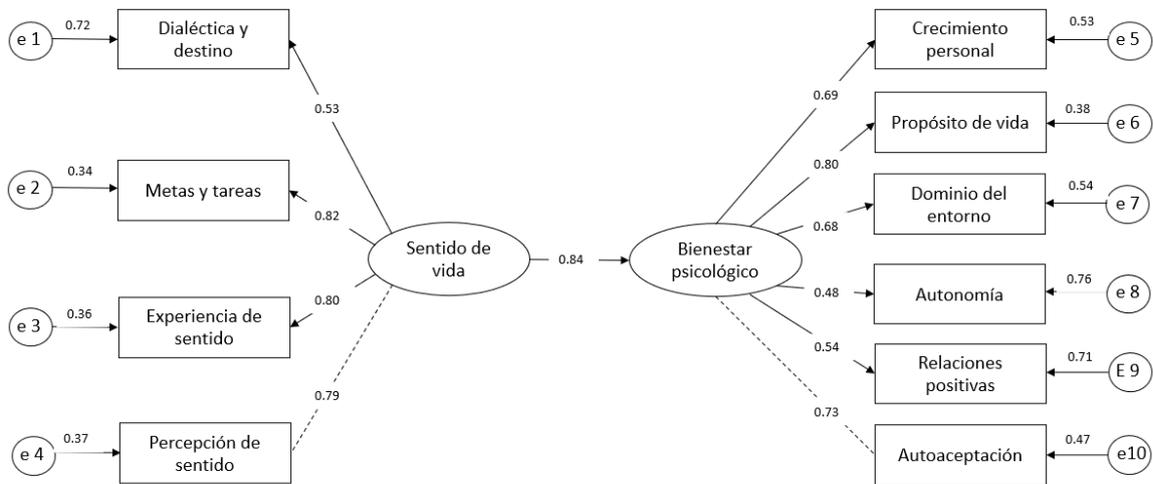
<b>Dependiente</b>	<b>Independiente</b>	<b>Coefficiente</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>S.E</b>	<b>P. Valor</b>
Bienestar psicológico	Sentido de vida	0.379	0.835	0.0443	< .001
<b>Latentes</b>	<b>Observadas</b>				
Sentido de vida	Percepción de sentido	1.000	0.791	0.0000	
Sentido de vida	Experiencia de sentido	0.814	0.797	0.0629	< .001
Sentido de vida	Metas y tareas	0.784	0.815	0.0554	< .001
Sentido de vida	Dialéctica y destino	0.312	0.528	0.0362	< .001
Bienestar psicológico	Autoaceptación	1.000	0.730	0.0000	
Bienestar psicológico	Relaciones positivas	1.069	0.537	0.1413	< .001
Bienestar psicológico	Autonomía	1.039	0.485	0.1695	< .001
Bienestar psicológico	Dominio del entorno	0.997	0.679	0.1158	< .001
Bienestar psicológico	Propósito de vida	1.440	0.797	0.1104	< .001
Bienestar psicológico	Crecimiento personal	0.897	0.689	0.0837	< .001

**Nota:**  $\beta$ : Coeficiente estandarizado; S.E.: Error estándar de la regresión

En la figura 3 se muestra una influencia alta y positiva con un coeficiente estandarizado de  $\beta = 0.84$  entre las variables sentido de vida y el bienestar psicológico, esta asociación de causalidad es significativa con un p valor <0.05.

**Figura 3.**

*Asociación entre sentido de vida y bienestar psicológico según el modelo SEM*



En la tabla 12 se muestran los indicadores de ajuste para establecer la validez del modelo empleado, donde el valor de la razón  $X^2/df$  es de 2.765 el cual es menor a 5, asimismo el valor de TLI es de 0.914, el valor de CFI es de 0.935 y el valor de IFI es 0.936, valores aceptables dado que son superiores a 0.9 lo cual indica un buen ajuste. Por otro parte, el valor de SRMR es de 0.047, valor menor a 0.08 y el RMSEA es de 0.090 y para ser considerado un modelo aceptable este valor debe ser de menor a 0.08, sin embargo, se puede considerar un buen ajuste del modelo puesto que los otros indicadores si cumplen con los estándares establecidos.

**Tabla 12.**

***Índices de medidas de bondad de ajuste***

<b>Medida</b>	<b>Resultado</b>	<b>Valores aceptables</b>
X <sup>2</sup>	94.0	
df	34	
X <sup>2</sup> /df	2.765	≤5
CFI	0.935	≥.90
TLI	0.914	≥.90
IFI	0.936	≥.90
SRMR	0.047	≤.08
RMSEA	0.090	≤.08

**4.2.4 Hipótesis específica 2**

H2: Existe influencia de la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco.

H0: No existe influencia de la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco.

Por último, en la tabla 13 se muestra el modelo de estructural donde se evidencia una influencia alta positiva y significativa ( $p < 0.001$ ) entre resiliencia y bienestar psicológico, lo que indica que una mayor resiliencia se vincula con un mayor bienestar psicológico en los adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, esto nos lleva a aceptar la hipótesis alternativa y rechazar la hipótesis nula.

**Tabla 13.**

***Coefficientes estandarizados de las variables latentes y observadas del modelo estructural***

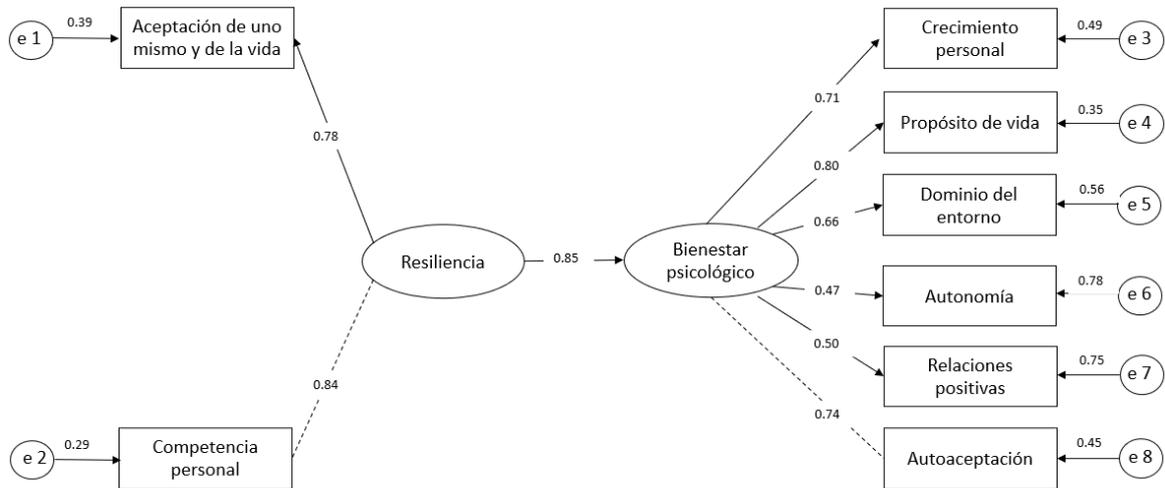
<b>Dependiente</b>	<b>Independiente</b>	<b>Coefficiente</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>S.E</b>	<b>P. Valor</b>
Bienestar psicológico	Resiliencia	0.189	0.845	0.0208	< .001
<b>Latentes</b>	<b>Observadas</b>				
Resiliencia	Competencia personal	1.000	0.841	0.0000	
Resiliencia	Aceptación de uno mismo y de la vida	0.251	0.780	0.0212	< .001
Bienestar psicológico	Autoaceptación	1.000	0.741	0.0000	
Bienestar psicológico	Relaciones positivas	0.986	0.503	0.1342	< .001
Bienestar psicológico	Autonomía	0.983	0.466	0.1581	< .001
Bienestar psicológico	Dominio del entorno	0.954	0.661	0.1158	< .001
Bienestar psicológico	Propósito de vida	1.432	0.805	0.1200	< .001
Bienestar psicológico	Crecimiento personal	0.911	0.711	0.0860	< .001

**Nota:**  $\beta$ : Coeficiente estandarizado; S.E.: Error estándar de la regresión

En figura 4 se muestra una influencia alta y positiva con un coeficiente estandarizado de  $\beta = 0.85$  entre las variables sentido de vida y el bienestar psicológico, esta asociación de causalidad es significativa con un p valor <0.05.

**Figura 4.**

***Asociación entre resiliencia y bienestar psicológico según el modelo SEM***



En la tabla 14 se muestran los indicadores de ajuste para establecer la validez del modelo empleado, donde el valor de la razón  $X^2/df$  es de 2.516 el cual es menor a 5, asimismo el valor de TLI es de 0.937, el CFI es de 0.958 y el valor de IFI es 0.958, valores aceptables dado que son superiores a 0.9 lo cual indica un buen ajuste. Por otro lado el valor de SRMR es de 0.043, valor menor a 0.08 y el valor de RMSEA es de 0.083 y para ser considerado un modelo aceptable este valor debe ser de menor a 0.08, sin embargo, se puede considerar un buen ajuste del modelo puesto que los otros indicadores si cumplen con los estándares establecidos.

**Tabla 14.**

***Índices de medidas de bondad de ajuste***

<b>Medida</b>	<b>Resultado</b>	<b>Valores aceptables</b>
X <sup>2</sup>	47.8	
df	19	
X <sup>2</sup> /df	2.516	≤5
CFI	0.958	≥.90
TLI	0.937	≥.90
IFI	0.958	≥.90
SRMR	0.043	≤.08
RMSEA	0.083	≤.08

## V. DISCUSIÓN

Los resultados alcanzados indicaron que el 54,3% de los adultos mayores muestran niveles medios de bienestar psicológico a nivel general y en cada una de sus dimensiones, Autoaceptación (59.8%), Relaciones positivas (50.2%), Autonomía (44.7%), Dominio del entorno (50.2%) y Propósito de vida (54.3%), Crecimiento personal (56.6%). Esto concuerda con Góngora y Castro (2018) que señalan que en Latinoamérica el 59.3 % de los adultos mayores presenta niveles moderados de salud mental cuyo principal componente es el bienestar psicológico.

Igualmente, guarda relación con lo establecido por Mayordomo, (2016) quien señala que en diversos estudios se demuestra una ligera disminución de los índices de bienestar psicológico en este grupo etario a comparación de jóvenes y adultos, lo que justifica los índices medios de bienestar psicológico, no obstante, existen algunas capacidades que se van potenciando como la autonomía y sobre todo el dominio del entorno, es decir los adultos mayores potencian su capacidad para generar y escoger entornos que les permiten satisfacer necesidades y de esta forma tienen mayor capacidad para influir en su medio, lo que les proporciona mayor control sobre este y de igual forma incrementa la confianza en sí mismos.

Por otro lado, se observó que el 36.5%, de los adultos mayores presentó nivel alto de sentido de vida en la escala total. Esto supone que un tercio de los adultos mayores logran un significado en su vida, son capaces de encontrar un soporte interno a su existencia y mantienen un sentido de autorrealización; con tendencia a metas claras (Ortiz et al., 2021). Además, se resalta en toda la población el 54.3% con 119 adultos mayores quienes presentaron un nivel medio de la dimensión percepción de sentido, que indica que el adulto mayor le da una buena apreciación a su vida y que presenta razones y motivos para vivir su propia vida (Noblejas, 1999).

Respecto a los niveles de resiliencia se observó una prevalencia de niveles medios en la escala total de resiliencia (55.7%) y en sus dimensiones: Aceptación de uno mismo y de la vida (57.5%) y Competencia personal (54.8%). Que podría estar relacionado a ciertas características del estilo de vida del adulto mayor y se resalta el papel que juega la familia o pareja ya que esto aporta y proporciona una mayor resiliencia, estabilidad y bienestar, así como la presencia o ausencia de

enfermedades crónicas que también influyen en los niveles de resiliencia (Wagnild & Young, 1993; Ortiz et al., 2021).

Además de esto, respecto al objetivo e hipótesis general, en la presente investigación se evidenció una influencia moderada positiva (0.422) y significativa ( $p < 0.012$ ) entre la variable sentido de vida y la variable bienestar psicológico y una influencia moderada positiva (0.476) y significativa ( $p < 0.005$ ) entre resiliencia y bienestar psicológico, lo que indica que un alto sentido de vida y una mayor resiliencia influyen en un mayor bienestar psicológico en los adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco.

Así mismo se mostró una covarianza entre sentido de vida y resiliencia con un valor de 0.86 que indica la presencia de una asociación significativa entre ambas variables con un  $p$  valor  $< 0.001$ , cabe resaltar que esta relación no es causal, estas aseveraciones concuerdan con Mohseni, et al. (2019), quienes realizaron un estudio sobre 300 adultos mayores de 60 años y demostraron una relación significativa y positiva entre el sentido de vida y la resiliencia ( $r = 0.38$ ,  $p = 0.012$ ), esto supone que a mayor nivel de sentido de vida existen mayores niveles de resiliencia, lo cual aporta a una creciente literatura y teorías que sugieren que contar con un significado de vida global crea resiliencia a los factores estresantes y promueve resiliencia frente a eventos traumáticos a través de la inhibición de la incertidumbre y la angustia concomitante (Ostafin & Proulx, 2020).

Por otro lado, en función a la primera hipótesis específica se evidenció una asociación alta positiva (0.835) y significativa ( $p < 0.001$ ) entre la variable sentido de vida y la variable bienestar psicológico, lo que indica que un alto sentido de vida se asocia con un mayor bienestar psicológico; este hallazgo se relaciona con lo descrito por García et al. (2018), quienes ejecutaron un estudio sobre una muestra conformada por 333 adultos emergentes, donde en base al coeficiente de correlación de Spearman probaron la presencia de una relación significativa entre las variables bienestar psicológico y sentido de vida, tanto a nivel global como entre dimensiones, con un  $p$  valor de  $< 0.01$  con una valoración baja en la dimensión relaciones positivas ( $Z = 2.09$ ), con valores moderados para las dimensiones de dominio ambiental ( $Z = 1.55$ ) y crecimiento personal ( $Z = 1.96$ ) y con valores altos para las dimensiones de propósito vital ( $Z = 2.17$ ), autoaceptación ( $Z = 2.15$ ), y bienestar psicológico global, de igual forma, con el test de Levene, la

correlación fue significativa ( $p < .05$ ) entre sentido de vida y la dimensión crecimiento personal (3.89) y la dimensión autonomía (3.33).

Sin embargo, es importante resaltar que estos resultados se dan en poblaciones distintas, una en adultos mayores y otra en adultos emergentes y según la teoría una persona conforme va envejeciendo, disminuye su nivel de bienestar psicológico y sentido de vida, ello debido a cambios morfológicos, funcionales y psicológicos propios de la edad que pueden alterar el bienestar psicológico y el establecimiento de metas y propósitos de vida (Marín 2003, citado por Álvarez et al., 2020) del mismo modo, esto también coincide con lo señalado por Pourebrahim & Rosoli (2019), quienes señalan que la edad adulta está vinculada a diversos cambios que sugieren adaptabilidad por tanto se evidencia que una mayor edad conduce a una disminución del sentido de vida y del bienestar psicológico.

Por otro lado, algunas capacidades también se logran potenciar en los adultos mayores como la autonomía y sobre todo el dominio del entorno, en otras palabras, potencian su capacidad para generar y escoger entornos que les permitan satisfacer sus necesidades y de esta forma tienen mayor capacidad para influir en su medio, lo que les proporciona mayor control sobre este y de igual forma incrementa la confianza en sí mismos (Mayordomo, 2016; Ryff, 2023); en síntesis, la asociación entre estas variables se mantiene sin importar el grupo etario dado que se sigue observando tal relación y vínculo entre dichas variables.

Todo ello refuerza el marco teórico existente sobre el bienestar psicológico que considera que el sentido de vida es un elemento esencial de la felicidad ya que este se vincula a experiencias e intensas emociones positivas y vitalidad, donde el sentirse bien permite que la persona pueda disfrutar de la vida con mayor facilidad y tener un mejor ajuste a la vida, por tanto aquellos individuos quienes encuentran un sentido a su vida pueden expresar de mejor forma sus pensamientos, sentimientos y tienen opiniones más positivas sobre sí mismos lo que contribuye a niveles más altos de autoestima y autoaceptación, elementos del bienestar psicológico (Sterger, 2017).

Además se señala que el sentido de vida contribuye a adecuados índices de bienestar psicológico y vitalidad en personas de la tercera edad y se afirma que esto podría disminuir el riesgo de mortalidad en esta población, esto debido a que

el sentido de vida facilita el desarrollo de procesos de afrontamiento ante situaciones que generan estrés, además, el sentido de vida contribuye a mantener el nivel psíquico e intelectual lo cual permite que el adulto mayor pueda preservarse de las enfermedades (Molina, 2021; Haewon, 2017).

Igualmente, en base al segundo objetivo específico se demostró una asociación alta positiva (0.845) y significativa ( $p < 0.001$ ) entre resiliencia y bienestar psicológico, lo que supone que una mayor resiliencia se asocia con un mayor bienestar psicológico, resultado que se asemeja a lo mencionado por Guil et al. (2018), quienes desarrollaron una investigación sobre una muestra de 30 mujeres, los hallazgos refieren que dos dimensiones pertenecientes a la escala de resiliencia, entre ellas ecuanimidad, confianza y la media de resiliencia total explican cuatro dimensiones de la prueba de bienestar psicológico; la confianza y la ecuanimidad ( $\beta$  positivo de 0.543 y 0.247 respectivamente) explican un 51.2% de la dimensión autoaceptación; la dimensión confianza explica un 67.6% de la dimensión propósito en la vida ( $\beta = 0.822$ ) y un 13.5% de la dimensión relaciones positivas ( $\beta = 0.368$ ) y por último, el 22.4% de la dimensión autonomía es explicada por la media total de resiliencia. Se concluye que la media total de resiliencia y sus dimensiones muestran correlaciones estadísticamente significativas y positivas con algunas de las dimensiones presentes en la prueba de bienestar psicológico ( $p < 0.05$ ).

Del mismo modo estos hallazgos se asemejan a lo señalado por Qi et al. (2022), quienes ejecutaron un estudio sobre una muestra de 398 adultos mayores chinos que residían en Honolulu, mostrando que la resiliencia se asoció con niveles muy bajos de angustia psicológica y niveles más altos de bienestar psicológico (con un  $p$  valor  $< 0.05$ ), concluyendo que hay una asociación significativa entre bienestar psicológico y resiliencia. Además, se asemejan a los resultados obtenidos por Piña (2017), quien realizó un estudio correlacional realizado sobre una muestra de 350 estudiantes universitarios, donde los hallazgos indican que existe una correlación alta positiva ( $r = 0.506^{***}$ ,  $P < 0.001$ ) entre bienestar psicológico y resiliencia, así mismo el puntaje total de resiliencia explica un 25,6% del bienestar psicológico con un nivel de significancia de  $p = 0.05$ . En síntesis, se observa una asociación significativa entre las variables bienestar psicológico y resiliencia.

Por consiguiente, estos resultados contribuyen a investigaciones que

sugieren que las emociones positivas promueven una mayor resiliencia dado que facilitan un pensamiento más flexible, lo cual permite el afrontamiento adaptativo y la prevalencia de las relaciones sociales, así como del bienestar psicológico, por tanto, se afirma que la resiliencia puede predecir directamente una serie de resultados del bienestar psicológico, también se resalta que la resiliencia es un marco valioso para poder entender como las personas hacen frente al estrés y mantienen sus niveles de bienestar psicológico (Harms, et al., 2018). Igualmente se evidencia que el entrenamiento en resiliencia puede reducir algunos síntomas de ansiedad, estrés y depresión lo cual contribuye al bienestar psicológico del individuo y sobre todo a la esperanza de vida (Heydari et al. 2022).

Por otro lado, en relación a la metodología seleccionada, este estudio se basó en un diseño no experimental, que si bien no se centró en la manipulación de variables, se enfocó directamente en observar y medir las variables dentro de su contexto natural con el objetivo de establecer la asociación causal entre las variables sentido de vida y resiliencia sobre el bienestar psicológico, cabe resaltar que los estudios realizados con el modelo SEM son muy útiles, sin embargo requieren muestras grandes o superiores a 200 para garantizar que el modelo se ajuste y cumpla con los índices de bondad establecidos, razón por la cual se realiza esta investigación con una muestra superior a lo establecido para garantizar el ajuste del modelo. Además, se determinó la validez de contenido y constructo de cada instrumento empleado y se realizó el análisis de confiabilidad con una prueba piloto y con la muestra total de la investigación, todo ello para darle un mayor soporte y fiabilidad a la investigación presentada.

En cuanto a las implicancias teóricas, al ser escasos los estudios, sobre todo en el contexto peruano, centrados en la correlación causal de estas variables, los resultados de este estudio permiten ampliar y enriquecer este conocimiento, del mismo modo, estos resultados contribuyen a futuros estudios o investigaciones sobre dichas variables motivando a generar nuevas líneas de investigación sobre estas temáticas; de igual forma, en relación a las implicancias prácticas los hallazgos de esta investigación facilitan y contribuyen a la planificación, elaboración y aplicación de programas de promoción para asegurar un envejecimiento saludable y activo de los adultos mayores, centrados en potenciar el sentido de vida y algunos recursos psicológicos, como la resiliencia para

garantizar su bienestar psicológico.

Finalmente, en cuanto a las limitaciones prácticas del estudio se resalta la dificultad en la fase de aplicación de los instrumentos, debido a las características propias de la población seleccionada y la duración de aplicación de cada instrumento, no era posible realizar una aplicación de forma masiva o grupal, esta se tuvo que llevar a cabo de manera individual, esto para proporcionar y garantizar la veracidad y fiabilidad de los datos obtenidos, lo cual alargó el proceso de aplicación de pruebas y generó inconvenientes al cumplir con los plazos establecidos, obligando a solicitar el apoyo de colaboradores para agilizar el proceso de aplicación de instrumentos. Así mismo hubiera sido más conveniente e ideal contar con una población más grande que proporcione una mayor representatividad de los datos e indicadores medidos.

Del mismo modo dentro de las limitaciones teóricas se menciona la escasez de estudios previos o antecedentes referentes a las variables de estudio en el contexto local y sobre todo en la población estudiada, sin embargo, este hecho le da mayor valor o aporte a nivel teórico a esta investigación, ya que implica novedad de las variables estudiadas.

## **VI. CONCLUSIONES**

- Primera: En función al objetivo general se observa que existe una influencia moderada positiva (0.422) y significativa ( $p < 0.012$ ) entre el sentido de vida y el bienestar psicológico y una asociación moderada positiva (0.476) y significativa ( $p < 0.005$ ) entre resiliencia y bienestar psicológico, lo que indica que un alto sentido de vida y una mayor resiliencia se asocian con un mayor bienestar psicológico en los adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco. Así mismo se mostró una covarianza entre sentido de vida y resiliencia con un valor de 0.86 lo que indica una relación significativa entre ambas variables con un p valor  $< 0.001$ .
- Segunda: Del mismo modo en relación al primer objetivo específico se evidenció una influencia alta positiva (0.835) y significativa ( $p < 0.001$ ) entre el sentido de vida y el bienestar psicológico, por tanto un alto sentido de vida se asocia con un mayor bienestar psicológico en los adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco
- Tercera: Por último, respecto al segundo objetivo específico se concluye que existe una influencia alta positiva (0.845) y significativa ( $p < 0.001$ ) entre resiliencia y bienestar psicológico, lo que supone que mayores niveles de resiliencia se asocian con un mayor bienestar psicológico en los adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco.

## **VII. RECOMENDACIONES**

- Primera: A las instituciones y autoridades (Centros integrales del adulto mayor y asilos) se recomienda mejorar el bienestar psicológico en los adultos mayores considerándolo como un componente principal de los estándares de acreditación en la atención de la salud mental, contribuyendo así a un envejecimiento óptimo y saludable.
- Segunda: A los psicólogos se sugiere crear y aplicar programas enfocados en la resiliencia con talleres e instrumentos de seguimiento que potencien estabilidad y bienestar psicológico para garantizar calidad de vida en los adultos mayores promoviendo la autonomía, autoconocimiento, autoaceptación, sentido de vida, crecimiento personal y sobre todo el establecimiento de metas y propósitos de vida claros.
- Tercera: A los investigadores se recomienda generar nuevas líneas de investigación, con muestras más grandes y representativas, aplicando modelos de ecuaciones estructurales para objetivar la influencia entre las variables de estudio planteadas y así generar más estudios en el adulto mayor que van a ser considerados como antecedentes tanto a nivel local como y nacional.

## REFERENCIAS

- Álvarez, P., Lagos, J., & Urtubia, Y. (2020). Percepción de bienestar psicológico y apoyo social percibido en adultos mayores. *Revista de difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*, 20 (20), 37-59. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2071-081X2020000200004&lang=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-081X2020000200004&lang=es)
- Arriaga, F. (2022). Análisis de los principios éticos de los psicólogos y códigos de conducta de la APA y el código ético del psicólogo de la sociedad mexicana de psicología. *Revista psicología sin fronteras* 5 (9), 56. [https://www.psicologossinfronteras.mx.org/files/uqd/2b80ae\\_01a90d54962745b3b2a7e4f972b84b25.pdf](https://www.psicologossinfronteras.mx.org/files/uqd/2b80ae_01a90d54962745b3b2a7e4f972b84b25.pdf)
- Asociación Estadounidense de Psicología (2010). *Principios éticos de los psicólogos y código de conducta*. [https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite\\_etica/Codigo\\_APA.pdf](https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf)
- Cáceres, E. (2021). *Calidad de vida de los adultos mayores en el Centro de Salud San Jerónimo, Cusco 2020* (tesis de posgrado). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/61876>
- Calleja, N., Mason., T. & Gómez, O. (2022). Escala de bienestar subjetivo, versión corta (EBS-8): Revalidación, invarianza de medición y teoría de respuesta al ítem. *Acta Colombiana de Psicología* 25, (1), 203-217. <https://doi.org/10.14718/acp.2022.25.1.13>.
- Castilla, H., coronel, J., Bonilla, A., Mendoza, M. & Barboza M. (2015). Validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia en una muestra de estudiantes y adultos de la ciudad de Lima. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social* 4 (2), 121-136. <http://revistas.uigv.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/146>
- Castro, M., Jativa, E., García, N., Otzen, T. & Manterola, C. (2019). Aspectos éticos propios de los diseños más utilizados en investigación clínica. *J. health med.*

sci. 5 (3), 183-193.  
[/https://dariososafoula.files.wordpress.com/2017/01/9c1aa2ce-74ae-42c4-9cb4-594dfb2cb946.pdf](https://dariososafoula.files.wordpress.com/2017/01/9c1aa2ce-74ae-42c4-9cb4-594dfb2cb946.pdf)

Cazau, P. (2006). Introducción a la investigación en ciencias sociales.  
<https://alcazaba.unex.es/asg/400758/MATERIALES/INTRODUCCI%C3%93N%20A%20LA%20INVESTIGACI%C3%93N%20EN%20CC.SS..pdf>

Colegio de Psicólogos del Perú, (2017). *Código de ética y deontología*.  
[https://www.cpsp.pe/documentos/marco\\_legal/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)

De los Heros, D. (2017). *Bienestar psicológico en adultos mayores de Lima metropolitana según tenencia de mascotas* (tesis de pregrado). Universidad San Ignacio de Loyola. Lima, Perú.  
<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/aeb7484b-beeb-4d2e-96cb-b2b9854b81e9/content#:~:text=Respecto%20a%20la%20satisfacci%C3%B3n%20con,la%20vida%20con%20un%2023.92%25.>

Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C. & Dierendonk, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema* 18 (3), 572-577.  
<https://www.redalyc.org/pdf/727/72718337.pdf>

Díaz, P., Estrada, E., Iparraguirre, E., Grajeda, A. & Misare, C. (2020). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico SPWB de Carol D. Riff en estudiantes de secundaria de la UGEL 02. *Revista de Investigación en Psicología* 23 (2), 179-195. <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v23i2.19240>

Domínguez, S., Gravini, M. & Torres, V. (2019). Análisis psicométrico de dos versiones de la Connor-Davidson Resilience Scale en estudiantes peruanos: propuesta del CD-RISC-7. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento* 11 (2), 36-51  
<https://www.redalyc.org/journal/3334/333466557004/html/>

- Flores, E., Miranda, M.& Villasis, M. (2017). El protocolo de investigación VI: como elegir la prueba estadística adecuada. Estadística inferencial. *Revista alergía México* 64 (3), 364-370. <https://doi.org/10.29262/ram.v64i3.304>
- García, J., Martínez, R., Selles, P. & Soucase, B., (2018). Meaning in life and Psychological Well-Being in Spanish Emerging Adults. *Acta colombiana de Psicología* 21(1), 196-205 <https://doi.org/10.14718/acp.2018.21.1.9>
- Góngora, V., & Castro, A. (2018). Bienestar emocional, psicológico y social y variables demográficas en población adulta de la ciudad de Buenos Aires. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad*, 18 (1), 72-83. <https://doi.org/10.18682/pd.v18i1.740>
- Guil, R., Zayas, A., Gil, P., Guerrero, C., González, S.& Mestre, J. (2016). Psychological well-being, optimism and resilience in women with breast cancer. *Psiconcologia* 13 (1), 127-138. [https://doi.org/10.5209/rev\\_PSIC.2016.v13.n1.52492](https://doi.org/10.5209/rev_PSIC.2016.v13.n1.52492)
- Haewon, J. (2017). The relationship between physical activity, meaning in life, and subjective vitality in community-dwelling older adults. *Archives of gerontology and geriatrics*, 73, 120-124. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2017.08.001>
- Hermida, P., Tartaglini, M., Feldberg, C. & Stefani, D. (2017). Retirement, psychophysiological disorders and psychological well-being in a sample of Argentinian older adults. *Ciencias psicológicas* 11(2), 213-221. <https://doi.org/10.22235/cp.v11i2.1498>
- Hernández, R. & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGRAW-HILL. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Heydari, M., Hajiheydari, A., Roozitalab, M. & Rohani, A. (2022). The effectiveness of resilience training on anxiety, depression, stress, life expectancy and psychological well-being of women with breast cancer. *Revista latinoamericana de Hipertension*, 17 (5), 307-313. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7368574>

- Harms, P., Brady, L., Wood, D. & Silard, A. (2018). Resilience and well-being. Handbook of well-being. <https://www.nobascholar.com>
- Huamani, J., & Arias, W. (2018). Análisis psicométrico de la Prueba Sentido de Vida en escolares de la ciudad de Arequipa. *Revista de investigación en psicología* 21 (1), 51-66 : <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v21i1.15112>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (2020). En el Perú existen más de cuatro millones de adultos mayores. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-el-peru-existen-mas-de-cuatro-millones-de-adultos-mayores-12356/#:~:text=El%20Instituto%20Nacional%20de%20Estad%C3%ADstica,el%2012%2C7%25%20de%20la>
- Kahkha, A., Barani, M. & Khalili, M. (2022). Semantic therapy in Nadem Qaisari's sonnets based on Viktor Frankl's theory. *Journal of lyrical Literature Researches*, 20 (39), 193-210. [https://jllr.usb.ac.ir/article\\_7384.html?lang=en](https://jllr.usb.ac.ir/article_7384.html?lang=en)
- Karas, D. & Ciecuch, J. (2019). Polish adaptation of Carol Ryff's Psychological well-being scales. *Roczniki Psychologiczna*, 20 (4), 837-853. <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=686695>
- Mandujano, M., Dominguez, M. & Gaxiola, J. (2020). Psychometric properties of a resilience scale in family caregivers of older adults. *Acta colombiana de psicología* 23 (2), 75-85. <https://doi.org/10.14718/acp.2020.23.2.4>
- Manzano, A. (2018). Introducción a los modelos de ecuaciones estructurales. *Investigación en educación médica* 7 (25), <https://doi.org/10.1016/j.riem.2017.11.002>
- Martínez, Y., LLantá, M. & Bayarre H. (2018). Validación del test sentido de vida en pacientes adultos con cáncer. *Revista habanera de ciencias médicas* 17 (5), 800-812 <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/2407>
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E., & Melendez, J. (2016). Bienestar

- psicologico en funcion de la etapa de vida, el sexo y su interaccion. *Pensamiento psicológico*, 14 (2), 101-112. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI14-2.bpfe>
- Méndez, I., Moreno, H., Méndez, I. & Murata, C. (2014). Conglomerados como solución alternativa al problema de la multicolinealidad en modelos lineales. *Ciencias clínicas* 15 (2), 39-46. <https://doi.org/10.1016/j.cc.2015.08.002>
- Mohseni, M., Iranpour, A., Naghibzadeh, A., Kazazi, L. & Borhaninejad, V. (2019). The relationship between meaning in life and resilience in older adults: a cross-sectional study. *Health psychology report* 7 (2), 133-138 <https://doi.org/10.5114/hpr.2019.85659>
- Molina, C. (2021). Sentido de vida en adultos mayores institucionalizados desde el enfoque Humanista-Existencial. *Actualidades en psicología*, 35 (131). <http://dx.doi.org/10.15517/ap.v35i131.42292>
- Morales, A., Fajardo, E., López, J., Ugarte, A., Trujillo, I. & Rodríguez, L. (2021). Percepción de las relaciones familiares a nivel de resiliencia en el adulto mayor: un estudio descriptivo-comparativo. *Gerokomos* 32 (2), 96-100. <https://dx.doi.org/10.4321/s1134-928x2021000200006>
- Noblejas, M. (1999). Estructura factorial del test PIL y Logotest. *Boletín de logoterapia y análisis existencias* (3), 67-84. [http://www.logoterapia.net/uploads/03\\_noblejas\\_1999\\_factorial.pdf](http://www.logoterapia.net/uploads/03_noblejas_1999_factorial.pdf)
- Nunes, R., Ramos, E., Costa, R., Bueno, A. & Araujo F. (2020). Meaning of life in healthy aging: contributions from Viktor Frankl's theory. *Revista Familia, Ciclos de vida e saúde no contexto social*, 8 (4), 943-951. <https://doi.org/10.18554/refacs.v8i4.4276>
- Ochoa, C. & Molina, M. (2018). Estadística. Tipos de variables. Escalas de medida. *Evidencias en pediatría* 14 (29). [https://evidenciasenpediatria.es/files/41-13363-RUTA/Fundamentos\\_29.pdf](https://evidenciasenpediatria.es/files/41-13363-RUTA/Fundamentos_29.pdf)
- Ortiz, E., Forero, L., Arana, L., & Polanco, M. (2021). Resiliencia, optimismo,

- esperanza y sentido de vida en el adulto mayor con y sin enfermedad crónica de la ciudad de Bogotá. *Diversitas: Perspectivas en psicología*, 17 (2). <https://doi.org/10.15332/22563067.7117>
- Ostafin, B. & Proulx, T. (2020). Meaning in life and resilience to stressors. *An International Journal* 33 (6), 603-622. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1800655>
- Palma, O., Hueso, C., Ortega, A., Montoya, R., Cruz, F. (2016). Wellbeing of Chilean older adults is associated with group participation. *Rev Med Chile*, 144, 1287-1296. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872016001000008>
- Piña, K. (2017). *Bienestar psicológico y resiliencia en jóvenes universitarios* (tesis de posgrado). Universidad Autónoma del estado de México. Ciudad de México, México. <https://core.ac.uk/download/pdf/154796342.pdf>
- Pizarro, M. & Oseda, D. (2021). Influencia de la comunicación no verbal en las relaciones interdisciplinarias. *Ciencia latina Revista Científica Multidisciplinar* 5 (4). [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v5i4.591](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i4.591)
- Pourebrahim, T. & Rosoli, R. (2019). Meaning of life and Psychological Well-Being during Adult, Older Adult and Oldest Old. *Elderly Health Journal* 5 (1), 40-46. <https://doi.org/10.18502/ehj.v5i1.1198>
- Qi, X., Zhang, W., Wang, K., Pei, Y. & Wu, Bei. (2022). Social isolation and psychological well-being among older Chinese Americans: Does resilience mediate the association? *J. Geriatric Psychiatry* 37 (8) <https://doi.org/10.1002/gps.5791>
- 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>
- Ryff, C. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics* 83, 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>

- Ryff C., Boylan, J. & Kirsch. (2021). *Measuring well being. Interdisciplinary Perspectives from the social sciences and the humanities*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197512531.001.0001>
- Ryff, C. (2023). Contributions of eudamonic well being to mental health practice. *Mental Health and Social inclusion*. <https://doi.org/10.1108/MHSI-12-2022-0091>
- Ruiz, M., Pardo, A. & San Martín, R. (2010). Modelos de ecuaciones estructurales. *Papeles del psicólogo* 31 (1), 34-45. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77812441004>
- Salas, W., Avendaño, B. (2021). Adaptación de la escala de bienestar psicológico de Ryff con una muestra de sobrevivientes del conflicto armado colombiano. *Revista criminalidad* 63 (3), 229-244 <https://doi.org/10.47741/17943108.307>
- Sánchez, A., La fuente, V. & Ventura, J. (2021). Modelos factoriales de la escala de autoestima de Rosenberg en adolescente peruanos. *Journal of psychopathology and clinical psychology*, 26 (1), 47-55. <https://doi.org/10.5944/rppc.26631>
- Sterger, M. (2017). *Wellbeing, Recovery and mental health*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781316339275.008>
- Torres, M., Paz, K. & Salazar, F. (2019). Métodos de recolección de datos para una investigación. *Boletín electrónico. Universidad Rafael Landívar*. <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/handle/123456789/2817>
- Vázquez, L., Miranda, K., Parra, N., Fernández, F. & Vázquez, F. (2021). Percepción de la soledad subjetiva en adultos mayores que viven solos. *Revista Información Científica* 101 (4). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1028-99332022000400007&lang=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-99332022000400007&lang=es)
- Vivaldi, F., & Barra, E. (2012). Psychological well-being, perceived social support and health perception among older adults. *Terapia psicológica*, 30 (2), 23-

29. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082012000200002>.

Wagnild, G. & 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/>

**ANEXOS**  
**ANEXO 1**

**Tabla 15**

***Operacionalización de variables***

<b>VARIABLES DE ESTUDIO</b>	<b>DEFINICIÓN CONCEPTUAL</b>	<b>DEFINICIÓN OPERACIONAL</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>ÍTEMS</b>	<b>ESCALA DE MEDICIÓN</b>
VI Sentido de vida	- Se define sentido de vida como el significado de la vida y apunta a la búsqueda de autonomía o libertad de significado, incluso cuando la persona atraviesa situaciones adversas, destacando que debe desarrollar su existencia a partir de un sentido que lo atraiga, a esto también se vincula la motivación para seguir viviendo el día a día, haciendo frente a acontecimientos cotidianos y posibles situaciones inusuales que puedan surgir en la vida (Frankl, 2017 citado por Nunes et al., 2020).	La variable sentido de vida será evaluado con el PIL test (Test de Sentido de Vida), que tiene cuatro dimensiones, percepción de sentido, experiencia de sentido, metas y tareas y dialéctica/destino y libertad que consta de 20 ítems.	-Percepción de sentido  -Experiencia de sentido  -Metas y tareas  -Dialéctica/destino y libertad	-Propósito de vida -Satisfacción con la vida  -Motivación -Significado de vida  -Metas -Responsabilidad y compromiso  -Libertad -Destino	4,6,,11,12 9,10,16  1,2,5,19 17  3,7,8,20 13  14 15,18	Escala ordinal
	-La resiliencia es definida como una característica propia de la personalidad, donde la persona que enfrenta alguna situación	La variable resiliencia será evaluada con la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young,	-Competencia personal	-Confianza en sí mismo -Perseverancia -Sentirse bien solo	6,8,9,10,14,15,19 1,2,4,11,12,18 3,5,16	Escala ordinal

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
VI Resiliencia	abrumadora o adversidad es capaz de adaptarse y recuperar o restablecer el equilibrio en su vida (Wagnild & Young, 1993).	que está conformada por dos dimensiones, competencia personal y aceptación de uno mismo que consta de	-Aceptación de uno mismo y de la vida	-Ecuanimidad -Satisfacción personal	7 13,17,20	Escala ordinal
VD Bienestar psicológico	-Ryff (1989) también define el bienestar psicológico como una virtud, puesto que está muy ligada a la búsqueda de la excelencia personal y señala que el bienestar psicológico se da mediante el establecimiento de metas que contribuyen a alcanzar el potencial de cada uno, vale decir la autorrealización personal.	La variable bienestar psicológico será evaluada con la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, que está conformada por seis dimensiones, autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, crecimiento personal.	-Autoaceptación	-Aceptación de acontecimientos previos - Valoración de uno mismo	1 7,17,24	
			-Relaciones positivas	-Comunicación y apoyo -Confianza	2,8,12 22,25	
			-Autonomía	-Autoestima -Emancipación	4,9,23 3,13,18	
			-Dominio del entorno	-Influencia sobre el entorno -Control sobre el entorno	10 5,14,19,29	
			-Propósito en la vida	-Motivación -Satisfacción -Metas y objetivos	6,11 15,16 20	
			-Crecimiento personal	-Desarrollo de potencial -Crecimiento continuo	21 26,27,28	

## ANEXO 2: Instrumento de recolección de datos

### Datos:

Sexo: Femenino  Masculino

Edad: \_\_\_\_\_

Estado civil: Casado  Soltero  Divorciado  Viudo

Nivel educativo: Inicial  Primaria  Secundaria  Superior/ técnico  Ninguno

Ocupación: \_\_\_\_\_

Enfermedad crónica: Si  No

### Escala de sentido de vida

Esta prueba consta de 20 afirmaciones, usted debe indicar, para cada pregunta, una de las siete categorías de respuesta. Para realizar esta evaluación **es fundamental ser honesto consigo mismo**, considerando que no existen respuestas correctas o incorrectas

Preguntas:							
1. Generalmente, me encuentro: 1 (completamente aburrido) a 7 (exuberante, entusiasmado).	1	2	3	4	5	6	7
2. La vida me parece: 1 (completamente rutinaria) a 7 (siempre emocionante).	1	2	3	4	5	6	7
3. En la vida tengo: 1 (ninguna meta o anhelo) a 7 (muchas metas y anhelos definidos).	1	2	3	4	5	6	7
4. Mi existencia personal es: 1 (sin sentido ni propósito) a 7 (llena de sentidos y propósitos).	1	2	3	4	5	6	7
5. Cada día es: 1 (exactamente igual) a 7 (siempre nuevo y diferente).	1	2	3	4	5	6	7
6. Si pudiera elegir: 1 (nunca habría nacido) a 7 (tendría otras nueve vidas iguales a esta).	1	2	3	4	5	6	7
7. Después de jubilarme: 1 (holgazanearía el resto de mi vida) a 7 (haría las cosas emocionantes que siempre deseé realizar).	1	2	3	4	5	6	7
8. En el logro de mis metas vitales: 1 (no he conseguido ningún progreso) a 7 (he llegado a mi realización completa).	1	2	3	4	5	6	7
9. Mi vida es: 1 (vacía y llena de desesperación) a 7 (un conjunto de cosas buenas y emocionantes).	1	2	3	4	5	6	7
10. Si muriera hoy, me parecería que mi vida ha sido: 1 (para nada valiosa) a 7 (muy valiosa).	1	2	3	4	5	6	7
11. Al pensar en mi propia vida: 1 (me pregunto a menudo la razón por la que existo) a 7 (siempre encuentro razones para vivir).	1	2	3	4	5	6	7
12. Tal y como yo lo veo en relación con mi vida, el mundo: 1 (me confunde por completo) a 7 (se adapta significativamente a mi vida).	1	2	3	4	5	6	7
13. Me considero: 1 (una persona irresponsable) a 7 (una persona muy responsable).	1	2	3	4	5	6	7
14. En cuanto a la libertad de que dispone para hacer sus propias elecciones, creo que el hombre es: 1 (completamente esclavo de las limitaciones de la herencia y del ambiente) a 7 (absolutamente libre de hacer todas sus elecciones vitales).	1	2	3	4	5	6	7
15. Con respecto a la muerte, estoy: 1 (falto de preparación y atemorizado) a 7 (preparado y sin temor).	1	2	3	4	5	6	7
16. Con respecto al suicidio: 1 (lo he considerado seriamente como una salida a mi situación) a 7 (nunca lo he pensado).	1	2	3	4	5	6	7
17. Considero que mi capacidad para encontrar un significado, un propósito en la vida es: 1 (prácticamente nula) a 7 (muy grande).	1	2	3	4	5	6	7
18. Mi vida está: 1 (fuera de mis manos y controlada por factores externos) a 7 (en mis manos y bajo mi control).	1	2	3	4	5	6	7
19. Enfrentarme a mis tareas cotidianas supone: 1 (una experiencia dolorosa y aburrida) a 7 (una fuente de placer y satisfacción).	1	2	3	4	5	6	7
20. He descubierto: 1 (ninguna misión o propósito en mi vida) a 7 (metas claras y un propósito satisfactorio para mi vida).	1	2	3	4	5	6	7

### Escala de Bienestar Psicológico – Díaz et al., 2006

En el estudio del bienestar subjetivo también resulta de especial importancia ahondar en los niveles de bienestar interno o de fortaleza interna. Lee cada ítem y señala en qué medida sientes o experimentas estas emociones de manera general en tu vida cotidiana, usando la siguiente escala de respuesta:

1	2	3	4	5	6
Totalmente en desacuerdo					Totalmente de acuerdo

	Totalmente en	2	3	4	5	Totalmente de acuerdo
1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento de cómo han resultado las cosas	1	2	3	4	5	6
<b>2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.</b>	1	2	3	4	5	6
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	1	2	3	4	5	6
<b>4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.</b>	1	2	3	4	5	6
<b>5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.</b>	1	2	3	4	5	6
6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.	1	2	3	4	5	6
7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	1	2	3	4	5	6
<b>8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.</b>	1	2	3	4	5	6
<b>9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí</b>	1	2	3	4	5	6
10. Soy capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto	1	2	3	4	5	6
11. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo	1	2	3	4	5	6
12. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas	1	2	3	4	5	6
<b>13. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones</b>	1	2	3	4	5	6
14. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo	1	2	3	4	5	6
15. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro	1	2	3	4	5	6
16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí	1	2	3	4	5	6
17. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	1	2	3	4	5	6
18. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general	1	2	3	4	5	6
<b>19. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.</b>	1	2	3	4	5	6
20. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.	1	2	3	4	5	6
21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo	1	2	3	4	5	6
<b>22. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza</b>	1	2	3	4	5	6
<b>23. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos</b>	1	2	3	4	5	6
24. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo	1	2	3	4	5	6

25. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí	1	2	3	4	5	6
<b>26. Cuando pienso en mí, a lo largo de mi vida siento que no he mejorado mucho como persona</b>	1	2	3	4	5	6
27. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona	1	2	3	4	5	6
28. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento	1	2	3	4	5	6
29. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla	1	2	3	4	5	6

## **ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG**

### INSTRUCCIONES:

A continuación, le presentamos una serie de afirmaciones referidas a diferentes aspectos de su vida, donde tendrá que leer cada una de ellas y marcar con un aspa que tan acuerdo o en desacuerdo esta con ellas. Recuerde que no hay respuestas correctas e incorrectas.

	Totalmente en desacuerdo						Totalmente de acuerdo
1. Cuando planeo algo lo realizo	1	2	3	4	5	6	7
2. Frente a un problema generalmente me las arreglo de una manera u otra	1	2	3	4	5	6	7
3. Dependo mas de mi mismo que de otras personas	1	2	3	4	5	6	7
4. Es importante para mi mantenerme interesado de las cosas que suceden a mi alrededor.	1	2	3	4	5	6	7
5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo	1	2	3	4	5	6	7
6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
7. Soy amigo de mi mismo	1	2	3	4	5	6	7
8. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	1	2	3	4	5	6	7
9. Soy decidido	1	2	3	4	5	6	7
10. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente	1	2	3	4	5	6	7
11. Tengo autodisciplina	1	2	3	4	5	6	7
12. Me mantengo interesado en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
13. Por lo general encuentro algo de que reírme	1	2	3	4	5	6	7
14. El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles	1	2	3	4	5	6	7
15. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar	1	2	3	4	5	6	7
16. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	1	2	3	4	5	6	7
17. Mi vida tiene significado	1	2	3	4	5	6	7
18. Cuando estoy en la situación difícil generalmente encuentro una salida	1	2	3	4	5	6	7
19. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	1	2	3	4	5	6	7
20. Acepto que hay personas a las que no les agrado	1	2	3	4	5	6	7

## **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Título de investigación: Sentido de vida y resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor, Cusco, 2023.

Investigadora: Yesica Analid Velasque Pacheco

### **Propósito del estudio**

Le invitamos a participar en la investigación titulada “Sentido de vida y resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor, Cusco, 2023”, cuyo objetivo es: Evaluar la influencia del sentido de vida y la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023.

Esta investigación es desarrollada por una estudiante de posgrado del programa de Maestría en Intervención Psicológica, de la Universidad Cesar Vallejo del campus Trujillo, aprobado por la autoridad correspondiente a la universidad y con el permiso otorgado por del Centro del Adulto Mayor.

En cuanto al impacto esta investigación beneficia directamente a este grupo etario, familiares o personas a cargo y entidades involucradas, quienes pueden disponer de esta información y adoptar medidas adecuadas para la prevención de alteraciones a nivel psicológico y la promoción de la salud, igualmente, los adultos mayores podrían desenvolverse de mejor manera y se contribuiría a su calidad de vida.

### **Procedimiento**

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

1. Se realizará la aplicación de instrumentos que permitirán la recolección de datos sobre la investigación titulada “Sentido de vida y resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor, Cusco, 2023”.
2. La aplicación de estos instrumentos tendrá un tiempo aproximado de 40 minutos y se realizará en el patio del Centro del Adulto Mayor. Las respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto serán anónimas.

### **Participación voluntaria**

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

### **Riesgo**

Se resalta que no existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso de que existan preguntas que le puedan generar incomodidad, usted tiene la libertad de responderla o no.

### **Beneficios**

Los resultados de la investigación serán proporcionados a la institución al término de la investigación. No se recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

### **Confidencialidad**

Los datos recolectados serán anónimos y no existirá ninguna forma de identificar al

participante. Se garantiza que la información que usted nos brinde es totalmente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

**Problemas o preguntas**

Si tiene problemas o preguntas sobre la investigación puede contactar con la investigadora Velasque Pacheco Yesica Analid, email: yesicaanalid@gmail.com y docente asesor Jesús Manuel Guerrero Alcedo, email: jguerreroal@ucvvirtual.edu.pe.

**Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación.

Nombre y apellidos:.....  
Fecha y hora:.....

ANEXO 4: Matriz de evaluación de jueces expertos de la escala de bienestar psicológico

**1. Dr. Jesus Manuel Guerrero Alcedo**

**Evaluación por juicio de expertos**

Dimensiones del instrumento: propósito en la vida, autoaceptación, relaciones positivas con los demás, crecimiento personal, dominio del entorno y autonomía.

Primera dimensión: Autoaceptación

Objetivos de la Dimensión: Medir autoaceptación

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Aceptación de los acontecimientos	1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas	4	4	4	
Valoración de uno mismo	7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo	4	4	4	
	17. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	4	4	4	
	24. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo	4	4	4	

Segunda dimensión: Relaciones positivas

Objetivos de la Dimensión: Medir relaciones positivas

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Comunicación y apoyo	2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones	4	4	4	
	8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar	4	4	4	
	12. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas	4	4	4	
Confianza	22. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza	4	4	4	
	25. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí	4	4	4	

Tercera dimensión: Autonomía

Objetivos de la Dimensión: Medir autonomía

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Autoestima	4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida	4	4	4	
	9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí	4	4	4	
	23. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos	4	4	4	
Emancipación	3. No tengo miedo de expresar mis opiniones incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente	4	4	4	
	13. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones	4	4	4	
	18. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general	4	4	4	

Cuarta dimensión: Dominio del entorno

Objetivos de la Dimensión: Medir dominio del entorno

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Influencia sobre entorno	10. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto	4	4	4	
Control sobre entorno	5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga	4	4	4	
	14. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo	4	4	4	
	19. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen	4	4	4	
	29. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla	4	4	4	

Quinta dimensión: Crecimiento personal

Objetivos de la Dimensión: Medir crecimiento personal

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/Recomendaciones
Desarrollo de potencial	21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo	4	4	4	
Crecimiento continuo	26. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona	4	4	4	
	27. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona	4	4	4	
	28. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento	4	4	4	

Sexta dimensión: Propósito en la vida

Objetivos de la Dimensión: Medir propósito en la vida

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/Recomendaciones
Motivación	6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad	4	4	4	
	11. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo	4	4	4	
Satisfacción	15. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro	4	4	4	
	16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí	4	4	4	
Metas y objetivos	20. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	4	4	4	



Firma del  
evaluador DNI

(CE):

002554886

## 2. Dr. Juan Sandoval Vilchez

### Evaluación por juicio de expertos

Dimensiones del instrumento: propósito en la vida, autoaceptación, relaciones positivas con los demás, crecimiento personal, dominio del entorno y autonomía.

Primera dimensión: Autoaceptación

Objetivos de la Dimensión: Medir autoaceptación

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Aceptación de los acontecimientos	1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas	4	4	4	
Valoración de uno mismo	7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo	4	4	4	
	17. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	4	4	4	
	24. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo	4	4	4	

Segunda dimensión: Relaciones positivas

Objetivos de la Dimensión: Medir relaciones positivas

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Comunicación y apoyo	2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones	4	4	4	
	8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar	4	4	4	
	12. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas	4	4	4	
Confianza	22. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza	4	4	4	
	25. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí	4	4	4	

Tercera dimensión: Autonomía

Objetivos de la Dimensión: Medir autonomía

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Autoestima	4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida	4	4	4	

	9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí	4	4	4	
	23. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos	4	4	4	
Emancipación	3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente	4	4	4	
	13. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones	4	4	4	
	18. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general	4	4	4	

#### Cuarta dimensión: Dominio del entorno

Objetivos de la Dimensión: Medir dominio del entorno

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Influencia sobre el entorno	10. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto	4	4	4	
Control sobre el entorno	5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga	4	4	4	
	14. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo	4	4	4	
	19. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen	4	4	4	
	29. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla	4	4	4	

#### Quinta dimensión: Crecimiento personal

Objetivos de la Dimensión: Medir crecimiento personal

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Desarrollo de potencial	21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo	4	4	4	
Crecimiento continuo	26. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona	4	4	4	
	27. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona	4	4	4	
	28. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento	4	4	4	

#### Sexta dimensión: Propósito en la vida

Objetivos de la Dimensión: Medir propósito en la vida

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Motivación	6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad	4	4	4	
	11. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo	4	4	4	
Satisfacción	15. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro	4	4	4	
	16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí	4	4	4	
Metas y objetivos	20. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	4	4	4	

  
 -----  
**Dr. Juan Sandoval Vilchez**  
**PSICOLOGO**  
**C. Ps. P. 1848**

Firma del evaluador  
 DNI: 08151575

## ANEXO 5: Matriz de evaluación de jueces expertos de la escala de sentido de vida

### 3. Mg. Catalina Miluska Lazo Chicoma

#### Evaluación por juicio de expertos

Dimensiones del instrumento: experiencia de sentido, percepción de sentido, dialéctica/destino y libertad y metas y tareas

Primera dimensión: Percepción de sentido

Objetivos de la Dimensión: Medir percepción de sentido

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/Recomendaciones
Propósito de vida	<b>4.</b> Mi existencia personal es: 1 (sin sentido ni propósito) a 7 (llena de sentidos y propósitos).	4	4	4	
	<b>6.</b> Si pudiera elegir: 1 (nunca habría nacido) a 7 (tendría otras nueve vidas iguales a esta).	4	4	4	
	<b>11.</b> Al pensar en mi propia vida: 1 (me pregunto a menudo la razón por la que existo) a 7 (siempre encuentro razones para vivir).	4	4	4	
	<b>12.</b> Tal y como yo lo veo en relación con mi vida, el mundo: 1 (me confunde por completo) a 7 (se adapta significativamente a mi vida).	4	4	4	
Satisfacción con la vida	<b>9.</b> Mi vida es: 1 (vacía y llena de desesperación) a 7 (un conjunto de cosas buenas y emocionantes).	4	4	4	
	<b>10.</b> Si muriera hoy, me parecería que mi vida ha sido: 1 (una completa basura) a 7 (muy valiosa).	4	4	4	
	<b>16.</b> Con respecto al suicidio: 1 (lo he considerado seriamente como una salida a mi situación) a 7 (nunca le he dedicado un segundo de pensamiento).	4	4	4	

Segunda dimensión: Experiencia de sentido

Objetivos de la Dimensión: Medir experiencia de sentido

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/Recomendaciones
Motivación	<b>1.</b> Generalmente, me encuentro: 1 (completamente aburrido) a 7 (exuberante, entusiasmado).	4	4	4	
	<b>2.</b> La vida me parece: 1 (completamente rutinaria) a 7 (siempre emocionante).	4	4	4	
	<b>5.</b> Cada día es: 1 (exactamente igual) a 7 (siempre nuevo y diferente).	4	4	4	
	<b>9.</b> Mi vida es: 1 (vacía y llena de desesperación) a 7 (un conjunto de cosas buenas y emocionantes).	4	4	4	
	<b>19.</b> Enfrentarme a mis tareas cotidianas supone: 1	4	4	4	

	(una experiencia dolorosa y aburrida) a 7 (una fuente de placer y satisfacción).				
Significado de vida	<b>17.</b> Considero que mi capacidad para encontrar un significado, un propósito en la vida es: 1 (prácticamente nula) a 7 (muy grande).	4	4	4	

Tercera dimensión: Metas y tareas

Objetivos de la Dimensión: Medir metas y tareas

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/Recomendaciones
Metas	<b>3.</b> En la vida tengo: 1 (ninguna meta o anhelo) a 7 (muchas metas y anhelos definidos).	4	4	4	
	<b>7.</b> Después de jubilarme: 1 (holgazanearía el resto de mi vida) a 7 (haría las cosas emocionantes que siempre deseé realizar).	4	4	4	
	<b>8.</b> En el logro de mis metas vitales: 1 (no he conseguido ningún progreso) a 7 (he llegado a mi realización completa).	4	4	4	
	<b>20.</b> He descubierto: 1 (ninguna misión o propósito en mi vida) a 7 (metas claras y un propósito satisfactorio para mi vida).	4	4	4	
Responsabilidad y compromiso	<b>13.</b> Me considero: 1 (una persona irresponsable) a 7 (una persona muy responsable).	4	4	4	

Cuarta dimensión: Dialéctica/destino y libertad

Objetivos de la Dimensión: Medir dialéctica/destino y libertad

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/Recomendaciones
Libertad	<b>14.</b> En cuanto a la libertad de que dispone para hacer sus propias elecciones, creo que el hombre es: 1 (completamente esclavo de las limitaciones de la herencia y del ambiente) a 7 (absolutamente libre de hacer todas sus elecciones vitales).	4	4	4	
Destino	<b>15.</b> Con respecto a la muerte, estoy: 1 (falto de preparación y atemorizado) a 7 (preparado y sin temor).	4	4	4	
	<b>18.</b> Mi vida está: 1 (fuera de mis manos y controlada por factores externos) a 7 (en mis manos y bajo mi control).	4	4	4	

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Luis' or similar, written in a cursive style.

Firma del evaluador  
DNI 09822393

#### 4. Mg. Karla Lizette Milla Díaz

##### Evaluación por juicio de expertos

Primera dimensión: Percepción de sentido

Objetivos de la Dimensión: Medir percepción de sentido

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Propósito de vida	<b>4.</b> Mi existencia personal es: 1 (sin sentido ni propósito) a 7 (llena de sentidos y propósitos).	4	4	4	
	<b>6.</b> Si pudiera elegir: 1 (nunca habría nacido) a 7 (tendría otras nueve vidas iguales a esta).	4	4	4	
	<b>11.</b> Al pensar en mi propia vida: 1 (me pregunto a menudo la razón por la que existo) a 7 (siempre encuentro razones para vivir).	4	4	4	
	<b>12.</b> Tal y como yo lo veo en relación con mi vida, el mundo: 1 (me confunde por completo) a 7 (se adapta significativamente a mi vida).	4	4	4	
Satisfacción con la vida	<b>9.</b> Mi vida es: 1 (vacía y llena de desesperación) a 7 (un conjunto de cosas buenas y emocionantes).	4	4	4	
	<b>10.</b> Si muriera hoy, me parecería que mi vida ha sido: 1 (una completa basura) a 7 (muy valiosa).	4	4	4	
	<b>16.</b> Con respecto al suicidio: 1 (lo he considerado seriamente como una salida a mi situación) a 7 (nunca le he dedicado un segundo de pensamiento).	4	4	4	

Segunda dimensión: Experiencia de sentido

Objetivos de la Dimensión: Medir experiencia de sentido

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Motivación	<b>1.</b> Generalmente, me encuentro: 1 (completamente aburrido) a 7 (exuberante, entusiasmado).	4	4	4	
	<b>2.</b> La vida me parece: 1 (completamente rutinaria) a 7 (siempre emocionante).	4	4	4	
	<b>5.</b> Cada día es: 1 (exactamente igual) a 7 (siempre nuevo y diferente).	4	4	4	
	<b>9.</b> Mi vida es: 1 (vacía y llena de desesperación) a 7 (un conjunto de cosas buenas y emocionantes).	4	4	4	
	<b>19.</b> Enfrentarme a mis tareas cotidianas supone: 1 (una experiencia dolorosa y aburrida) a 7 (una fuente de placer y satisfacción).	4	4	4	

Significado de vida	<b>17.</b> Considero que mi capacidad para encontrar un significado, un propósito en la vida es: 1 (prácticamente nula) a 7 (muy grande).	4	4	4	
---------------------	---	---	---	---	--

Tercera dimensión: Metas y tareas

Objetivos de la Dimensión: Medir metas y tareas

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/Recomendaciones
Metas	<b>3.</b> En la vida tengo: 1 (ninguna meta o anhelo) a 7 (muchas metas y anhelos definidos).	4	4	4	
	<b>7.</b> Después de jubilarme: 1 (holgazanearía el resto de mi vida) a 7 (haría las cosas emocionantes que siempre deseé realizar).	4	4	4	
	<b>8.</b> En el logro de mis metas vitales: 1 (no he conseguido ningún progreso) a 7 (he llegado a mi realización completa).	4	4	4	
	<b>20.</b> He descubierto: 1 (ninguna misión o propósito en mi vida) a 7 (metas claras y un propósito satisfactorio para mi vida).	4	4	4	
Responsabilidad y compromiso	<b>13.</b> Me considero: 1 (una persona irresponsable) a 7 (una persona muy responsable).	4	4	4	

Cuarta dimensión: Dialéctica/destino y libertad

Objetivos de la Dimensión: Medir dialéctica/destino y libertad

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/Recomendaciones
Libertad	<b>14.</b> En cuanto a la libertad de que dispone para hacer sus propias elecciones, creo que el hombre es: 1 (completamente esclavo de las limitaciones de la herencia y del ambiente) a 7 (absolutamente libre de hacer todas sus elecciones vitales).	4	4	4	
Destino	<b>15.</b> Con respecto a la muerte, estoy: 1 (falto de preparación y atemorizado) a 7 (preparado y sin temor).	4	4	4	
	<b>18.</b> Mi vida está: 1 (fuera de mis manos y controlada por factores externos) a 7 (en mis manos y bajo mi control).	4	4	4	

  
**Mg. Karla Lizette Milla Diaz**  
**DNI: 18199312**

ANEXO 6: Matriz de evaluación de jueces expertos de la escala de resiliencia  
**5. Dr. Angel Jhoel Centurion Larrea**

**Evaluación por juicio de expertos**

Dimensiones del instrumento: Aceptación de uno mismo y de la vida y competencia personal

Primera dimensión: Competencia personal

Objetivos de la Dimensión: Medir competencia personal

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Confianza en sí mismo	6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida	4	4	4	
	8. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	4	4	4	
	9. Soy decidido	4	4	4	
	10. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente	4	4	4	
	14. El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles	4	4	4	
	15. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar	4	4	4	
	19. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	4	4	4	
Perseverancia	1. Cuando planeo algo lo realizo	4	4	4	
	2. Frente a un problema generalmente me las arreglo de una manera u otra	4	4	4	
	4. Es importante para mí mantenerme interesado de las cosas que suceden a mi alrededor.	4	4	4	
	11. Tengo autodisciplina	4	4	4	
	12. Me mantengo interesado en las cosas	4	4	4	
	18. Cuando estoy en la situación difícil generalmente encuentro una salida	4	4	4	
Sentirse bien solo	3. Dependo más de mí mismo que de otras personas	4	4	4	
	5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo	4	4	4	
	16. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	4	4	4	

Segunda dimensión: Aceptación de uno mismo y de la vida

Objetivos de la Dimensión: Medir aceptación de uno mismo y de la vida

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Ecuanimidad	7. Soy amigo de mí mismo	4	4	4	
Satisfacción personal	13. Por lo general encuentro algo de que reírme	4	4	4	
	17. Mi vida tiene significado	4	4	4	
	20. Acepto que hay personas a las que no les agrado	4	4	4	



Firma del evaluador  
DNI 16789071

ANEXO 7. Validez de la Escala de Bienestar Psicológico

**Tabla 16**

***Validez de contenido por ítem de la escala de Bienestar Psicológico en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco, 2023***

Ítems	Criterio	JUECES					Promedio	V Aiken (Criterio)	V Aiken (Ítems)	Decisión
		1	2	3	4	5				
1	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	3	4	3.8	0.9		
2	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
3	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
4	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
5	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
6	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
7	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
8	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
9	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
10	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	3	4	3.8	0.9		
11	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
12	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
13	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	

	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
14	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
15	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
16	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
17	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
18	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
19	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
20	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
21	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
22	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
23	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
24	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
25	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
26	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	2	4	3.6	0.9		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
27	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		

	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
28	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
29	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		

**Tabla 17**

***Validez de contenido de la escala total de Bienestar Psicológico en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco, 2023***

Estadísticas de Validez de Escala	
Validez de Aiken	
escala	1.0

ANEXO 8: Validez de la Escala de Sentido de Vida

**Tabla 18**

***Validez de contenido por ítem de la escala de Sentido de vida en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco,2023***

Ítems	Criterio	JUECES					Promedio	V Aiken ( Criterio)	V Aiken ( Items)	Decisión
		1	2	3	4	5				
1	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4		4.0	1.0		
2	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4		4.0	1.0		
3	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4		4.0	1.0		
4	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4		4.0	1.0		
5	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4		4.0	1.0		
6	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4		4.0	1.0		
7	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4		4.0	1.0		
8	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4		4.0	1.0		
9	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4		4.0	1.0		
10	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	0.9	Si
	Claridad	2	4	4	4		3.5	0.8		
11	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4		4.0	1.0		
12	Pertinencia	4	4	4	4		4.0	1.0		
	Relevancia	4	4	4	4		4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4		4.0	1.0		

	Pertinencia	4	4	4	4	4.0	1.0		
13	Relevancia	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4.0	1.0		
14	Relevancia	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4.0	1.0		
15	Relevancia	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4.0	1.0		
16	Relevancia	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	3	4	4	4	3.8	0.9		
	Pertinencia	4	4	4	4	4.0	1.0		
17	Relevancia	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4.0	1.0		
18	Relevancia	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4.0	1.0		
19	Relevancia	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4.0	1.0		
20	Relevancia	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4.0	1.0		

**Tabla 19**

***Validez de contenido de la escala total de Sentido de Vida en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco,2023***

Estadísticas de Validez de Escala

Validez de Aiken	
escala	1.0

ANEXO 9: Validez de la Escala de Resiliencia

**Tabla 20**

***Validez de contenido por ítem de la escala de Resiliencia en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco,2023***

Ítems	Criterio	JUECES					Promedio	V Aiken (Criterio)	V Aiken (Items)	Decisión
		1	2	3	4	5				
1	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
2	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
3	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
4	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
5	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
6	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
7	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
8	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
9	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
10	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
11	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
12	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	Si	
	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		

	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
13	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
14	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
15	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
16	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
17	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
18	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
19	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
	Pertinencia	4	4	4	4	4	4.0	1.0		
20	Relevancia	4	4	4	4	4	4.0	1.0	1.0	Si
	Claridad	4	4	4	4	4	4.0	1.0		

**Tabla 21**

***Validez de contenido de la escala total de Resiliencia en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco,2023***

Estadísticas de Validez de Escala	
Validez de Aiken	
escala	1.0

Anexo 10. Confiabilidad de la Escala de Bienestar psicologico en la prueba piloto

**Tabla 22**

***Confiabilidad de la escala de Bienestar Psicologico en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco,2023***

<b>Dimensiones</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b><math>\omega</math> de McDonald</b>
Autoaceptacion	0.780	0.811
Relaciones positivas	0.728	0.728
Autonomia	0.764	0.774
Dominio del entorno	0.698	0.710
Proposito de vida	0.748	0.765
Crecimiento personal	0.725	0.839
Escala total	0.886	0.900

Anexo 11 Confiabilidad de la Escala de Sentido de Vida en la prueba piloto

**Tabla 23**

***Confiabilidad de la escala de Sentido de Vida en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco,2023***

<b>Dimensiones</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b><math>\omega</math> de McDonald</b>
Percepcion de sentido	0.760	0.820
Experiencia de sentido	0.758	0.781
Metas y tareas	0.710	0.740
Dialectica y destino	0.708	0.757
Escala total	0.893	0.915

Anexo 12 Confiabilidad de la Escala de Resiliencia en la prueba piloto

**Tabla 24**

***Confiabilidad de la escala de Resiliencia en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco, 2023***

<b>Dimensiones</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b><math>\omega</math> de McDonald</b>
Competencia personal	0.766	0.797
Aceptacion de uno mismo y de la vida	0.705	0.773
Escala total	0.829	0.865

Anexo 13. Confiabilidad de la Escala de Bienestar psicologico en la muestra total

**Tabla 25**

***Confiabilidad de la escala de Bienestar Psicologico en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco,2023***

<b>Dimensiones</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b><math>\omega</math> de McDonald</b>
Autoaceptacion	0.712	0.717
Relaciones positivas	0.708	0.723
Autonomia	0.740	0.747
Dominio del entorno	0.724	0.735
Proposito de vida	0.745	0.747
Crecimiento personal	0.727	0.757
Escala total	0.879	0.886

Anexo 14 Confiabilidad de la Escala de Sentido de Vida en la muestra total

**Tabla 26**

***Confiabilidad de la escala de Sentido de Vida en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco,2023***

<b>Dimensiones</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b><math>\omega</math> de McDonald</b>
Percepcion de sentido	0.705	0.716
Experiencia de sentido	0.700	0.710
Metas y tareas	0.714	0.719
Dialectica y destino	0.774	0.798
Escala total	0.862	0.867

Anexo 15 Confiabilidad de la Escala de Resiliencia en la muestra total

**Tabla 27**

***Confiabilidad de la escala de Resiliencia en adultos mayores de un Centro del Adulto Mayor de Cusco, 2023***

<b>Dimensiones</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b><math>\omega</math> de McDonald</b>
Competencia personal	0.874	0.878
Aceptacion de uno mismo y de la vida	0.722	0.780
Escala total	0.888	0.893

Anexo 16. Carta de autorizacion para aplicar instrumentos para el desarrollo de tesis recepcionada



"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Trujillo, 13 de junio de 2023

**CARTA N° 344-2023-UCV-VA-EPG-F01/J**

Sr. Edgard Berrios Apaza  
Jefe de la División  
CENTRO INTEGRAL DE ATENCIÓN AL ADULTO MAYOR  
MUNICIPALIDAD DEL CUSCO  
Presente. –

**ASUNTO:** AUTORIZACIÓN PARA APLICAR INSTRUMENTOS PARA EL DESARROLLO DE TESIS

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente y así mismo presentar a la estudiante **YESICA ANALID VELASQUE PACHECO**, del programa de **MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**, de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo.

La estudiante en mención solicita autorización para aplicar los instrumentos necesarios para el desarrollo de su tesis denominada: **"SENTIDO DE VIDA Y RESILIENCIA SOBRE EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADULTOS MAYORES DE UN CENTRO DEL ADULTO MAYOR, CUSCO, 2023"**, en la institución que usted dirige.

El objetivo principal de este trabajo de investigación es evaluar la influencia del sentido de vida y la resiliencia sobre el bienestar psicológico, en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023.

Agradeciendo la atención que brinde a la presente, aprovecho la oportunidad para expresarle mi consideración y respeto.

Atentamente. –



Mg. Ricardo Benites Aliaga  
Jefe de la Escuela de Posgrado-Trujillo  
Universidad César Vallejo

**ADJUNTO:**  
Instrumentos de recolección de datos.

**GMC- GDHS - CIAM**  
CENTRO INTEGRAL DE ATENCIÓN AL ADULTO MAYOR

RECIBIDO

REGISTRO N°:  
FECHA: 16-06-23 HORA: 8:50 AM  
FIRMA:



ANEXO 17

Tabla 24. Matriz de consistencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE(S)	DIMENSIONES/ INDICADORES	METODOLOGÍA
<p><b>GENERAL:</b> ¿Cómo influye el sentido de vida y la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco en el año 2023?</p> <p><b>ESPECÍFICOS:</b> ¿Cómo influye el sentido de vida sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023? ¿Cómo influye la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023?</p>	<p><b>GENERAL:</b> Evaluar la influencia del sentido de vida y la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023</p> <p><b>ESPECÍFICOS:</b> Evaluar la influencia del sentido de vida sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023. Evaluar la influencia de la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023.</p>	<p><b>GENERAL:</b> Existe influencia del sentido de vida y la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023.</p> <p><b>ESPECÍFICOS:</b> Existe influencia del sentido de vida sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco, 2023. Existe influencia de la resiliencia sobre el bienestar psicológico en adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco,2023.</p>	<p>VI: Sentido de vida</p> <p>VI: Resiliencia</p> <p>VD: Bienestar psicológico</p>	<p><b>Percepción de sentido</b> -Propósito de vida (4,6,11,12) -Satisfacción con la vida (9,10,16)</p> <p><b>Experiencia de sentido</b> -Motivación (1,2,5,9,19) -Significado de vida (17)</p> <p><b>Metas y tareas</b> -Metas (3,7,8,20) -Responsabilidad y compromiso (13)</p> <p><b>Dialéctica/destino y libertad</b> -Libertad (14) -Destino (15,18)</p> <p><b>Competencia personal</b> -Confianza en sí mismo (6,8,9,10,14,15,19) -Perseverancia (1,2,4,11,12,18) -Sentirse bien solo (3,5,16)</p> <p><b>Aceptación de uno mismo y de la vida</b> -Ecuanimidad (7) -Satisfacción personal (13,17,20)</p> <p><b>Autoaceptación</b> -Aceptación de acontecimientos previos (1) -Valoración de uno mismo (7,17,24)</p> <p><b>Relaciones positivas</b> -Comunicación y apoyo (2,8,12) -Confianza (22,25)</p> <p><b>Autonomía</b> -Autoestima (4,9,23) -Emancipación (3,13,18)</p> <p><b>Dominio del entorno</b> -Influencia sobre el entorno (10) -Control sobre el entorno (5,14,19,29)</p> <p><b>Propósito en la vida</b> -Motivación (6,11) -Satisfacción (15,16) -Metas y objetivos (20)</p> <p><b>Crecimiento personal</b> -Desarrollo de potencial (21) -Crecimiento continuo (26,27,28)</p>	<p><b>TIPO DE INVESTIGACIÓN</b> La presente investigación se basa en un enfoque cuantitativo y es de tipo básico, ya que se centrará en el conocimiento mismo, dejando de lado la posibilidad de alguna aplicación práctica y se enfocará principalmente en ampliar y profundizar el saber científico (Cazau, 2006).</p> <p><b>DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN</b> El presente trabajo de investigación se fundamenta en un diseño no experimental transversal y tiene un alcance explicativo, así mismo es estudio correlacional causal, que está dirigido a describir la relación o asociación presente entre dos o más variables (Hernández &amp; Mendoza, 2018).</p> <p><b>POBLACIÓN</b> En esta investigación la población estará conformada por 219 adultos mayores de un centro del adulto mayor de Cusco y se trabajará con un muestreo de tipo censal.</p> <p><b>TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS</b> -La adaptación española Escala de Bienestar Psicológico (Díaz et al., 2006). -La adaptación peruana Test de Sentido de Vida (Huamani &amp; Arias, 2018). -La adaptación peruana Escala de Resiliencia (Castilla, et al., 2015).</p> <p><b>INSTRUMENTOS DE PROCESAMIENTO DE DATOS</b> Los datos obtenidos serán procesados mediante el programa estadístico Jamovi en su versión 2.3.26, el programa SPSS, así mismo se hará uso del modelo de ecuaciones estructurales.</p>