



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“SATISFACCIÓN CON LA VIDA Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA
SUPERIOR CASTRENSE DE LIMA”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autoras:

Aldave Bezada, Cristina Carolina
Sinche Galarza, Heidy Monica Vanessa

Asesora:

Mg. Karim Elisa Talledo Sánchez

Lima - Perú

2020

ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA SUSTENTACIÓN DE TESIS

El asesor Mg. Karim Elisa Talledo Sánchez, docente de la Universidad Privada del Norte, Facultad de Ciencias de la Salud, Carrera profesional de **PSICOLOGÍA**, ha realizado el seguimiento del proceso de formulación y desarrollo de la tesis de los estudiantes:

- Aldave Bezada Cristina Carolina
- Sinche Galarza Heidy Monica Vanessa

Por cuanto, **CONSIDERA** que la tesis titulada: *“Satisfacción con la Vida y Bienestar Psicológico en Estudiantes de una Escuela Superior Castrense de Lima”* para aspirar al título profesional de: Licenciada en Psicología por la Universidad Privada del Norte, reúne las condiciones adecuadas, por lo cual, **AUTORIZA** al o a los interesados para su presentación.

Mg. Karim Elisa Talledo Sánchez
Asesor

ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS

Los miembros del jurado evaluador asignados han procedido a realizar la evaluación de la tesis de los estudiantes: Aldave Bezada, Cristina Carolina – Sinche Galarza, Heidi Monica Vanessa para aspirar al título profesional con la tesis denominada: *“Satisfacción con la Vida y Bienestar Psicológico en Estudiantes de una Escuela Superior Castrense de Lima”*

Luego de la revisión del trabajo, en forma y contenido, los miembros del jurado concuerdan:

Aprobación por unanimidad

Aprobación por mayoría

Calificativo:

Excelente [20 - 18]

Sobresaliente [17 - 15]

Bueno [14 - 13]

Calificativo:

Excelente [20 - 18]

Sobresaliente [17 - 15]

Bueno [14 - 13]

Desaprobado

Firman en señal de conformidad:

Mg. Mauro Héctor Cerón Salazar
Jurado
Presidente

Mg. Luis Ronald Luyo Pachas
Jurado

Mg. Johnny Erick Enciso Ríos
Jurado

DEDICATORIA

Dedicamos con todo nuestro amor y cariño a nuestras familias en especial a nuestras madres Mónica Galarza Rengifo y Carla Gabriela Bezada Quintana, por el sacrificio y esfuerzo que hicieron que nos permitió llegar hasta aquí, siendo constantes con su apoyo y afecto, y sobre todo por confiar en nosotras.

Asimismo, dedicamos este trabajo a dos grandes profesionales y personas por ser partícipes de nuestra formación, a la Mg. Letty Fabiola Conislla Loza y a Lic. Paulo César Márquez La Rosa.

AGRADECIMIENTO

Gracias a la Universidad Privada del Norte por permitirnos concluir la carrera profesional, gracias a nuestros docentes que nos ayudaron en este largo proceso, en especial a nuestro asesor Mg. Miguel Ángel Vallejos Flores por su constante supervisión, dedicación y apoyo en la elaboración del presente trabajo.

Índice

ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA SUSTENTACIÓN DE TESIS	02
ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS	03
DEDICATORIA	04
AGRADECIMIENTO	05
ÍNDICE DE TABLAS	08
RESUMEN	09
ABSTRACT	10
CAPÍTULO I. INTRODUCCION.....	11
1.1. Realidad problemática	11
1.2 Antecedentes	14
1.2.1. Antecedentes internacionales.....	14
1.2.2. Antecedentes nacionales.....	15
1.3. Bases teóricas	16
1.3.1. Bienestar psicológico	16
1.3.2. Satisfacción con la vida	20
1.4 Formulación del problema	22
1.5 Objetivos	22
1.6 Hipótesis	23
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA	25
2.1 Tipo de investigación	25
2.2 Población y muestra	25
2.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	26
CAPÍTULO III. RESULTADOS	29
3.1 Análisis exploratorio de las variables Satisfacción con la vida y las dimensiones de Bienestar Psicológico ene estudiantes de una escuela castrense de Lima.	29
3.2 Análisis de Correlación entre Satisfacción con la vida y Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.	29
3.3 Descripción de los Niveles de Satisfacción con la vida en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima	30
3.4 Descripción de los Niveles de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima	30
3.5 Análisis de correlación entre el Satisfacción con la vida y las dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.	31

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	34
4.1 Discusión	34
4.2 Conclusiones	38
REFERENCIAS	39
ANEXOS	46
Escala de BIEPS-A	46
Escala de satisfacción con la vida (SWLS)	47

ÍNDICE DE TABLAS

	pág.
Tabla 1 <i>Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov para las variables Satisfacción con la vida y las dimensiones de Bienestar psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.</i>	29
Tabla 2 <i>Correlación entre las variables Satisfacción con la vida y Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.</i>	30
Tabla 3 <i>Niveles de Satisfacción con la vida en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.</i>	30
Tabla 4 <i>Niveles de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.</i>	31
Tabla 5 <i>Análisis de correlación entre satisfacción de la vida y la dimensión aceptación y control de situaciones de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.</i>	31
Tabla 6 <i>Análisis de correlación entre satisfacción de la vida y la dimensión autonomía de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.</i>	32
Tabla 7 <i>Análisis de correlación entre satisfacción con la vida y la dimensión vínculos sociales de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.</i>	32
Tabla 8 <i>Análisis de correlación entre satisfacción de la vida y la dimensión proyecto de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima</i>	33

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo relacionar la satisfacción con la vida y bienestar psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima. El tipo de investigación fue descriptivo correlacional y el diseño fue experimental de corte transversal. La muestra fue de 210 estudiantes varones entre las edades de 18 a 25 años. Se utilizaron la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS) de Diener et al (1985) y la escala de Bienestar Psicológico para adultos de Casullo. Los resultados indican que existe correlación positiva entre la satisfacción con la vida y bienestar psicológico ($r = .324$, $p < 0.01$). De igual forma se encontró que un 58,6% de estudiantes se muestran insatisfechos con la vida y un 70,5% de estudiantes de una presentan un bajo nivel de bienestar psicológico. Así mismo se halló que existe relación positiva entre satisfacción con la vida y las dimensiones de bienestar psicológico: aceptación y control de situaciones, autonomía, vínculos sociales y proyecto.

Palabras clave: Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y escuela castrense.

ABSTRACT

The objective of this research was to relate satisfaction with life and psychological well-being in students of a military high school in Lima. the type of research was descriptive correlational and the design was experimental in cross-section. the sample was 210 male students between the ages of 18 to 25 years. The satisfaction with life scale (SWLS) Diener et al (1985) and the scale of psychological well-being for adults of the chasuble. The results indicate that there is a positive correlation between satisfaction with life and psychological well-being ($r = .324$, $p < 0.01$). Similarly, it was found that 58.6% of students are dissatisfied with life and 70.5% of students in one have a low level of psychological well-being. Likewise, it was found that there is a positive relationship between satisfaction with life and the dimensions of psychological well-being, acceptance, and control of situations, autonomy, social ties, and project.

key words: satisfaction with life, psychological well-being and military school.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

El inicio en la vida militar, representa cambios radicales para la persona que se interesa por ella, sobre todo en su estilo de vida, a causa de muchos factores, tal es el caso de la notable estructura de jerarquías, la cual es rígida y requiere de una adaptación inmediata, de igual modo, las normas de conducta implantadas que son de mayor exigencia y se ajustan a la ética y valores de la institución, así como la idiosincrasia para la realización de actividades y/o funciones establecidas, entre otra serie de cambios que son drásticos frente a la vida habitual del hombre (Loaiza y Pozada, 2016).

En ese sentido, investigadores como Nuciari (2006) refuerzan la idea de que la vida militar se desarrolla alrededor de una dinámica ofensivo/defensiva, lo que incluso podría llevar a indicar que la vida militar es una cultura, caracterizada por la disciplina, el control, las jerarquías y hasta la supervivencia.

Los datos estadísticos proporcionados por el Banco Mundial (2017) señalan que, a nivel global, las fuerzas armadas representan el 0.79% de la fuerza laboral, existiendo entonces más de 27 millones de personas que se dedican a labores militares.

En el contexto latinoamericano, Brasil se ubica como la primera fuerza militar, mientras que el Perú representa la cuarta fuerza, dicho esto, el Índice Global de Potencia de Fuego (2019) afirmó que en nuestro país existen aproximadamente 280 mil militares, entre activos y de reserva.

Sobre lo expuesto, es importante rescatar que la vida militar implica no solo una preparación física, sino también psicológica, pues muestra cambios radicales en la

dinámica del individuo, así pues, Martínez (2011) afirma que en la formación militar se presta una escasa atención a la preparación psicológica, hecho que dificulta muchas veces la adaptación a la vida militar y recrea una situación de estrés, presión y tensión en dicho personal, dando por resultado un desequilibrio en el estado de bienestar del individuo.

Del mismo modo, Moreno, Menéndez y Cruz (2001) informan que el individuo insertado en la vida militar, constantemente se expone a situaciones que le generan inseguridad e indicadores de ansiedad, los cuales se ven reforzados por los deberes asignados y el alejamiento familiar, provocando nostalgia, que aunado a la rigurosidad de la nueva dinámica de vida recaen en una presión emocional.

Entonces, la información expuesta considera importante conocer elementos relacionados con la salud mental de aquellos individuos que se encuentran en preparación militar, tal es el caso del bienestar psicológico, entendido como un elemento que configura el desarrollo del potencial de todo sujeto a través de la aceptación propia, relaciones interpersonales sanas, manejo de una situación estresante, crecimiento personal, independencia y sentido de vida (Ryff y Singer, 2006).

Asimismo, resulta considerable dar a notar, la satisfacción con la vida, hallada en individuos que deciden optar por desarrollarse a través de la vida militar y evidenciar si estos elementos actúan vinculados entre sí, sobre ello, cabe recalcar que tanto el bienestar psicológico como la satisfacción con la vida son constructos que emergen de la psicología positiva, la cual busca definir con mayor exactitud las fortalezas del ser humano a fin de conservar su salud mental, sin basarse en un enfoque

patológico, sino más bien en indagar científicamente, sobre los procesos positivos y/o factores de protección del hombre, de esta manera el presente estudio se orienta desde una perspectiva diferente a la que tradicionalmente se ha sustentado el estudio de la psique de personas inmersas en la vida militar, y con ello pretende buscar indicadores que refuercen una adecuada toma de acción para que el rendimiento militar sea fructífero, saludable y enriquecedor (González, 2004).

Por otro lado, Pavot y Diener (1993) afirman que la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico son conceptos que guardan una coherencia entre sí y se pueden relacionar con otras variables como la felicidad y presencia de afectos positivos.

Para finalizar, cabe recalcar que este trabajo, busca conocer la relación entre bienestar psicológico y satisfacción con la vida en estudiantes de una Escuela Superior Castrense de Lima, debido a la importancia de consolidar elementos protectores que actúen de forma vinculada a fin de garantizar el pleno goce de la salud mental en dichos individuos, que se han enfrentado a cambios radicales, como es el estilo de una vida civil a una castrense la cual es de amplia exigencia tanto física como emocional y que tiene sus propios valores y cultura. Asimismo, no todos poseen los mismos recursos para lograr su adaptación, puesto que poseen diferentes niveles socioeconómicos, así como muchos de ellos provienen de distintos lugares del país y se encuentran viviendo en la ciudad con familiares o solos, teniendo en cuenta este contexto y lo expresado en párrafos anteriores, se hace necesario conocer cómo la satisfacción con la vida puede afectar al bienestar psicológico en esta población en particular.

1.2. Antecedentes

1.2.1 Antecedentes internacionales

En investigaciones realizadas con universitarios ecuatorianos se ha encontrado evidencia empírica de una relación significativa y directa entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida con el bienestar social (Moreta, Gaibor y Barrera, 2017; Moreta, López, Gordón, Ortiz y Gaibor, 2018).

Barcelata y Rivas (2016) investigaron sobre la relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y la satisfacción vital. adolescentes mexicanos. Concluyeron que existe correlación significativa entre el bienestar psicológico general y la satisfacción vital ($p < 0.01$; $r = 0.558^{**}$).

Romero y Valentín (2015) realizaron un trabajo cuyo objetivo fue conocer la relación entre satisfacción con la vida, bienestar psicológico y la felicidad. Tuvo como muestra madres adolescentes mexicanas. Los resultados revelaron que existe correlación significativa y directa entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida ($p < 0.05$; $r = 0.214^*$); y entre el bienestar psicológico con la felicidad ($p < 0.05$; $r = 0.228^*$).

Delfino, Muratori y Zubieta (2014) investigaron las variables: satisfacción con la vida, bienestar psicológico y el bienestar social. La muestra lo conformaron jóvenes argentinos que pertenecían a una institución militar. Los resultados indicaron que los participantes perciben en la mayoría de casos un alto nivel de satisfacción con la vida, igualmente para la variable bienestar psicológico y bienestar social. Como conclusión los investigadores indican que pese a desempeñarse dentro de un ambiente de tensión

y altas exigencias físicas y psicológicas, los evaluados responden de forma adaptativa, manteniendo adecuados indicadores de salud mental.

1.2.2 Antecedentes nacionales

Mamani (2018) en Lima Este, trabajó un estudio correlativo entre satisfacción familiar, bienestar psicológico y espiritualidad. La muestra la conformaron jóvenes. Los resultados manifestaron que existe una correlación directa y significativa entre el bienestar psicológico, tanto con la satisfacción familiar ($p < 0.01$; $r = .280^{**}$), como con la variable espiritualidad ($p < 0.01$; $r = .315^{**}$).

Lamas y Atuncar (2018) realizaron un trabajo de investigación cuyo objetivo fue establecer la relación entre las variables: resiliencia con bienestar subjetivo, bienestar social y bienestar psicológico. La muestra estuvo integrada por universitarios. Dentro de los resultados reportaron que la resiliencia se correlaciona de forma significativa ($p < 0.01$) con el bienestar subjetivo, psicológico y social.

Huamantuma (2017) investigó acerca de la relación entre bienestar psicológico y calidad de vida. Empleó una muestra de padres de niños que poseían diagnóstico de Trastorno Espectro Autista. Los resultados evidenciaron presencia de correlación estadísticamente significativa entre las variables señaladas ($p < 0.05$).

Luna (2017) indagó sobre la relación de las variables bienestar psicológico con el estilo de vida y estrés académico en estudiantes universitarios. Los resultados indicaron que el bienestar psicológico guarda relación estadísticamente significativa ($p < 0.01$; $r = 0.552^{**}$) con el estilo de vida, mas no entre estilo de vida y estrés académico. Igualmente, el bienestar psicológico predominó en un nivel muy positivo para el 68.9% de estudiantes.

Seminario (2016) trabajó un estudio sobre la relación entre bienestar subjetivo y la variable razones para vivir, contando con adolescentes como muestra. Los resultados reportaron una correlación significativa y directa entre satisfacción con la vida y el bienestar subjetivo en su componente afecto positivo ($p < 0.01$, $r = 0.431^{**}$) junto con tres dimensiones de la variable razones para vivir: optimismo hacia el futuro, alianza Familiar y autoaceptación ($p < 0.01$).

Franco (2015) indagó con el propósito de conocer la relación entre aspiraciones de vida y bienestar subjetivo. Utilizó una muestra de estudiantes universitarios. Los resultados revelaron que existe relación directa y significativa ($p < 0.01$) entre las aspiraciones intrínsecas para la vida con el afecto positivo, la satisfacción con la vida y el bienestar subjetivo general, mientras que las aspiraciones extrínsecas para la vida solo se correlacionaron de forma significativa ($p < 0.05$) y directa con el afecto positivo.

1.3. Bases teóricas

1.3.1. Bienestar psicológico

1.3.1.1. Definiciones

Moos (1973) conceptualiza la variable en mención como un conjunto de emociones y sentimientos subjetivos que apoyan al individuo mediante otro grupo de individuos y comunidad.

Casullo (2002) define la variable en mención como la percepción del sujeto sobre su vida mediante una valoración positiva de sí mismo, con vínculos afectivos adecuados y sanos que permitan la consecución de metas en la vida.

Por su parte, Páramo, Straniero, Silvina, Torrecilla y Escalante (2011) sostienen el bienestar psicológico como aquella valoración positiva o negativa y/o respuestas emocionales que experimenta el individuo frente a situaciones cotidianas.

En cambio, otros autores señalan que dicha variable guarda relación con la calidad de vida del individuo, en ella presenta las condiciones necesarias para una sana convivencia y la práctica positiva de la misma, la cual implica un funcionamiento óptimo en referencia a la salud mental del sujeto, su desarrollo personal y el de sus capacidades. No solo se caracteriza por la ausencia de trastornos psicológicos sino también la estabilidad de afectos positivos (Veenhoven ,1996; Oramas, Santana y Vergara, 2003)

Reforzando lo expuesto en el párrafo anterior, se conceptualiza la variable “Bienestar Psicológico” como el desarrollo de un funcionamiento positivo y de actividades con objetivo de lograr la superación personal y alcanzar el sentido de vida, a través de la aceptación propia, relaciones interpersonales sanas, manejo de una situación estresante, crecimiento personal e independencia (Deci y Ryan ,2006; Ryff y Singer, 2006)

Sin embargo, este tema no solo se enfoca a nivel personal, guarda relación también con el medio en donde se desenvuelve, factores implicados en el crecimiento psicológico y prosperidad del ser humano, mostrando la calidad de sus relaciones con terceras personas y la comprensión acerca del funcionamiento de su sociedad (Keyes, 1998; Keyes y Shapiro , 2004).

Bajo estas consideraciones, Molina y Meléndez (2006) sostienen que el bienestar psicológico es resultado del desarrollo psicológico del sujeto y la capacidad

con la que cuenta para afrontar adversidades e interactuar de manera positiva con terceros. Es el equilibrio entre las expectativas y las realidades conseguidas.

Por tal motivo, la Organización Mundial de la Salud ([OMS], como se citó en Salotti, 2006) sostiene que es el adecuado funcionamiento de la salud mental y resulta imprescindible en el desarrollo psicosocial del individuo. Y aunque en ocasiones anteriores resultaba importante conocer los aspectos negativos de la persona, hoy por el contrario se brinda mayor atención a la valoración positiva que tiene sobre su vida.

1.3.1.2. Teorías explicativas

La variable en mención toma como referencia las explicaciones que brinda Casullo, quien refiere que el Bienestar Psicológico se caracteriza por ser un constructo multidimensional, comprendido a través de elementos cognitivos y emocionales dentro de distintos contextos (Casullo, 2002).

Casullo (2002) basándose en las propuestas de Ryff elaboró su instrumento “Escala de evaluación del Bienestar Psicológico BIEPS- A”, el cual permite medir el tema en mención a través de cuatro dimensiones explicadas a continuación: a)Autonomía, capacidad para tomar decisiones y asumirlas; b)Aceptación y control de situaciones, controlando un entorno sano.; c)Vínculos psicosociales, estables vínculos afectivos sanos; d)Proyectos, se relaciona con las metas y proyectos.

Como se mencionó en el párrafo anterior, Casullo tomó como referencia la propuesta de Ryff quien bajo su “Modelo Multidimensional” explica que todo ser humano encuentra el bienestar psicológico desde distintos aspectos de la vida, dando a conocer seis componentes en dicha variable (Huarca y Ruiz, 2016).

Autoaceptación, se entiende como la capacidad para admitir características positivas y negativas reconocidas en uno mismo. Por otro lado, las relaciones positivas, indican vínculos afectivos sanos con el grupo de pares, el aislamiento social incrementaría las consecuencias negativas. Propósito en la vida, es encontrar un propósito mediante metas establecidas a corto y largo plazo. Crecimiento personal, indica desarrollar capacidades y potenciar las habilidades del ser humano. Autonomía, se entiende como la toma de decisiones y responsabilidad de las mismas. Por último, se encuentra el dominio del entorno, que se explica como el control ante las demandas presentadas en el contexto del sujeto (Ryff, como se citó en Huarca y Ruiz, 2016).

Finalmente, Casullo (1998) explica que una situación de estrés no siempre es motivo o causa para generar una patología, puesto que, se necesita tener en cuenta no sólo el evento estresante, sino también las características psicológicas como autoestima, resiliencia, autoeficacia, entre otros, así como sus redes de apoyo, sistema familiar o grupo de pares. Asimismo, se pone énfasis en la evaluación de factores que aumenten o disminuyen el desarrollo de un acontecimiento con características negativas.

1.3.1.3. Características

De acuerdo a Ferran Casas (como se citó en Chávez, 2016) el bienestar psicológico presenta las siguientes características:

- Basa el bienestar en sus capacidades y percepción sobre sí mismo, en ocasiones, el contexto físico puede influenciar, pero no siempre es inherente al mismo.
- No solo presenta escasos aspectos negativos sino también medidas positivas.

- Presenta una evaluación global acerca de la vida.

Por su parte, Andrews y Withey (1976) señalan que el factor cognitivo y emocional es una de las principales características que influyen en el bienestar psicológico de la persona. Estos dos factores guardan una relación entre sí, personas que experimentan sensaciones agradables y tienen un alto bienestar presentan mayor probabilidad de mostrarse felices con su vida, por lo que con frecuencia su estado de ánimo es muy bueno y las emociones displacenteras que experimentan suelen ser muy escasas.

Reforzando lo expuesto en el párrafo anterior, Fierro (2000) explica que los componentes afectivos y cognitivos influyen entre sí debido a la valoración que realiza el individuo acerca de acontecimientos que pasan a su alrededor, actividades y circunstancias, no obstante, en ocasiones puede diferir ya que la percepción puede ser adecuada, pero para el balance afectivo puede a veces no tener un valor positivo.

1.3.2. Satisfacción con la vida

1.3.2.1. Definiciones

La satisfacción con la vida se encuentra muy relacionado con la felicidad, así mismo, es la valoración que tiene el sujeto frente a distintos aspectos de su vida diaria mediante criterios específicos e implica el componente cognitivo del bienestar, en ella no se encuentran presentes aspectos negativos (Diener, Napa y Lucas, 2003; Reyes,2017).

Para Mikkelsen (2009) el tema en mención implica una evaluación exhaustiva sobre la vida principalmente en sus valores y metas, así como las reacciones afectivas lo cual influye en el bienestar psicológico.

Ly (2004) sostiene que dicha variable se relaciona con el sentimiento de bienestar que tiene el sujeto con su vida y se diferencia en la aprobación y desaprobación frente a las condiciones objetivas que tiene la vida.

Alarcón (2006) explica que es la percepción acerca del estado psicológico de la vida del individuo, quien evalúa aspectos propios, lo bueno y malo hasta llegar a una situación en que ambos coinciden.

Reforzando lo expuesto en líneas anteriores, Pavot, Diener, Colvin y Sandvik (1991) señalan una satisfacción global en cada aspecto de vida del sujeto, para ello realizan comparaciones de cada etapa a través de criterios, si ambos coinciden se dice que ha alcanzado la satisfacción con la vida.

La satisfacción con la vida es producto de la interacción entre el entorno familiar y social, dentro de ella se encuentran las condiciones materiales que permiten y favorecen la obtención de distintas oportunidades para alcanzar la autorrealización (Reyes, 2017).

1.3.2.2. Teorías explicativas

Pavot y Diener (1993) explican que la satisfacción con la vida es un proceso caracterizado por el juicio crítico en el que la persona valora la calidad de vida que presentan. De ello se desprende que el componente cognitivo es el predominante

dentro de esta variable de estudio, el sujeto realiza una comparación de los objetivos planteados con su condición actual de vida.

El instrumento elaborado por Diener, Emmons, Larsen y Grifiin (1985) permite conocer a través de un reporte las condiciones de vida que tiene el sujeto. Dichos autores manifiestan que en ocasiones la escala de satisfacción con la vida era apropiada principalmente a personas adulto mayores y no sólo evaluaban de manera global el juicio crítico también otros factores como entusiasmo o apatía.

Evaluar la satisfacción con la vida permite al ser humano conocer la calidad de vida que tiene comparado a distintas variables psicosociales así mismo, cómo las emociones se relacionan con factores inconscientes y estados corporales del individuo (Pavot et al. 1991).

1.4. Formulación del problema

¿Existe relación entre la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico en estudiantes de una Escuela Superior Castrense de Lima?

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo general

Determinar la relación entre satisfacción con la vida y bienestar psicológico en estudiantes de una Escuela Superior Castrense de Lima

1.5.2. Objetivos específicos

- Describir los niveles de satisfacción con la vida en estudiantes de una Escuela Superior Castrense de Lima.
- Describir los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de una Escuela Superior Castrense de Lima.

- Determinar la relación entre la satisfacción con la vida y la dimensión aceptación y control de situaciones del Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.
- Determinar la relación entre satisfacción con la vida y la dimensión autonomía de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.
- Determinar la relación entre satisfacción con la vida y la dimensión vínculos sociales de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.
- Determinar la relación entre satisfacción con la vida y la dimensión proyectos de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

1.6. Hipótesis

1.6.1. Hipótesis general

Existe relación entre satisfacción con la vida y bienestar psicológico en estudiantes de una Escuela Superior Castrense de Lima.

1.6.2. Hipótesis específicas

H₁ Existe relación entre la satisfacción con la vida y la dimensión aceptación y control de situaciones del Bienestar Psicológico en estudiantes.

H₂ Existe relación entre satisfacción con la vida y la dimensión autonomía de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

H₃ Existe relación entre satisfacción con la vida y la dimensión vínculos sociales de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

H₄ Existe relación entre satisfacción con la vida y la dimensión proyectos de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

2.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación usado en el estudio fue de tipo descriptivo –correlacional porque según nuestros objetivos relacionamos las variables sentido de vida y bienestar psicológico, así como, describimos los niveles de satisfacción con la vida y niveles de bienestar psicológico en la población estudiada. El diseño de esta investigación es no experimental ya que no existe manipulación de variables, sino que los datos son recogidos de la muestra (Hernández, Fernández y Batista, 2014).

2.2. Población y muestra

Población

La población estuvo conformada por todos alumnos varones de una escuela superior castrense de Lima Metropolitana, cuyas edades se hallaban entre los 18 a 25 años.

Muestra

La muestra se determinó en forma no probabilística y el muestreo por conveniencia, es decir, se encuestó por salones a todos los estudiantes que estaban presentes en los días de la evaluación. La muestra fue de 210 estudiantes varones con edades de 18 a 25 años que se estaban formando para la vida castrense.

2.3. Técnicas, instrumentos de recolección y análisis de datos

2.3.1. Técnicas de Recolección de datos:

La técnica usada fue la encuesta, utilizando escalas psicológicas de cada variable, estas fueron aplicadas en las aulas de los estudiantes. Como menciona Hernández, et.al (2014) y Sánchez y Reyes (2006), esta técnica tiene como finalidad recolectar datos de la realidad en función a los objetivos planteados en la investigación.

2.3.2 Instrumentos de Recolección de datos:

Para la recolección de datos se utilizaron dos instrumentos:

Ficha Técnica de la Escala de Bienestar Psicológico

Nombre:	Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)
Autora:	María Casullo
Año:	2002
Procedencia:	Argentina
Ámbito de aplicación:	18 años a más
Administración:	Individual o colectiva
Tiempo:	10 minutos
Total ítems:	13 ítems
Objetivo:	Evaluar la percepción subjetiva del bienestar psicológico

La escala de Bienestar Psicológico construida por María Casullo (2002) tiene como objetivo evaluar la percepción subjetiva del bienestar psicológico, la cual consta de 13 ítems agrupados en cuatro dimensiones: proyectos, aceptación, control y vínculos. Es una escala de tipo Likert con cuatro opciones de respuesta: En desacuerdo, Ni acuerdo, ni desacuerdo y de Acuerdo. Esta escala puede ser utilizada en la investigación, evaluación psicológica individual o evaluación en población general.

Validez y Confiabilidad

En el Perú Domínguez (2014) validó la escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) de Casullo en muestra de universitarios de ambos sexos y con

rango de edades entre 16 y 44 años. Aplicó análisis factorial confirmatorio encontrando que la escala si se ajustan a la estructura tetrafactorial. Respecto a la confiabilidad total de la escala y sus dimensiones reportó que el alfa de Crombach superaron el mínimo esperado encontrando índices mayores a $\alpha > .80$) y llegó a la conclusión que la escala presenta adecuadas propiedades psicométricas.

Ficha Técnica de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)

Nombre:	Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)
Autores:	Ed Diener, Robert Emmons, Randy Larsen y Sharon Griffin.
Año :	1985
Procedencia:	inglesa
Ámbito aplicación:	Adolescentes y también puede ser usado en mayores.
Administración:	Individual o colectiva
Tiempo:	15 minutos aproximadamente
Total ítems:	05 ítems
Objetivo:	Determinar niveles de satisfacción global con la vida.

La escala de Satisfacción con la vida fue construida por Diener et al. (1985) con el objetivo de evaluar el grado de satisfacción con la vida en global. Es una escala de tipo Likert con cinco opciones de respuesta que va desde Totalmente de Acuerdo hasta totalmente en Desacuerdo. Los criterios para la calificación de la escala son:

- De 5 ptos. a 9 ptos. : Muy satisfecha
- De 10 ptos. A 14 ptos. : Insatisfecha
- Puntaje de 15 ptos. : Punto neutral
- De 16 ptos. A 20 ptos. : Satisfacción
- De 21 ptos. A 25 ptos. : Muy satisfecha :

Validez y Confiabilidad

En cuanto a la validez de la escala los autores realizaron un análisis factorial la cual dio como resultado un solo factor que explicó el 66% de la varianza. De igual manera se realizaron estudios de correlación de la escala con otras medidas del bienestar subjetivo, las cuales muestran una correlación moderadamente fuerte.

Con respecto a la confiabilidad, reporta una alta consistencia interna Alpha de .87 y un coeficiente de estabilidad test-retest de dos meses de .82.

Sancho, Caycho-Rodríguez, Ventura-León, Tomás y Reyes-Bossio (2019) validaron la escala Satisfacción con la vida para adultos en muestra española y peruana, encontrando una invarianza estricta de la estructura unifactorial de la escala en ambas muestras, permitiendo hacer comparaciones adecuadas, tanto de medias latentes como de relaciones con otras variables. Con los resultados hallados llegaron a la conclusión que la escala de Satisfacción con la vida es válida para realizar estudios comparativos transculturales.

2.4. Procedimiento

Se coordinó con las autoridades de la Escuela de formación castrense para las facilidades para desarrollar la investigación obteniéndose el permiso correspondiente, incorporándose los instrumentos a la batería de pruebas al Departamento de Psicología extrayendo los resultados necesarios para la investigación.

Se llevó a cabo la encuesta en varias sesiones de acuerdo a las horas libres que tenían los estudiantes llegando a la muestra determinada.

Se seleccionaron las encuestas contestadas de manera completa y la que no se desecharon para luego pasar la información a una base de datos en Excel y luego se exportó al SPSS para analizar según los objetivos de la investigación.

Finalmente se realizaron los trabajos de escritorio para realizar el informe de tesis, actualizando la información y referencias de acorde a los resultados.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

3.1 Análisis exploratorio de las variables Satisfacción con la vida y las dimensiones del Bienestar Psicológico.

Según la prueba de ajuste a la normalidad Kolmogorov-Smirnov (K-S), podemos observar en la tabla 1 que el valor de p es inferior a 0,05 para las variables satisfacción con la vida y bienestar psicológico como sus dimensiones (Aceptación y control de situaciones, Autonomía, Vínculos psicosociales y Proyectos) por lo que se decidió para los análisis de inferenciales hacer uso de los estadísticos no paramétricos.

Tabla 1

Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov para las variables Satisfacción con la vida y las dimensiones de Bienestar psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima

	BIENESTAR PSICOLÓGICO	Aceptación y control de situaciones	Autonomía	Vínculos psicosociales	Proyectos	SATISFACCIÓN CON LA VIDA
Media	13.76	3.23	3.08	3.13	4.32	7.10
DS	1.458	0.669	0.315	0.460	0.781	3.073
K-S	0.404	0.508	0.534	0.524	0.487	0.268
p	,000 ^c	,000 ^c	,000 ^c	,000 ^c	,000 ^c	,000 ^c
n	210	210	210	210	210	210

3.2 Análisis de Correlación entre Satisfacción con la vida y Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

En la tabla 2 podemos observar que según el coeficiente de correlación de Spearman nos indica que existe una relación positiva baja entre las variables satisfacción con la vida y bienestar psicológico ($r = ,324^{**}$ $p < ,000$). Esto quiere decir que a mayor satisfacción con la vida mayor bienestar psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

Tabla 2

Correlación entre las variables Satisfacción con la vida y Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

		<i>Bienestar Psicológico</i>	
		r	p
<i>Satisfacción con la vida</i>		,324	,000

3.3 Descripción de los Niveles de Satisfacción con la vida en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

En la tabla 3 se describen los niveles de Satisfacción con la vida, en la cual se evidencia que el 58,6% presenta un nivel insatisfecho, seguido por nivel satisfecho de 15,2%, un 12,4% presenta un nivel de muy satisfecho, mientras que el 9% se muestra insatisfecho y finalmente un 4,8% presenta un nivel neutro.

Tabla 3

Niveles de Satisfacción con la vida en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

	Frecuencia	Porcentaje
Muy Insatisfecho	123	58,6 %
Insatisfecho	19	9,0 %
Neutro	10	4,8 %
Satisfecho	32	15,2 %
Muy Satisfecho	26	12,4 %
Total	210	100 %

3.4 Descripción de los Niveles de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima

Podemos observar en la tabla 4 que un 70,5% de estudiantes de una escuela superior presentan un bajo nivel de bienestar psicológico, seguido por un 18,6% de un

nivel moderado de bienestar psicológico y finalmente un 11% presenta un alto nivel de bienestar psicológico.

Tabla 4

Niveles de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	148	70,5 %
Moderado	39	18,6 %
Alto	23	11 %
Total	210	100 %

3.5 Análisis de correlación entre la Satisfacción con la vida y las dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

En las tablas que se muestran a continuación, podremos observar los resultados de la prueba de correlación de Spearman.

En la Tabla 5 observamos que existe relación positiva baja entre satisfacción con la vida y la dimensión aceptación y control de situaciones de la variable bienestar psicológico ($r_{ho} = ,226$ $p < 0.001$), esto quiere decir que a mayor satisfacción con la vida mayor aceptación y control de situaciones.

Tabla 5

Análisis de correlación entre satisfacción de la vida y la dimensión aceptación y control de situaciones de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

		Aceptación y control de situaciones
Satisfacción con la vida	Rho	,226
	p	0.001
	n	210

En la tabla 6 se muestra que existe una relación positiva muy baja entre satisfacción con la vida y la dimensión autonomía de bienestar psicológico ($r_{ho} = ,190$ $p < 0.05$), lo cual nos quiere decir que a mayor satisfacción con la vida mayor autonomía.

Tabla 6

Análisis de correlación entre satisfacción con la vida y la dimensión autonomía de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

		Autonomía
Satisfacción con la vida	Rho	,190
	p	0.006
	n	210

También la tabla 7 nos permite apreciar que existe una relación positiva muy baja entre satisfacción con la vida y la dimensión vínculos sociales de bienestar psicológico ($r_{ho} = ,239^{**}$ $p < 0.001$), por tanto, a mayor satisfacción con la vida mayor vínculos sociales.

Tabla 7

Análisis de correlación entre satisfacción con la vida y la dimensión vínculos sociales de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima

		Vínculos Sociales
Satisfacción con la vida	Rho	,239**
	P	0.000
	N	210

Finalmente podemos apreciar en la Tabla 8 que existe una relación positiva muy baja entre satisfacción con la vida y la dimensión proyectos de bienestar psicológico ($r_{ho} = ,199^{**}$ $p < 0.05$), lo cual nos evidencia que a mayor satisfacción con la vida mayores proyectos del bienestar psicológico

Tabla 8

Análisis de correlación entre satisfacción de la vida y la dimensión proyectos de Bienestar Psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima

		Proyectos
Satisfacción con la vida	Rho	,199**
	p	0.004
	n	210

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 Discusión

La vida militar-policial, representa cambios radicales para el estudiante en formación, sobre todo en su estilo de vida, en principio a causa de la estructura jerárquica de la institución la cual es rígida y demanda de una adaptación inmediata, de las misma manera las normas de conducta son de mayor exigencia orientadas a la ética y valores de la institución, la idiosincrasia para la realización de actividades y/o funciones establecidas, lo que empuja a primordiales cambios en el estilo de vida del estudiante (Loaiza y Pozada, 2016). Una de las grandes exigencias y la que se presta mayor atención en la preparación física hasta llevarlos al límite para preparar al estudiante a situaciones extremas y críticas, pero también requiere de fortalecer el aspecto psicológico que en muchos de los casos no se le presta la misma atención como a la preparación física, lo que trae consigo problemas psicológicos como estrés, inseguridad, frustración entre otros y sumado a esto al alejamiento de la familia que en muchos casos servía como soporte emocional y en este proceso no está presente lo que da una sensación de soledad (Martinez, 2011)

El objetivo de esta investigación fue determinar la relación entre la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico en estudiantes de educación superior castrense. Los resultados encontrados nos señalan que, sí existe una relación positiva baja entre la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico, lo que nos señala que a mayor satisfacción con la vida mayor bienestar psicológico manifestado en los estudiantes de la institución castrense. Estos resultados confirman la hipótesis planteada en este estudio, donde se señaló que sí existe relación entre la satisfacción con la vida y

bienestar psicológico en los estudiantes de la escuela superior castrense de Lima. Los hallazgos concuerdan con los resultados informados por Barcelata y Rivas (2016) quienes investigaron sobre el bienestar psicológico y la satisfacción vital en estudiantes mexicanos, encontrando correlación significativa entre sus variables. En la misma temática Romero y Valentín (2015) hallaron relación entre satisfacción con la vida, bienestar psicológico y la felicidad en una muestra de madres adolescentes de México. Igualmente, Pavot y Diener (1993) encontraron que las variables satisfacción con la vida y el bienestar psicológico tienen una correlación entre sí que a su vez se puede relacionar con las variables de felicidad y presencia de afectos positivos.

Respecto al objetivo específico número 01, en nuestros análisis descriptivos encontramos que el 58,6% de estudiantes de una escuela superior castrense manifiestan estar muy insatisfechos con la vida, seguido de un 15,2% de satisfechos, un 12,4% de muy satisfechos, un nivel insatisfecho de 9% y finalmente un 4,8% se muestran neutrales, ante lo cual se evidencia que más del 60% de los participantes del estudio se encuentran insatisfechos con su vida actual en las que se incluyen las actividades de formación castrense, denotando que la valoración que tenían frente a los aspectos de su vida diaria era negativa, puesto que según los autores satisfacción con la vida está relacionada con la felicidad y la buena forma de vivir de cada sujeto. (Diener, Napa y Lucas, 2003).

En relación con el objetivo número 02, se encontró que 70,5% de estudiantes presentan bajo nivel de bienestar psicológico, lo que desde la teoría de Casullo (2002) el bienestar psicológico implica la manera de ver de la persona sobre sí misma, incluyendo sus vínculos afectivos adecuados y sanos que ayuden a alcanzar los objetivos de vida.

Respecto a los objetivos específicos 03, 04, 05 y 06 orientados a evaluar la relación entre la satisfacción con la vida y las dimensiones del bienestar psicológico encontramos que, para todos los casos, sí hay correlación baja y positiva entre la satisfacción con la vida y las dimensiones: a. *aceptación y control de situaciones*, lo que a mayor reconocimiento de aspectos positivos y negativos de sí mismos más satisfechos con la vida. b. *autonomía*, significando que a mejor toma de decisiones, mejor valoración de su vida. c. *vínculos sociales*, evidenciando que a mayores relaciones sanas, mayor satisfacción en la vida de la persona. d. *proyectos*, que refiere a que mejores establecimientos de metas a corto o largo plazo, mejor satisfacción con la vida; confirmando nuestras hipótesis de investigación. lo que nos lleva a pensar que a mayor satisfacción con la vida mayor aceptación y control de situaciones, mayor autonomía, mayores vínculos sociales, y mayores proyectos de vida. Nuestros resultados coinciden con Barcelata y Rivas (2016) reportaron correlaciones significativas entre las dimensiones del bienestar psicológico y la satisfacción vital concluyendo que a mayor aceptación y autocontrol mayor será la satisfacción manifestada frente a la vida, así mismo, las relaciones positivas y el propósito de vida resultaron ser predictores de la satisfacción vital.

A partir de los hallazgos presentados se observa que en la muestra estudiada la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico que podrían evaluarse como desfavorables para lograr una rápida adaptación al entorno castrense, sin embargo, son resultados esperados debido a que los participantes del estudio eran estudiantes de reciente ingreso y como lo señala Moreno, Menéndez y Cruz (2001) el individuo insertado en la vida castrense constantemente se expone a situaciones que le generan inseguridad e indicadores de ansiedad, los cuales se ven reforzados por los deberes

asignados y el alejamiento familiar, provocando nostalgia, que aunado a la rigurosidad de la nueva dinámica de vida recaen en una presión emocional.

En cuanto a las limitaciones del estudio, dadas las características de la población estudiada, no fue posible llevar a cabo un muestreo aleatorio, por lo que no se pueden extender los resultados a población similar. Así mismo, las contrastaciones son aproximaciones a explicar los resultados ya que no se encuentran estudios con las mismas variables en población castrense, por lo que se tiene que seguir investigando la relación de estas variables. Finalmente, no se ha podido incorporar otras variables que podrían estar afectando la satisfacción con la vida y bienestar psicológico.

Finalmente podemos señalar la importancia de trabajar la satisfacción con la vida y más en esta población que por el tipo de formación se genera un cambio radical a lo acostumbrado, se necesita de un equipo de acompañamiento en el trabajo de la salud mental y darles estrategias para manejar el estrés, miedos, frustraciones y crisis existenciales que tienen un impacto en el bienestar psicológico de los estudiantes de estas escuelas castrenses.

4.2 Conclusiones

- Existe relación una relación positiva baja entre las variables satisfacción con la vida y bienestar psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.
- En los niveles de satisfacción con la vida, se evidencia que el 58,6% de estudiantes de una escuela superior castrense de Lima, se muestran muy insatisfechos, seguido de un 15,2% de satisfechos, un 12,4% de muy satisfechos, un nivel insatisfecho de 9% y finalmente un 4,8% se muestran neutrales.
- En cuanto a los niveles de bienestar psicológico, un 70,5% de estudiantes de una escuela superior castrense de Lima, presentan un nivel bajo, seguido de un 18,6% en un nivel moderado y un 11% presentan un nivel alto.
- Se evidenció una relación positiva baja entre satisfacción con la vida y la dimensión aceptación y control de situaciones de la variable bienestar psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.
- Se evidenció una relación positiva muy baja entre satisfacción con la vida y la dimensión autonomía de bienestar psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.
- Se evidenció relación positiva baja entre la variable satisfacción con la vida y la dimensión vínculos sociales de bienestar psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.
- Se evidenció una relación positiva muy baja entre satisfacción con la vida y la dimensión proyectos de bienestar psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima.

REFERENCIAS

- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una Escala para medir la Felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 40 (1), 99-106.
- Andrews, F. y Withey, S. (1976). *Social indicators of well-being: American's perception of life quality*. New York: Plenum.
- Banco Mundial. (2017). *Personal de las Fuerzas Armadas*. Recuperado de <https://datos.bancomundial.org/indicador/MS.MIL.TOTL.P1>
- Barcelata, B. y Rivas, D. (2016). Bienestar psicológico y satisfacción vital en adolescentes mexicanos tempranos y medio. *Revista Costarricense de Psicología*, 35(2), 119-137. Recuperado de <http://www.rcps-cr.org/openjournal/index.php/RCPs/article/view/84>
- Casullo, M. (1998). *Adolescentes en riesgo*. Buenos Aires: Paidós.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós
- Chávez, C. (2016). *Calidad de vida y bienestar psicológico en personas con discapacidad motriz de un centro de integración de discapacitados de Trujillo* (Tesis de licenciatura). Recuperado de <http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1768/1/>
- Deci, E. y Ryan, R. (2006). Hedonia, eudemonia and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1-11.
- Delfino, G., Muratori, M. y Zubieta, E. (2014). Bienestar psicosocial y satisfacción con la vida en estudiantes militares. *Revista digital universitaria*, 12(35), 1-9. Recuperado de <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/35028>

- Diener, E., Suh, E. y Oishi, S. (1997). Recent Findings on Subjective Well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1), 25-41. Recuperado de <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1997-43193-002>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. y Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 1(49), 71-75.
- Diener, E., Oishi, S. y Lucas, R. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Diener, E., Napa C. y Lucas, R. (2003). The Evolving Concept of Subjective Well-Being: The Multifaceted Nature of Happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187-219. Doi: [https://doi.org/10.1016/S1566-3124\(03\)15007-9](https://doi.org/10.1016/S1566-3124(03)15007-9)
- Fierro, A. (2000). Salud (comporta) mental: un modelo conceptual. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 53(1), 147-163.
- Franco, I. (2015). *Relación entre el bienestar subjetivo y las aspiraciones de vida en estudiantes de medicina de Lima Metropolitana* (Tesis de licenciatura). Recuperado de <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/621930>
- González, C. (2004). La psicología positiva: un cambio en nuestro enfoque patológico clásico. *Liberabit*, 10(1). Recuperado de http://revistaliberabit.com/es/revistas/RLE_10_1_la-psicologia-positiva-un-cambio-en-nuestro-enfoque.pdf
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta ed.). México: Mc Graw Hill/ Interamericana.

Huamantuma, L. (2017). *Bienestar psicológico y calidad de vida familiar en padres de niños con autismo de los cebs de la ciudad de Arequipa* (Tesis de licenciatura). Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/5566>

Huarca, P. y Ruiz, K. (2016). *Satisfacción laboral y bienestar psicológico en trabajadores obreros de empresas de intermediación laboral del sector minero en Arequipa* (Tesis de licenciatura). Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/3524/Pshuhupa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Índice Global de Potencia de Fuego. (2019). *2020 Military Strength Ranking*. Recuperado de <https://www.globalfirepower.com/countries-listing.asp>

Keyes, C. (1998). Social Well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61 (2), 121-140.

Keyes, C. y Shapiro, A. (2004). *A national study of well-being a midlife*. Estados Unidos: University of Chicago Press

Lamas, H. y Atuncar, S. (2018). *Bienestar (subjetivo, psicológico y social) y resiliencia en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud, universidad autónoma de Ica, 2018* (Tesis doctoral). Recuperado de http://www.lareferencia.info/vufind/Record/PE_6f14e88822d2d84dbfb68b6d67aba95e

Loaiza, O. y Pozada, J. (2016). Psicología militar: Conceptualización e investigaciones contemporáneas. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 8(2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3331/333147069006/html/index.html>

- Luna, M. (2017). *Relación del bienestar psicológico, estrés académico y el estilo de vida de los estudiantes de la universidad Inca Garcilaso de la Vega* (Tesis doctoral). Recuperado de <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2379>
- Ly, G. (2004). *Atribuciones Causales de la Satisfacción con la vida en un grupo de adultos de Lima*. Lima: PUCP.
- Maganto, C. y Maganto, J. (2013). *Cómo potenciar las emociones positivas y afrontar las negativas*. Madrid: Pirámide.
- Mamani, B. (2018). *Bienestar psicológico, satisfacción familiar y espiritualidad en estudiantes de una universidad privada de Lima Este* (Tesis de licenciatura). Recuperado de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/1013>
- Martínez, J. (2011). Aspectos psicológicos de la supervivencia en operaciones militares. *Sanidad Militar*, 67(1). Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1887-85712011000100009
- Mikkelsen, F. (2009). *Satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima*. Lima: PUCP.
- Molina, C. y Meléndez, J. (2006). Bienestar psicológico en envejecientes de la República Dominicana. *Geriátrika*, 22(3), 97-105.
- Moos, G. (1973). *Illness, Immunity and social interaction*. New York: John Willey
- Moreno, R., Menéndez, J. y Cruz, M. (2001). Factores psicosociales y estrés en el medio militar. *Revista Cubana de medicina militar*, 30(3). Recuperado de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572001000300008

Moreta, R., Gaibor, I. y Barrera, L. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. *Salud y sociedad*, 8(2), 172-184. Doi: 10.22199/S07187475.2017.0002.00005

Moreta, R., López, C., Gordón, P., Ortiz, W. y Gaibor, I. (2018). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y social como predictores de la salud mental en ecuatorianos. *Actualidades en psicología*, 32(124), 111-125. Doi: <https://doi.org/10.15517/ap.v32i124.31989>

Nuciari, M. (2006). *Handbook of the Sociology of the Military*. Nueva York: Springer.

Oramas, A., Santana, S. y Vergara, A. (2006). El bienestar psicológico, un indicador de salud mental positivo. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 7(1-2), 34-39.

Páramo, M., Straniero, C., Silvina, C., Torrecilla, N. y Escalante, E. (2011). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento psicológico*, 10(1), 7-21. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v10n1/v10n1a01.pdf>

Pavot, W., Diener, E., Colvin, C., y Sandvick, E. (1991). Further validation of the Satisfaction with Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57, 149-161.

Pavot, W. y Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5 (2), 164-172.

- Reyes, P. (2017). *Satisfacción con la vida y calidad de vida laboral* (Tesis de maestría). Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/7146/Reyes_rp.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ryff, C. y Singer, B. (2006). Journal of Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Happiness Studies*, 9(1), 13-39.
- Romero, E. y Valentín, S. (2015). *Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y felicidad en madres adolescente* (Tesis de licenciatura). Recuperado de <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/66594/>
- Romero, V. (2016). *Bienestar psicológico y empatía cognitiva y afectiva en mujeres víctimas de violencia atendidas en hospitales públicos de Trujillo* (Tesis doctoral). Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/191>
- Salotti, P. (2006). *Estudios sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires* (Tesis de licenciatura). Recuperado de http://repositorio.ub.edu.ar/bitstream/handle/123456789/223/207_salotti.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Sancho, P., Caycho-Rodríguez, T., Ventura-León, J., Tomás, J y Reyes-Bossio, M (2019) Does the Spanish version of the SWLS measure the same in Spain and Peru?. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*. Volumen 54, Número 6 , noviembre-diciembre, 329-333. doi.org/10.1016/j.regg.2019.04.003

Seminario, C. (2016). *Bienestar subjetivo y razones para vivir en adolescentes en conflicto con la Ley Penal* (Tesis de licenciatura). Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/7168>

Veenhoven, R. (1996). *A comparative study of satisfaction with life in Europe*. Budapest: Eötvös University Press

ANEXOS

ANEXO 1:

ESCALA BIEPS-A

María Martina Casullo

Fecha de hoy:

Te pedimos que leas con atención las frases siguientes. Marca tu respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: **-ESTOY DE ACUERDO- NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO -ESTOY EN DESACUERDO-** No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No dejes frases sin responder. Marca tu respuesta con una cruz (o aspa) en uno de los tres espacios.

	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerd o	En desacuerd o
1.- Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.			
2.- Tengo amigos/as en quienes confiar.			
3.- Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
4.- En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.			
5.- Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
6.- Me importa pensar que haré en el futuro.			
7.- Generalmente caigo bien a la gente.			
8.- Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
9.- Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10.- Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.			
11.- Creo que en general me llevo bien con la gente.			
12.- Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
13.- Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			

ANEXO 2:

Escala de Satisfacción con la vida (SWLS)

A continuación, encontrarás afirmaciones con las cuales podrás estar de acuerdo o en desacuerdo, Indica el grado de acuerdo o desacuerdo marcando con un aspa la respuesta que consideres más apropiada.

Las posibles respuestas están debajo de cada afirmación. Por favor, sé sincero y recuerda que este cuestionario es absolutamente anónimo.

TA Totalmente de Acuerdo
DA De Acuerdo
N Neutral
ED En Desacuerdo
TD Totalmente Desacuerdo

	TA	DA	N	ED	TD
1. En la mayoría de aspectos mi vida es cercana a mi ideal					
2. Las condiciones de mi vida son excelentes					
3. Estoy satisfecho con mi vida					
4. Hasta ahora he conseguido las cosas importantes que he deseado en la vida					
5. Si pudiera vivir mi vida de nuevo no cambiaría casi nada					