

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

**FELICIDAD Y RAZONES PARA VIVIR EN ESTUDIANTES DE
PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO**

AUTORA: ALVITEZ DIAZ CLAUDIA YOLANDA

ASESORA: JARAMILLO CARRION CARMEN CONSUELO

Trujillo - Perú

2021

**“FELICIDAD Y RAZONES PARA VIVIR EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE
UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO”**

PRESENTACIÓN

Dando cumplimiento a las normas del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Privada Antenor Orrego, Facultad de Medicina Humana, Escuela Profesional de Psicología, someto a vuestro criterio profesional la tesis titulada “Felicidad y Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo”, elaborada con la finalidad de obtener el Título Profesional de Licenciada en Psicología.

La investigación tuvo como objetivo determinar cuál es la relación entre Felicidad y Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

Con la certeza de que se le concederá el valor justo y con total disposición a sus observaciones, les agradezco de forma anticipada por las sugerencias y apreciaciones con respecto a la investigación.

Claudia Yolanda Alvítez Díaz

DEDICATORIA

A Elmer, Edelmira, Alonso y Laura.

AGRADECIMIENTOS

A Dios y a la Virgen María; por hacerse presentes a través del amor que me ofrece mi familia.

A mis padres; porque a través de su ejemplo, me motivan cada día. Por la confianza que tienen hacia mí, y por su apoyo incesante.

A la Mg. Carmen Jaramillo Carrión; por su guía, paciencia y consejos brindados a lo largo de mi vida universitaria.

A los docentes y estudiantes que permitieron que esta investigación se lleve a cabo, y a quienes formaron parte de la misma, por su apoyo e interés.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTOS	v
RESUMEN.....	xi
ABSTRACT	xii
CAPITULO I	
MARCO METODOLÓGICO	13
1.1. EL PROBLEMA	14
1.1.1. Delimitación del problema	14
1.1.2. Formulación del problema.....	19
1.1.3. Justificación del estudio.....	19
1.1.4. Limitaciones	20
1.2. OBJETIVOS.....	20
1.2.1. Objetivo general	20
1.2.2. Objetivos específicos	21
1.3. HIPÓTESIS	21
1.3.1. Hipótesis general	21
1.3.2. Hipótesis específicas.....	21
1.4. VARIABLES E INDICADORES	21
1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN	22
1.5.1. Tipo de investigación.....	22
1.5.2. Diseño de investigación.....	22
1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA	22
1.6.1. Población	22
1.6.2. Muestra	23

1.6.2. Muestreo	23
1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	25
1.8. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	27
1.9. ANÁLISIS ESTADÍSTICO	27
CAPITULO II	
MARCO REFERENCIAL TEÓRICO	29
2.1. Antecedentes	30
2.2. Marco teórico	32
2.2.1. Felicidad	32
2.2.1.1. Teoría que sustenta la Felicidad.....	32
2.2.1.2. Modelos Teóricos.....	34
2.2.1.3. Propiedades de la conducta feliz.....	38
2.2.1.4. Factores de la felicidad de acuerdo al modelo teórico	39
2.2.2. Razones para vivir	39
2.2.2.1. Teorías que sustentan las Razones para Vivir.....	39
2.2.2.2. Modelos Teóricos.....	42
2.2.2.3. Condiciones influyentes en las Razones para vivir.....	45
2.2.2.4. Factores protectores en la conducta suicida.....	45
2.2.2.5. Factores de riesgo en la conducta suicida	46
2.2.2.6. Dimensiones de Razones para vivir.....	47
2.3. Marco conceptual	48
CAPÍTULO III	
RESULTADOS	49
CAPITULO IV	
ANÁLISIS DE RESULTADOS	59
CAPITULO V	
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	72

5.1. CONCLUSIONES	73
5.2. RECOMENDACIONES	75
CAPITULO VI	
REFERENCIAS Y ANEXOS	76
7.1. Referencias	76
7.2. Anexos.....	83

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Distribución de la población de estudiantes de Psicología según ciclos de estudios de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	21
Tabla 2. <i>Distribución de la muestra de estudiantes de Psicología según ciclos de estudios de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	22
Tabla 3. <i>Niveles de Felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	47
Tabla 4. <i>Niveles de Felicidad según dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	48
Tabla 5. <i>Niveles de Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	49
Tabla 6. <i>Niveles alcanzados en los componentes de Razones para vivir según en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	50
Tabla 7. <i>Correlación de la Felicidad con Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	51
Tabla 8. <i>Correlación de la dimensión Sentido positivo de la vida con las dimensiones de Razones para vivir, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo... </i>	52
Tabla 9. <i>Correlación de la dimensión Satisfacción con la vida con las dimensiones de Razones para vivir, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	53
Tabla 10. <i>Correlación de la dimensión Realización Personal con las dimensiones de Razones para vivir, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	54
Tabla 11. <i>Correlación de la dimensión Alegría de vivir con las dimensiones de Razones para vivir, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	55
Tabla 12. <i>Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones de Felicidad y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	87
Tabla 13. <i>Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones de Razones para vivir y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.....</i>	88
Tabla 14. <i>Evaluación de ítems a través del coeficiente de validez ítem – test corregido, de la Escala de Felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo....</i>	89
Tabla 15. <i>Evaluación de ítems a través del coeficiente de validez ítem-escala corregido, de la Escala de Felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo... </i>	90

Tabla 16. <i>Evaluación de ítems a través del coeficiente de validez Ítem-test corregido, de la Escala de Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo</i>	91
Tabla 17. <i>Evaluación de ítems a través del coeficiente de validez Ítem-escala corregidos, de la Escala de Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo</i>	92
Tabla 18. <i>Confiabilidad de la Escala de Felicidad de Felicidad y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo</i>	93
Tabla 19. <i>Confiabilidad de la Escala de Razones para vivir y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo</i>	94

RESUMEN

La investigación tuvo como fin determinar cuál es la relación entre Felicidad y Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, utilizando para su evaluación la Escala de Felicidad de Lima (Alarcón, 2009) y el inventario de Razones para Vivir (Reasons for living Inventory, RFL), elaborado por Linehan et al. (1983). Se empleó un diseño de investigación descriptivo correlacional. Se trabajó con 250 estudiantes del 1er al 10mo ciclo del programa académico de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, con matrícula vigente en el ciclo académico 2018 – 20. Finalmente, se logró establecer una relación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación grande, entre Felicidad y Razones para Vivir a nivel general y con la dimensión Relaciones Familiares; igualmente, se encontró evidencia de correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de la correlación de magnitud mediana entre Felicidad y las dimensiones: Relaciones con pares, Creencias de afrontamiento, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva.

Palabras clave: *Felicidad, razones para vivir, estudiantes universitarios.*

ABSTRACT

The purpose of the research was to determine the relationship between Happiness and Reasons for Living in Psychology students from a Private University of Trujillo, using the Lima Happiness Scale (Alarcón, 2009) and the Inventory of Reasons to Live (Reasons for living Inventory, RFL), prepared by Linehan et al. (1983). The present study had a descriptive correlational research design. We worked with 250 students from the 1st to the 10th cycle of the academic program of Psychology of a Private University of Trujillo, with current enrollment in the academic cycle 2018-20. Finally, it was possible to establish a highly significant relationship ($p < .01$), direct and with an effect size of large correlation magnitude, of Happiness with Reasons for Living at a general level and with the Family Relationships dimension; Likewise, evidence of highly significant ($p < .01$) and direct correlation was found, with the effect size of the correlation of medium magnitude between Happiness with the dimensions: Relationships with peers, Coping beliefs, Expectations towards the future and Positive self-evaluation.

Keywords: *Happiness, reasons to live, university students.*

CAPITULO I
MARCO METODOLÓGICO

1.1. EL PROBLEMA

1.1.1. Delimitación del problema

Aunque los estudios científicos sobre la felicidad son contemporáneos, la atención ideológica que han recibido proviene desde la Grecia antigua, conservándose el interés por su estudio hasta la actualidad. Desde siempre, los filósofos se interesaron por saber qué es la felicidad, si es inherente o no al ser humano, así como también, qué haberes la conforman en las vidas de los individuos. El eudemonismo, creencia muy conocida del mundo griego, sustentó que el propósito del hombre es ser feliz. Sócrates, consideraba que todos los seres humanos anhelaban un bien verdadero, la auténtica felicidad (Fouillée, 1942, tomo I, p. 143). Por su parte, Aristóteles agregó que ser feliz era el primer propósito, y el más importante del hombre. Profesionales del campo de la psicología que se dedicaron a crear técnicas psicoterapéuticas y a trabajar para conseguir que el humano alcance la felicidad a través de ellas, se han sumado en recientes décadas a los estudios acerca de aquella. (Alarcón, 2016, p. 113)

Si la felicidad es algo final que se basta a sí misma, se le denomina autosuficiencia o autarquía. Aquellos individuos que experimentan esta fase llegan a sentir que no les hace falta nada; por ello, la felicidad es el fin, un fin autárquico. La autarquía en el sentido aristotélico no hace referencia a obtener bienes materiales suficientes para vivir, no se refiere al aislamiento del hombre, pues este es un ser social. El concepto de autarquía según algunas escuelas socráticas y helenísticas era una de las condiciones para conseguir el estado de eudaimonía o felicidad, que significa serenidad, placidez, paz, calma. No obstante, como dicha fase de serenidad podría cambiar debido a factores externos, se recomendaba el desasimiento de los bienes externos y el atenerse únicamente a lo que estuviera en manos del sujeto, con el fin de obtener el gobierno de sí mismo, es decir, la autosuficiencia. (Ferrater Mora, 1969, p. 159).

Para Aristóteles, la felicidad debía verse complementada a través de bienes tangibles, pues tanto para sentirse bien como para obrar con bien, era imprescindible la riqueza. Un claro ejemplo de esto sería la filosofía de Solón, que mencionaba que el hombre dichoso no era más que un hombre provisto de los bienes exteriores suficientes, que le permitieran obrar con bien, y vivir modestamente. Aristóteles se preguntaba si la felicidad se obtenía mediante una simple coincidencia, o si era causada por un factor

divino; si era posible aprender mediante hábitos a sentirse dichosos, o si se trataba de un regalo, como un efecto del azar. Sin embargo, la felicidad no depende de la suerte, ni el azar, ni tampoco se trata de un regalo ni de una coincidencia. La felicidad se construye mediante la práctica, el aprendizaje constante, se compone de cada experiencia vivida y de cómo las personas captan estas sensaciones: el modo en cómo aprenden a vivir la felicidad; y no por ello deja de tratarse de una de las cosas más satisfactorias y valiosas. (Alarcón, 2016, p. 118)

Debido a que la felicidad es un tema de interés e importante para todas las personas, en el año 2012, la Asamblea General de las Naciones Unidas (ONU), consideró la necesidad de que aquella cuente con una fecha asignada para su celebración por lo que se determinó en ese entonces que el 20 de marzo sería el Día Internacional de la Felicidad. La designación tuvo el propósito principal de hacer un llamado al respaldo de cada gobierno para la promoción de la inclusión de actividades relacionadas con la felicidad que se dirijan al logro del bienestar de todos los pueblos, como una aspiración universal de todos los habitantes (ONU, 2012).

Sin embargo, las vidas de los seres humanos están pobladas por experiencias muy diversas, algunas de ellas contrapuestas a las que generan vivencias de felicidad como las experiencias de enfermedad, pérdida, soledad y en general, todas aquellas que provocan dolor tanto físico como moral.

Interesada en investigar las razones por las que unas personas responden adaptativamente a las experiencias de frustración y otras no, Linehan (1983) propuso el término “Razones para vivir”, para un instrumento que pudiera detectar la conducta suicida en un grupo de personas cuya característica en común, era padecer alguna enfermedad. Como sostiene la autora, “el ser humano al poseer algún trastorno de personalidad o trastorno afectivo, se percibe como un ser miserable, que alberga sentimientos, creencias y conductas negativas, hechos que le predisponen al acto suicida” (p.51). Los motivos con los que cuenta cada persona, para optar por vivir antes que cometer el acto suicida, cumplen una función primordial en dicha elección cuando el entorno en el que se encuentran se vuelve amenazante. Es importante considerar que el nombre del Inventario proviene originalmente del idioma inglés, la traducción de “Reasons for living”, sería: “Razones para vivir”. Sin embargo, esta traducción evita la

comprensión total del objetivo real del inventario, pues al ser una traducción literal, se pierde el contexto cultural real del que proviene.

Cuando los individuos no – suicidas se enfrentan a una situación desesperanzadora, lo hacen utilizando una “barrera cognitiva”, que les permite evaluar la diversidad de opciones que tienen al momento de actuar hacia su propia conveniencia, es decir, aquellas personas que optan por otras alternativas de solución diferentes al suicidio, se basaron en sus propias creencias y expectativas hacia la vida para tomar una decisión. (Linehan, 1983).

Cuando se es adolescente, y posteriormente en los primeros años adultos, las personas vivencian experiencias nuevas tales como: cambio de colegio o de hogar, ingreso a la universidad o al ámbito laboral. Para muchos, puede tratarse de algo apasionante, puesto que esperan con ansias cada inicio de una nueva etapa, sin embargo, para otros, estos “inicios” de nuevas etapas, pueden ser causantes de estrés, ansiedad, angustia, volviendo más difícil un proceso de adaptación adecuado. Si estos casos no son detectados o tratados con prontitud, podrían desencadenar en enfermedades mentales. El 50% de las enfermedades mentales inician antes de los 14 años, sin embargo, la mayoría de ellas no se detecta sino hasta cuando las señales alarman a quien las padece, o a su entorno. Así también, se detectan casos de uso nocivo de alcohol, sustancias psicoactivas consumidas de manera ilícita e ilegal, prácticas sexuales de alto riesgo, e incluso, trastornos alimenticios (OMS, 2006).

El suicidio es mundialmente reconocido como uno de los problemas más grandes dentro de la sociedad, en el área de la salud mental; por lo que se encuentra inmerso en la responsabilidad ciudadana. Además, está ubicado dentro de las 15 causas de deceso más comunes; es por ello por lo que, a nivel mundial, ha sido considerado objeto de interés. Con respecto a la carga de mortandad, la privación voluntaria de la vida entre los 15 y los 34 años, es preocupante en la población joven, pues es la tercera causa de muerte para dicha franja etaria, ya que ocupa el segundo lugar y, la depresión, el tercero. (OMS, 2006).

La frecuencia con la que ocurren los suicidios a nivel nacional ha ido incrementándose de manera impactante, así lo señalan las estadísticas del Instituto Nacional de Salud

Mental "Honorio Delgado Hideyo Noguchi" perteneciente al Ministerio de Salud, y que informa que actualmente ocurre un caso cada 24 horas. Freddy Vásquez, médico psiquiatra del instituto mencionado, indica que el impacto que estas cifras tienen en la población es alarmante, ya que, durante el año 2018, se auto eliminaron 385 personas en el país, y hasta el mes de abril de 2019, la cifra llegó a 110. Tomando en cuenta los resultados arrojados por el Instituto, el rango etario en que la mayor cantidad de personas realizan el acto de suicidarse, se encuentra entre los 18 y 60 años, a razón de dos hombres por una mujer. Aunque también existen casos en los que el grupo etario se caracteriza por un rango de edad comprendido entre los 8 y 14 años. Lo que motiva la elección del suicidio sobre la elección de vivir, se relaciona en un 90% con problemas de salud mental. Así también, son considerados los fracasos en relaciones de pareja, maltrato físico y psicológico, fracasos académicos y factores hereditarios (Asociación Peruana de SSMA, 2019)

Uno de los factores protectores que mejor funciona al momento de afrontar pensamientos y acciones suicidas, es el conjunto de creencias personales de cada individuo, pues estas creencias son las que le ayudan a enfrentarse a las situaciones adversas. El interés de Linehan, y posteriores estudios en dichos temas, concluyen en que las opiniones personales hacia la vida, las expectativas relacionadas con ésta, y las creencias pertenecientes a cada ser humano, podrían aminorar la práctica de conductas suicidas, pues aquellas personas que cuentan con razones para vivir (sólidas), tienen más posibilidades de sobrellevar de manera adecuada alguna situación estresante y momentos de desesperanza; a diferencia de aquellas personas que presentan bajas expectativas hacia la vida, y carecen de creencias positivas; ya que no les preocupa que las consecuencias de sus decisiones tengan algún impacto en su entorno social, y por ello tienen mayor posibilidad de externalizar dichas conductas (Linehan, et. al, 1983).

Las personas que logran poseer un bien deseado alcanzan la felicidad (Alarcón, 2006), no se ven conminadas a la ejecución de conductas suicidas pues alcanzan ese estado que solo puede ser experimentado y explicado por cada persona, y solo por ella misma; puesto que es un sentimiento de satisfacción personal. Así también, cada uno de los factores cognitivos producto de creencias y expectativas personales tendientes hacia la vida, son denominados Razones para Vivir; pues cumplen un papel protector fundamental al momento de afrontar experiencias estresantes o adversas, permitiéndole

al individuo optar por la vida en lugar de hacerlo por la ejecución de actos suicidas. (Linehan, et. al, 1983).

Conmemorando el Día Internacional de la Juventud que se celebra cada 12 de agosto, el Ministerio de Educación, a través de la Secretaría Nacional de la Juventud (SENAJU), declaró que, una cuarta parte de la población peruana se conforma por jóvenes, los cuales conforman un rango etario comprendido entre los 15 y 29 años. Es decir, aproximadamente 8 millones de peruanos se encuentran en la etapa donde asumen responsabilidades de sus actos, maduran física y psicológicamente, y se encuentran bajo interacciones constantes con el entorno social (SENAJU 2019).

Lo que se espera de los jóvenes durante esta etapa, es que gocen de buena salud no solo física, sino también, mentalmente. Sin embargo, los problemas en este grupo etario que se han reportado a nivel nacional son alarmantes. La Secretaría Nacional de la Juventud (SENAJU), llevó a cabo La Primera Encuesta Nacional de la Juventud, 2011 que contó con el aporte de jóvenes peruanos cuyas edades estuvieron comprendidas entre 15 y 29 años, reportando la presencia de sintomatología relacionada con el cansancio y aburrimiento: el 51.8% en el grupo de 15 a 19 años, el 49.5% en el grupo de 20 a 24 años y el 51.8% en el grupo de 25 a 29 años; relacionada con la tristeza: el 43.3% en el grupo de 15 a 19 años, el 43.5% en el grupo de 20 a 24 años y el 45.5% en el grupo de 25 a 29 años; variaciones en los ritmos de sueño: el 59.6% en el grupo de 15 a 19 años, el 55.1% en el grupo de 20 a 24 años y el 53.2% en el grupo de 25 a 29 años; y vivencias de tensión, inquietud y nerviosismo se presentaron en mayor porcentaje en el grupo de 25 a 29 años con 56,8%, seguido de los grupos de 20 a 24 años y de 15 a 19 años, con 54,3% y 54,4% respectivamente (SENAJU, 2012).

El ámbito universitario no es ajeno a la problemática de salud mental. El artículo publicado por Salvador Cárdenas (2020) en la revista virtual Esperanza para la Familia, en Colombia, menciona que la juventud es considerada como una etapa en la cual las personas se proponen y emprenden metas personales, pues aparentemente es el momento óptimo en que la persona cuenta con fortalezas y estrategias de superación, siempre y cuando se goce de una salud adecuada y ganas de vivir. Para Francis Bacon (citado por Cárdenas, 2020), “los hombres jóvenes son más aptos para inventar que para juzgar, para la ejecución que, para el consejo, para nuevos proyectos que para dirigir

negocios ya establecidos”, haciendo referencia a que los jóvenes poseen creatividad y un don especial para aquello que les interesa, siendo protagonistas y creadores de sus propias historias de superación (Cárdenas, 2020).

En el Perú, las investigaciones relacionadas al área de salud mental han captado especial atención, estableciendo que alrededor del 30% de la población urbana adulta de cinco ciudades del Perú (Lima, Arequipa, Chiclayo, Huancayo e Iquitos) ha presentado alguna enfermedad psiquiátrica en algún momento de su vida, y la comorbilidad es frecuente. La mayoría de los trastornos inician antes de los 30 años (Fiestas & Piazza, 2014). Existen estudios que dejan constancia de la importancia de tener en cuenta que las características propias de la etapa de desarrollo de la población universitaria impulsan frecuentemente comportamientos de riesgo y consideran que una de las tareas de la universidad, además de fomentar la educación para la salud, es hacer menos disponibles aquellos estímulos que propicien conductas no saludables en los estudiantes universitarios (Chau P. y Tavera M., 2020)

Finalmente, por lo expuesto en los párrafos anteriores, el interés en esta investigación radica en la necesidad de conocer y comprender la relación entre Felicidad y Razones para Vivir en estudiantes universitarios de psicología de una universidad privada de Trujillo puesto que son futuros profesionales de la salud mental y se hace necesario que puedan contar con una asesoría psicológica especializada en el tema, la misma que podría valerse de los datos que proporciona la presente investigación para facilitarle a esta población un adecuado desarrollo personal para un buen desempeño profesional.

1.1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre Felicidad y Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo?

1.1.3. Justificación del estudio

La investigación es oportuna debido a que son escasas las investigaciones que abordan el comportamiento de las variables de estudio en la ciudad de Trujillo y en el Perú, por lo que resulta de importancia la información que se aporta, actualizada y veraz.

Los resultados obtenidos ofrecerán el acceso a conocimiento nuevo y confiable acerca de las variables Felicidad y Razones para Vivir y la naturaleza de su relación en la población de estudio, del mismo modo, también servirán como fuente de consulta para futuras investigaciones.

A nivel práctico, los resultados aportarán un panorama más amplio sobre la realidad que presentan los estudiantes de psicología con respecto a las variables de estudio y permitirán a profesionales de la salud mental y educativos el diseño y ejecución de programas y talleres para promover el logro de la felicidad y prevenir conductas autodestructivas en la población de estudio.

En cuanto a la relevancia social, los resultados de la investigación beneficiarán a los estudiantes como a su entorno social debido a que, la información obtenida será de utilidad para fomentar investigaciones similares en otros programas y niveles académicos de la universidad promoviendo así la actividad de estudio de las variables y contribuyendo a que la relación de los sujetos de estudio consigo mismos y su entorno sea estable asegurando un exitoso desarrollo personal y profesional.

1.1.4. Limitaciones

Los resultados obtenidos en la presente investigación no podrán ser generalizados a distintas poblaciones universitarias y sólo podrán ser tomados como referencia para investigaciones con poblaciones cuyas características sean similares a las del presente estudio.

La investigación se limita a la teoría de la Psicología Positiva en base a la cual, Reynaldo Alarcón (2006) elaboró la Escala de Felicidad de Lima, y la Teoría Cognitivo Conductual que fundamenta la Escala de Razones para Vivir en jóvenes adultos (RFL-YA) propuesta por Marsha Linehan.

1.2. OBJETIVOS

1.2.1. Objetivo general

- Determinar la relación entre Felicidad y Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

1.2.2. Objetivos específicos

- Identificar los niveles de felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.
- Identificar los niveles de Razones para Vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.
- Establecer la relación entre las dimensiones de Felicidad: sentido positivo de la vida, satisfacción de la vida, realización personal y alegría de vivir y Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

1.3. HIPÓTESIS

1.3.1. Hipótesis general

- Existe relación entre Felicidad y Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

1.3.2. Hipótesis específicas

- Existe relación entre las dimensiones de Felicidad: sentido positivo de la vida, satisfacción de la vida, realización personal y alegría de vivir y Razones para Vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

1.4. VARIABLES E INDICADORES

Variable 1: Felicidad

Indicadores:

- Sentido positivo de la vida
- Satisfacción con la vida
- Realización Personal
- Alegría de vivir

Variable 2: Razones para vivir

Indicadores:

- Relaciones familiares
- Relaciones con pares
- Creencia de afrontamiento
- Expectativas hacia el futuro
- Autoevaluación positiva

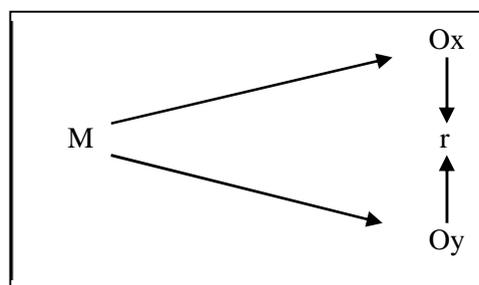
1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN

1.5.1. Tipo de investigación

La presente investigación es de tipo sustantiva, puesto que posee una inclinación descriptiva, explicativa y predictiva ante la realidad, con la finalidad de que se consienta la aprobación de una teoría científicamente comprobada (Sánchez y Reyes, 2015).

1.5.2. Diseño de investigación

La investigación presenta un diseño descriptivo correlacional, es por ello que procura establecer la relación entre dos o más variables, las cuales serán medidas en un grupo específico de participantes. (Sánchez & Reyes, 2006). El esquema del diseño es:



Donde:

M: Muestra

Ox: Felicidad

Oy: Razones para vivir

R: Relación entre felicidad y Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

1.6. POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO

1.6.1. Población

La población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones (Hernández, et al., 2014, p. 174). Debido a ello, la población estará conformada por 515 estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, matriculados durante el ciclo académico 2018 – 20, que cumplieran con los criterios de inclusión y de exclusión, cuya distribución se muestra en la tabla 1.

Tabla 1

Distribución de la población de estudiantes de Psicología según ciclos de estudios de una Universidad Privada de Trujillo

Ciclo de estudios	N	%
I	32	6,2
II	64	12,4
III	55	10,6
IV	51	9,9
V	52	10,0
VI	63	12,2
VII	62	12,0
VIII	51	9,9
IX	42	8,1
X	43	8,3
Total	515	100,0

Fuente: datos obtenidos en el estudio

1.6.2. Muestra

La muestra estuvo conformada por 250 estudiantes del I al X ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo que cumplieran con los criterios de inclusión, cuya distribución se muestra en la tabla 2.

Tabla 2

Distribución de la muestra de estudiantes de Psicología según ciclos de estudios de una Universidad Privada de Trujillo

Ciclo de estudios	N	%
I	12	4,8
II	12	4,8
III	25	10,0
IV	22	8,8
V	31	12,4
VI	31	12,4
VII	42	16,8
VIII	35	14
IX	22	8,8
X	18	7,2
Total	250	100,0

Fuente: datos obtenidos en el estudio

Criterios de inclusión

- Estudiantes universitarios de psicología de una Universidad Privada de Trujillo con matrícula vigente en el ciclo académico 2018 – 20.
- Estudiantes con edades comprendidas entre 17 y 27 años.
- Estudiantes varones y mujeres.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no firmaron el consentimiento informado.
- Estudiantes que respondieron con más de una respuesta a uno o más reactivos.
- Estudiantes que no respondieron a todos los reactivos.

1.6.3. Muestreo

El tamaño muestral se determinó mediante un muestreo probabilístico aleatorio simple, mediante el empleo de la fórmula que se muestra a continuación: (Hernández et. al., 2014).

$$n = \frac{z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{(N-1)(E)^2 + z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

- Z: 1.96
- p: 0.50 (50% de posibilidad).
- q: 0.50 (50% sin posibilidad).
- N: tamaño de muestra.
- E: 0.05

Asumiendo una confianza del 95% (Z=1.96), un error de muestreo de 5% (E=0.05), y una varianza máxima (PQ=0.25, con P=0.5 y Q=0.5) para garantizar un tamaño de muestra idóneo en relación con el tamaño de la población (N=515) de los estudiantes. Por consiguiente, la muestra estuvo constituida por 250 estudiantes del 1er al 10mo ciclo de la carrera de Psicología, varones y mujeres, con edades comprendidas entre los 17 y 27 años, de una Universidad Privada de Trujillo, con matrícula vigente en el ciclo académico 2018 – 20.

1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

1.7.1 Técnicas

La técnica utilizada en la presente investigación para lograr obtener características más detalladas de la población fue la Evaluación Psicométrica, la cual permite una medición objetiva en relación con la conducta que caracteriza a la muestra. Se emplearon los instrumentos: Escala de Felicidad de Lima y Escala de Razones para vivir en jóvenes adultos. (Hernández et. al., 2014).

1.7.2. Instrumentos

- Escala Felicidad de Lima

En el año 2006, Ricardo Alarcón produjo la escala, considerando niveles de felicidad a través de las dimensiones: Sentido positivo de la vida: son los sentimientos positivos hacia uno mismo y hacia la vida. Satisfacción con la vida: el individuo se contenta con las metas alcanzadas y

con el lugar donde se encuentra según su propia percepción y evaluación. Realización personal: la sensación perenne de una felicidad genuina. Alegría de vivir: hace alusión a lo magnífico que es estar vivo. Las respuestas se encontrarán diseminadas con valoraciones de tipo Likert y puntuaciones semejantes a 1,2,3,4,5. El desarrollo de estos ítems se formó de manera totalmente en acuerdo y totalmente en desacuerdo, colocando sus 27 reactivos en orden aleatorio. El tiempo estimado en que la aplicación del instrumento debe ser realizado, es de aproximadamente 10 a 15 minutos, en una población cuyas principales características serán: edades que oscilan entre 17 y 29 años, pertenecientes al género femenino y masculino.

Confiabilidad del Instrumento

Se estudió la correlación ítem-escala, manteniendo 27 ítems. El análisis de varianza de los 4 componentes arroja 49.79 % de la varianza total, cada uno de los ítems conserva su autonomía en la encuesta. Correspondiente a los cuatro factores tenemos, sentido positivo de la vida, el cual presenta una alta confiabilidad con un Alfa de Cronbach de 0,88; satisfacción con la vida, el cual posee una alta confiabilidad de 0,79; realización personal, con una confiabilidad media de 0,76 y el factor alegría de vivir, que presenta 0,72. La escala mostró poseer alta consistencia interna, lo demuestran los altos coeficientes de sus ítems y el de la escala total, siendo esta 0,916.

Validez del Instrumento

Se llevó a cabo considerando el criterio de cinco jueces. Se organizó un inventario experimental de 42 reactivos con los ítems que fueron aprobados. Posteriormente, el inventario fue aplicado a 80 estudiantes de nivel superior. El análisis de ítems de este estudio piloto eliminó 12 reactivos, por lo tanto, solo 30 pasaron a integrar la encuesta utilizada en el presente trabajo. Así mismo, se realizó una validez de constructo.

- Escala Razones para vivir en jóvenes adultos (RFL-YA)

El Inventario de Razones para Vivir (Reasons for living Inventory, RFL) fue elaborado por Linehan et al. (1983), cuyo objetivo principal era examinar los factores cognoscitivos que auxiliaban a las personas a sobrellevar las adversidades y situaciones negativas para su vida. Mediante la creación del instrumento, se crearon otros, como el RFL-YA, cuyo diseño tiene la finalidad de descubrir los factores protectores que regulan o disminuyen la ideación y conducta suicida en jóvenes-adultos, es decir comprender mejor las razones que llevan a los jóvenes a no incurrir en conductas relacionadas con el suicidio. El RFL-YA fue construido por Gutiérrez et

al. (2002), y está dirigido a una población de jóvenes adultos, cuyas edades oscilan entre 17 y 30 años. La prueba se constituye de 32 ítems de autoreporte, con respuestas que se encuentran diseminadas en valoraciones de tipo Likert, con puntuaciones semejantes a 1,2,3,4,5,6; que comprenden desde “no es una razón importante” (=1) hasta “es una razón sumamente importante” (=6). Así también, se divide en cinco dimensiones: relaciones familiares (FR), relaciones con pares (PR), creencias de afrontamiento (CB), expectativas a futuro (FE) y, por último, autoevaluación positiva (PSE). En el Perú, Cassaretto y Martínez (2012), realizó una investigación de validación del inventario RFL-YA con una población estimada de 368 jóvenes universitarios de Lima. Los resultados demostraron un KMO de .91 y se encontró que los cinco factores se reprodujeron explicando el 63.74% de la varianza total. La confiabilidad del instrumento fue alta, mostrando un alfa global de .93 y el de las áreas evidenció entre .83 y .92, demostrando así una alta confiabilidad, por lo que se realizó la prueba piloto en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de una Universidad Privada de Trujillo.

1.8. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos, se inició solicitando la autorización al director de la Escuela Profesional de Psicología, perteneciente a la Universidad Privada Antenor Orrego. Posteriormente, los horarios fueron coordinados con aquellos docentes cuyos estudiantes fueron seleccionados como muestra de la investigación. En el itinerario pactado, se ingresó a los salones de clase, donde se inició informando a los estudiantes con la lectura del consentimiento informado, y el motivo por el cual debía procederse con la obtención de datos. Así también, se subrayó que la participación era voluntaria. Luego, se distribuyó en primer lugar, la Escala de Felicidad de Lima, y se les indicó las instrucciones para la comprensión y desarrollo. Una vez terminada, se les entregó la Escala de Razones para Vivir, realizando el mismo procedimiento para las instrucciones respectivas. Para finalizar, cuando la evaluación de los estudiantes se dio por concluida, se procedió con la selección de los protocolos debidamente contestados para su posterior codificación.

1.9. ANÁLISIS ESTADÍSTICO

Debido a que la investigación obedece a un enfoque cuantitativo, para de análisis de datos hizo uso de programas estadísticos; se empleó el software estadístico SPSS versión 23 para estimar estadísticos descriptivos e inferenciales, los datos fueron procesados con el fin de determinar el nivel de confiabilidad de la Escala de Felicidad de Lima y la Escala de Razones Para Vivir. Luego de ello, se obtuvieron los datos de la normalidad de la muestra a través de la prueba

estadística Kolmogorov-Smirnov, y finalmente, al tener conocimiento de los resultados, se estableció si estos poseen una distribución normal o dispersa. De acuerdo con ello, se decidió utilizar la prueba r de Pearson o Spearman.

CAPITULO II
MARCO REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. Antecedentes

A nivel Internacional

Núñez et al. (2015), desarrolló la investigación titulada: Relación entre autoestima y felicidad desde la psicología positiva en estudiantes de enfermería intercultural (Costa Rica). Se realizó mediante la aplicación de dos cuestionarios: Escala de Autoestima de Robenberg y Escala de Felicidad de Lima. El objetivo de la investigación fue conocer la asociación entre la autoestima y la felicidad en estudiantes de enfermería intercultural desde la psicología positiva. Se realizó una investigación cuantitativa, descriptiva, transversal y correlacional, con un diseño no experimental, contando con una muestra de 55 estudiantes de licenciatura en enfermería intercultural. Los resultados fueron, para autoestima, (M=3.19; DE=0.40; a=0.619); para sentido positivo de la vida (M=2.17; DE=0.40; a=0.738), satisfacción para la vida (M=4.00; DE=0.70; a=0.750), realización personal (M=3.60; DE=0.72; a=0.686) y alegría de vivir (M=4.09; DE=0.85; a=0.741). Cabe señalar que la media más baja se ubicó en el sentido de la vida, mientras que la más sobresaliente fue para la autoestima, en la que se encontró que el 83,6% de la muestra obtuvo un nivel alto, mientras que el 14,5% medio y solo 1,8% bajo.

Salazar, F. (2009) desarrolló la investigación: Felicidad en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Sur Colombiana (Colombia), donde aplicó la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) de Diener y el Cuestionario de Aproximaciones a la Felicidad de Peterson, con la finalidad de establecer los niveles de felicidad en una muestra de 285 estudiantes de los programas de Medicina, Enfermería y Psicología de la Facultad de Salud de la Universidad Sur Colombiana. Los estudiantes lograron alcanzar puntuaciones elevadas en todas las dimensiones de aproximaciones a la felicidad: Vida Significativa, Vida Placentera y Vida Comprometida, al igual que en la Escala de Satisfacción con la Vida. La edad no correlacionó con las variables de estudio excepto con la Vida Placentera con una correlación negativa. Los estudiantes de Medicina mostraron los puntajes más altos de felicidad sobre los de Enfermería y Psicología.

A Nivel Nacional

Lopez, L. (2017) desarrolló la investigación: Niveles de felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima. El instrumento utilizado fue la Escala de la Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón. Su objetivo fue determinar los niveles de Felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima en una muestra de 116 estudiantes, de los cuales 83 fueron mujeres y 33 varones, cuyas edades oscilaban entre 16 hasta 38 años pertenecientes a la carrera de Psicología. Los resultados identificaron que el nivel predominante

en los estudiantes es el Normal con un 46.55%, mientras que el 16.38% tuvo un nivel Inferior y el 9.48% nivel Muy Inferior. En cuanto a los factores de la Escala, se encontró que los puntajes más bajos se hallaron en el factor Sentido Positivo con la Vida con el 18.97% en nivel Inferior y 18.10% en nivel Muy Inferior.

Alarcón, R., & Caycho, T. (2015), desarrolló la investigación: Relaciones entre Gratitud y Felicidad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (Lima, Perú). Los instrumentos utilizados fueron la Escala de felicidad de Lima y la Escala de gratitud. El objetivo de la investigación fue analizar la probable relación entre gratitud y la felicidad, ambas desarrolladas por el mismo autor. El estudio fue de tipo sustantivo, con un diseño transaccional causal predictivo en el que participaron 300 personas, 147 varones y 153 mujeres, con edades comprendidas entre 20 y 30 años, que se encontraran estudiando en universidades públicas y privadas de Lima Metropolitana. Entre los principales resultados se observó que los factores de la gratitud, reciprocidad y obligación moral correlacionan positiva y significativamente con la felicidad, así como con los factores sentido positivo de la vida, satisfacción con la vida y realización personal de la Escala de felicidad.

Aguirre, J.; Vega, M. (2020) llevó a cabo la investigación titulada: Relación entre Razones para vivir y Tendencias suicidas en alumnos de Medicina de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. Se empleó el Inventario de Razones para vivir para jóvenes adultos (Gutiérrez, 2002), y la Escala de tendencias suicidas de Poldinger. Se analizó la relación entre las razones para vivir y tendencias suicidas en estudiantes de medicina. La muestra estuvo conformada por 70 estudiantes de medicina. Se evidenció una correlación inversa y significativa entre las variables, es decir, a mayores razones para vivir menor será la tendencia suicida. Además, las dimensiones más significativas son las relaciones familiares, autoevaluación positiva y creencias de afrontamiento, siendo relaciones familiares la dimensión con mayor impacto.

Córdova, J. y Sulca, L. (2018) desarrolló la investigación: Estilos de afrontamiento y felicidad en estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Particular de Lima. Se realizó la aplicación del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento – COPE y la Escala de Felicidad de Lima. Su objetivo principal fue dar a conocer las particularidades de la relación entre los estilos de afrontamiento y la felicidad en una muestra de 103 estudiantes de la Facultad de Psicología de una universidad particular de Lima desde el primer hasta el décimo ciclo de estudios, encontrándose en ellos un rango de edad de 17 a 30 años. En los resultados se observa una

correlación significativa entre los estilos de afrontamiento activo, planificación, desentendimiento mental y desentendimiento conductual.

2.2. Marco teórico

2.2.1. Felicidad

2.2.1.1. Teoría que sustenta la Felicidad

Seligman, psicólogo estadounidense que dedicó una década al estudio e investigación de temas como autoayuda y emociones de carácter positivo, abrevia un modelo bajo las siglas P.E.R.M.A, que se explican a continuación: (Alarcón, 2009).

- P: Positive Emotions - Emociones de carácter positivo: Hace referencia a que el bienestar se conforma mediante la cantidad de emociones positivas que vivencia cada persona. A mayor emoción, mayor sensación de bienestar.

- E: Engagement - Involucramiento: Se refiere a qué tan capaces son las personas de transformar una situación que carece de placer, en una experiencia agradable y positiva, haciendo uso de sus fortalezas internas.

- R: Relationship - Relaciones: Sus estudios resaltan la importancia de mantener adecuadas relaciones sociales con la mayor cantidad de personas posibles.

- M: Meaning - Significado: Haciendo referencia a la trascendencia humana, el hecho de ser una persona desinteresada, despojarse de sí mismo sin esperar algún tipo de retribución.

- A: Accomplishment - Logro: Donde interviene la perseverancia, tenacidad y firmeza con que se busca llegar hacia una meta, que culmina con el logro de dicho propósito.

Alarcón (2009), sostuvo que este modelo funcionaba bajo dos entidades hipotéticas:

Voluntad: Se entiende por voluntad a la motivación, el impulso por el cual las personas llevan a cabo una actividad, la cual tiene metas y objetivos. Asimismo, se refiere al decidirse por realizar una conducta sobre no hacerla, afirma Blumenfeld (1954, p.291). La psicología contemporánea sostiene a la voluntad como causante de las conductas.

Carácter: Se refiere a la agrupación de rasgos psicológicos que diferencian a una persona de otra. El conjunto de rasgos, forma el carácter de la persona. En consecuencia, todo conocimiento que no estime al carácter como un tema de profunda importancia, no será reconocido dentro de la ilustración útil del desarrollo humano (Seligman, 2004). Un carácter bueno y virtuoso, favorece al desarrollo de las personas de manera positiva, pues este desarrollo se compone de virtudes y fortalezas, que, sumadas, son un total de 24; las cuales se dividen en fortalezas (Alarcón, 2009).

- Sabiduría y conocimiento: La curiosidad que se tiene por conocer el mundo, el interés ante el descubrimiento de cosas nuevas, un aprendizaje constante a través de la creatividad, practicidad y ser capaces de recepcionar dichos conocimientos con una mentalidad abierta.
- Valor: Simbolizado a través de fortalezas emocionales; valentía, temple, coraje, ímpetu, tesón y diligencia; ser íntegros y auténticos.
- Humanidad: Aquellas fortalezas interpersonales que se basan en la empatía. Así mismo, poder experimentar el amor propio y el ser amado, haciendo uso de la inteligencia emocional, social y personal.
- Justicia: Demostrada a través de “fortalezas cívicas”, al momento de trabajar en equipo, delegar funciones, capacidad de liderar de forma correcta, siendo justo e imparcial.
- Moderación: Siendo una de las fortalezas que mantienen la sensibilidad del hombre. Por ejemplo, al momento de perdonar, o sentir compasión por lo que experimenta y observa alrededor de sí mismo.
- Trascendencia: Es una de las fortalezas que encuentra la belleza en lo que el hombre percibe del ambiente que le rodea, siendo grato, haciendo uso del sentido del humor y de la espiritualidad (pp.64-69).

Alarcón presenta la Escala de Felicidad de Lima, bajo una clara influencia del modelo de la Psicología Positiva, la cual obtiene sus bases de Seligman y Csikszentmihalyi (citado por

Alarcón, 2006), quienes sostienen que orientarse a tratar de comprender por qué los humanos actúan de diversos modos, es parte de un saber subjetivo propio de la Psicología Positiva.

2.2.1.2. Modelos Teóricos

Teoría de la psicología de la felicidad

Para Alarcón (2006), el mundo interno de cada individuo logra hacerse visible mediante la expresión externa que cada uno tiene; inclusive sostiene que la finalidad principal de la psicología positiva es maximizar el valor de la conducta humana, teniendo en cuenta sus propiedades positivas. De este modo, se contrasta con la idea humanista de buscar la realización total de cada individuo. (p.99).

Alarcón (2009) alude a la felicidad como una situación agradable de duración medianamente prolongada, que una persona siente en su interior, por ello, la sensación de felicidad puede ser explicada por ella misma, pues es producto de diversos factores, que, de un modo u otro, lograrán una reacción positiva (p.63).

Sus colaboraciones psicométricas han originado una reciente visión valorativa, pues el mérito que se les asigna, han sido de gran importancia para el desarrollo de diversas investigaciones. Así tenemos la Escala de Felicidad de Lima, donde las dimensiones por cada factor se distribuyen de la siguiente manera: Ausencia de sentimiento profundo, Satisfacción con la vida, Realización personal y Alegría de vivir (Alarcón, 2006).

Teoría evolutiva – cibernética

Dicha teoría señala que la felicidad se integra de dos segmentos: felicidad pasajera y felicidad duradera. La primera, es aquella que se traduce como “experiencia subjetiva”, que da el bienestar; en cambio, la segunda, se refiere a la vivencia constante de sentimientos agradables, lo cual genera la sensación de satisfacción general en la vida (Heylighen 1992, p. 39). Del mismo modo, precisa la interacción entre la salud física; y la sensación de que todo está bien, como encontrándose con la experiencia del bienestar pleno. Las emociones funcionan como estímulos que posteriormente guían al cuerpo y lo moldean de modo que este sea capaz de enfrentar situaciones amenazantes bajo la satisfacción, amor y placer (p. 40).

Por este motivo, la felicidad es clara muestra de que si, a nivel biológico, el cuerpo está sano; a nivel mental, el individuo será capaz de ejercer control sobre sí mismo, aunque el entorno no

facilite aquella condición. Dicho control estimula las capacidades cognitivas, subjetivas y materiales; siendo las dos primeras de naturaleza humana, pues se refieren al modo adecuado de procesar las acciones y toma de decisiones de manera creativa, percibiéndose a sí mismo como una persona capaz de afrontar dilemas; y material, refiriéndose a todo recurso que no depende de la persona, es decir, un recurso externo que necesita para satisfacer sus propias necesidades. (pp. 50-58).

Teoría multidimensional del bienestar subjetivo

Ryff y Keyes (1995) sostienen que la mecánica psicológica del individuo se divide en seis características: auto aceptación, como toda actitud de valor positivo hacia uno mismo, asumiendo incluso que no todos los aspectos de la personalidad son positivos; crecimiento personal, refiriéndose a los beneficios que genera la obtención de habilidades, talentos, metas, objetivos, como también de las carencias de los mismos, pues de este modo el individuo elabora un plan de mejora; autonomía, la cual significa saber elegir qué hacer y qué no, una adecuada toma de decisiones no solo para sí mismos sino también para la vida, y aceptar que todo acto tiene consecuencias, convirtiéndose en una persona responsable; dominio del medio ambiente, cuando gracias a las oportunidades que el entorno tiene para con la persona, esta puede potenciar su empatía y habilidades sociales, logrando una adecuada comunicación interpersonal; propósitos de vida, como todas aquellas metas que se plantean, considerando un objetivo real; y factor social, como los lazos amicales y relaciones estrechas que se tienen con los demás. Dichas características al trabajar como un conjunto en su totalidad y ser consonantes, permanecen como causantes de la comodidad, placer, o felicidad (pp.719- 727).

Teoría de la autodeterminación

Ryan y Deci (2000) argumentan que la motivación humana, ocasiona que las personas actúen de dos modos distintos. El primero, donde los individuos pueden ser comprometidos – proactivos; y el segundo, donde pueden ser inactivos – sin compromiso. Lo que causa que se decida actuar de un modo u otro, será consecuencia de la influencia del ambiente donde la persona aprendió a desenvolverse. Así mismo, su teoría se encuentra dividida en tres dimensiones: sentido de autonomía, haciendo alusión al dominio personal que emplea la persona cuando decide actuar bajo sus propios criterios; sentido de aptitud, como aquella característica que describe a cada sujeto en situaciones especiales, donde demuestra si es capaz o no de actuar de un modo; y el modo en cómo se relaciona dentro de la sociedad cuando le corresponde brindar apoyo moral a sus pares (pp.68-73).

Teoría de acercamiento a la meta

Tal como argumenta Oishi; las guías de la vida no son más que aquellas metas y valores morales, las cuales son deseos que los individuos poseen en su interior; por este motivo, cada grado de satisfacción correspondiente a cada persona, pasará de sujeto en sujeto, lo cual se puede generar por los valores que lo acompañaron en su pasado, o por los ideales que posea en la actualidad. (p.87). Cada deseo internalizado representa una lucha personal, la cantidad de metas y el modo en cómo estas se van logrando varían de acuerdo a cada persona, así como el tiempo que el individuo permanece deseando el mismo objetivo. Por ende, la investigación sostiene que el grado de satisfacción y bienestar se logra al emparejar sus metas, ya sea porque estas guardan relación o porque la persona siente que se encuentra cerca de conseguir sus ideales; de lo contrario, se ubicaría en un estado de cuestionamientos existenciales (Oishi, 2000).

Teoría del flujo

El término “fluir” dio origen a la palabra “flujo”, la cual sitúa al sujeto en su expresión plena, el equilibrio entre metas desafiantes, aptitudes, motivación y autocontrol; forjan la base para que las personas alcancen la felicidad que aspiran poseer (Csikszentmihalyi, 2000, p.20). La raíz de la palabra ‘flujo’, hace alusión a la alegoría de “dejarse llevar por la corriente, hacia adelante, sin conformarse”, centrándose en realizar una acción con tal concentración y minuciosidad, que el individuo no se percata de cualquier otra situación externa, incluso, llegando a perder conciencia de sí mismo, sintiendo de este modo, la felicidad plena. Dicho de otra manera, es un estado mental cuya principal particularidad es la firmeza y voluntad que la persona le da a una tarea (Csikszentmihalyi, 2000, p.95).

Csikszentmihalyi (2000) sostiene que su teoría existe a partir de una evaluación a una gran número de personas, nombrando a la investigación como “Teoría del flujo”, cuyo objetivo principal era conocer cuál era la clave de la felicidad, y comprender de una mejor manera el concepto que se le había otorgado: “sensación de éxtasis, de claridad, de retroalimentación inmediata, de olvidarse de sí mismo para conformar un todo”; dicho con otras palabras, el resultado de las actividades que realiza cada persona, sin buscar ser reconocido, ni ganar algún refuerzo monetario, es la felicidad, pues el móvil de dicha actividad, es simplemente la satisfacción propia, incluso sin tomar en cuenta la sensación de cansancio, hambre, o presión de tiempo (p.96).

Teoría de los afectos positivos

Vecina (2006) señala que las emociones que se expresan, son de carácter biológico, iniciando en el sistema límbico, atravesando el hipocampo, siguiendo su camino hacia la circunvalación del cuerpo calloso, dirigiéndose hacia la amígdala para encontrarse posteriormente en el tálamo anterior y las conexiones neuronales (p.3). Dicha noción, propicia que el organismo entre en un estado donde este sea capaz de anteponerse a una reacción organizada, la cual será causada por el estímulo externo. Esto, al ser perteneciente a las funcionalidades de la emoción, significa “dar una homeostasis corporal”, la intercomunicación quienes forman parte del entorno. Por consiguiente, toda emoción se trata de una respuesta originada por una información específica que se percibe del medio, el nivel de intensidad, dependerá de la experiencia que vivenció la persona (Vecina, 2006, p.4). Así también, el sentimiento se origina por una emoción prolongada, emoción que involucra la voluntad. Por este motivo, podrían llegar a confundirse debido a su similitud, pero, las diferencias notables se dan en qué tan intensas son dichas emociones, entre ellas contamos con:

- Alegría: Emoción que se produce por un hecho positivo y favorable, se asemeja al júbilo, euforia, satisfacción y placer.
- Amor: Emoción que se genera de una persona hacia otra. La importancia emocional de este valor radica en el hecho de acompañar al ser amado en situaciones positivas y negativas, el deseo de ver feliz a la otra persona, y sentirse satisfecho debido a ello.
- El humor: Dicho sentimiento se produce por una emoción aguda, que predispone a las personas a la realización de sus actividades con ánimo positivo.
- La fluidez: Sensación placentera que se obtiene al realizar actos de manera apasionada, que gustan del individuo.
- La elevación: Emoción de carácter positivo que se experimenta al ser testimonio de las mejores actitudes humanas.
- La creatividad: La expresión artística de una emoción, o haber sido testigo de cómo luego del esfuerzo, se logra la satisfacción (pp. 6-8).

2.2.1.3. Propiedades de la conducta feliz

Para Alarcón (2016), la felicidad se entiende de la siguiente manera: “estado de satisfacción más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien deseado” (p. 137).

A partir de su interpretación, se analizan las cualidades de la conducta feliz:

- La felicidad se manifiesta como una experiencia de satisfacción que vive la persona, y únicamente ella, en su interior. Existe un factor subjetivo que hace que cada persona tenga una “felicidad” individual, distinta; por ello, solo puede ser explicada y entendida por el mismo individuo que vivencia dicho sentimiento. Como conducta, la felicidad puede ser vivenciada en distintos niveles.
- La felicidad no hace referencia a un “rasgo” o característica, ni un adjetivo de la persona, sino, a un “estado”. Tampoco es permanente, ni mucho menos, es hereditaria. La felicidad posee estabilidad temporal, por lo que, así como es ‘duradera’, en otros casos, puede perderse dicho sentimiento. Asimismo, la felicidad puede ser obtenida mediante el aprendizaje.
- La felicidad afirma que se posee un “bien”, pues se experimentará si se obtiene el bien deseado, ya que el individuo anhela tenerlo consigo. Se vivencia satisfacción en tanto se consiga obtener lo que anhelamos; de esa manera, la felicidad es la reacción que se presenta cuando finalmente, se obtiene lo que uno desea, que, dicho con otras palabras, supone un estado de satisfacción y placidez.
- Dicho bien o bienes que forman la felicidad, se clasifican en: bienes materiales, psicológicos, emocionales, intangibles, sociales, políticos. Se le denomina “bien” pues posee un valor especial para la persona, un valor positivo. Esto significa que cada persona le asigna un valor distinto a cada bien que desea obtener, por lo que se concluye que lo ‘deseado’ no siempre poseerá un valor constitutivo, y que un mismo bien no generará la felicidad de los hombres en general, pues mientras unos desean formar una familia, otros desearían que sus ideas políticas triunfen, y otros desearían tener dinero.

2.2.1.4. Factores de la felicidad de acuerdo con el modelo teórico

La medición de la felicidad y sus niveles, se determinan mediante la existencia de cuatro factores, los cuales se explican a continuación (Alarcón 2016)

- Sentido positivo de la vida: Alude a la inexistencia de sentimientos de fracaso, desesperanza, ausencia de tranquilidad, incluso indica carencia de estados depresivos. Es decir, para esta dimensión, la felicidad equivale a no vivenciar estados depresivos profundos, sino, tener sentimientos positivos hacia uno mismo y hacia el entorno (p.143).
- Satisfacción con la vida: Contentamiento con las metas alcanzadas, con el lugar donde la persona se posiciona bajo su propia evaluación de los objetivos que se plantea, o porque se encuentra muy cerca de los mismos. Estados subjetivos positivos de satisfacción, motivados gracias a que se consiguió obtener el bien anhelado (p.144).
- Realización personal: Aquello que podría estar más cerca a ser aceptado como la felicidad plena, no una composición de momentos felices, sino, la sensación perenne de felicidad. Así también, hace referencia a la autosuficiencia en cuanto a tranquilidad emocional y placidez; aquellas circunstancias que son necesarias si se desea vivenciar la felicidad plena, guardando relación con orientarse hacia metas valiosas para la vida del ser humano. (p.144).
- Alegría de vivir: Hace alusión a lo magnífico que es estar vivo, resaltando los aprendizajes, anécdotas, y experiencias agradables, de carácter positivo que se obtienen de cada situación vivida durante el pasar de los días, y percibir por lo general, una experiencia de bienestar. (p.144).

2.2.2. Razones para vivir

2.2.2.1. Teorías que sustentan las Razones para Vivir

Las posturas y creencias disfuncionales que afectan a nivel cognitivo la información que debe ser procesada, fueron interpretadas mediante la idea de que existía un “esquema”. Es decir; los esquemas, al ser estructuras, tienen como función principal, cumplir un proceso. Dicho proceso, se lleva a cabo mediante la percepción, codificación, organización, almacenamiento y

recuperación de la información proveniente del entorno. Los estímulos cuya consistencia se asocian a los esquemas, son elaborados para una posterior codificación; mientras que los estímulos inconsistentes, se ignoran u olvidan. (Beck y Clark, 1998).

Stotland (1969), por otro lado, se refiere a la idea de la privación voluntaria de la vida, como un uso de dichos esquemas cuya característica en particular, no es más que la esperanza negativa hacia el futuro, ya sea un futuro cercano o lejano. Dicho tipo de personas desesperanzadas, no creen que sus misiones puedan ser exitosas, sino, consideran que no serán capaces de conseguir éxito en sus proyectos. Esta explicación se apoya de la proposición de Beck (1976), pues menciona expectativas negativas sobre el futuro en las que predomina la desesperación y desilusión. En conclusión, la desesperanza es considerada un patrón mental típico al que se le atribuye expectativas negativas del futuro. En muchas ocasiones, se asocia a las personas con depresión, con ideación suicida y desesperanza, pues son quienes experimentan dichas situaciones al perder razones importantes por las que seguir viviendo (Khan y Farooq, 2003).

Deza y Jara (2009), desarrollaron las consecuencias correspondientes a la ideación suicida, que, según Beck, se resumen en: déficit emocional, de carácter cognitivo, y de carácter emocional. El primero, se centra en la falta de capacidad que tienen algunas personas para realizar determinadas acciones, pues creen que están condenados a fracasar, aun cuando se esmeren poco o mucho en conseguir el éxito. El déficit de carácter cognitivo, se da cuando a la persona se le dificulta el captar nuevos aprendizajes; y el déficit de carácter emocional, se asocia a un estado depresivo del humor, y un nivel bajo en la valoración de sí mismo (Deza y Jara, 2009).

Psicológicamente, tal estimulación provoca como consecuencia, que las personas disminuyan su motivación y la perseverancia en cuanto a sus metas, pues renuncian a cualquier probabilidad de que las mejoren, se resuelvan, o salgan bien. Sentirse decepcionados, equivale a una expectativa defraudada; y, el sentir desesperación, también se percibe como la pérdida de paciencia y paz, pues se experimenta como un estado cargado de angustia y ansiedad, que transforma al futuro en una posibilidad atemorizante. Mientras que, el pesimismo, es la impresión de una complicación ante la idea de poder lograr algo, el pensamiento recurrente de que nada tiene solución, que algo no puede mejorar, ni en el presente, ni en el futuro. (Soria et al, 2004)

Es decir, consiste en abandonar las ambiciones y sueños que se depositaron sobre un ideal, y es precisamente ese estado perjudicial lo que repercute de manera desfavorable a nivel físico e intelectual (Deza y Jara, 2009). En cuanto a las conclusiones teóricas que proponen Abramson y Metalsky (1989), se puede deducir que aquellos individuos que han logrado potenciar estilos inferenciales negativos, son más propensos a desarrollar sintomatología suicida cuando no experimentan circunstancias positivas trascendentales, a diferencia de los individuos que no presentan dichos estilos.

La magnitud de la desesperanza como carácter constituyente de la conducta suicida, es trascendental. Por lo que se infiere que, si una persona se encuentra iniciando pensamientos negativos, llegando a creer que es improbable que le ocurran cosas buenas, o que no puede cambiar su destino porque le sucederán cosas malas de forma constante y presenta rasgos depresivos, significa que la desesperanza ha sido establecida. Dicho estado mental hará que considere el suicidio como una opción, sea posible; como la respuesta y solución ante una necesidad de querer controlar su vida, desvinculándose del sentimiento de desesperación (Abramson y Seligman, 1978). Así también, menciona que los estilos cognoscitivos nacen cuando se llega a creer que el tener control sobre los eventos negativos, es imposible, de este modo, se incrementa la vulnerabilidad de la persona, pues llega a encontrarse más propensa a sentimientos de profunda tristeza y estrés y (Abramson y Metalsky, 1989).

Por otra parte, en estos estilos cognitivos, que influyen en la vulnerabilidad en el individuo de manera que incrementan algún tipo de ideación suicida, se encuentran tres clases de tendencias: predisposición a realizar atribuciones globales y permanentes sobre experiencias negativas de la vida, inclinación a concluir de manera negativa ante las experiencias vividas, y tendencia a tener la convicción de que, en caso lleguen a ocurrir dichas experiencias negativas, estas guardarían relación con sus propios déficits. Por ende, desde este punto es que las personas interpretan de forma negativa el explicar por qué suceden adversidades, lo cual permite que la desesperanza se desarrolle; y, si a lo expuesto se asocia el pensamiento de que pase lo que pase, nada tiene solución, entonces se conduce al incremento de la depresión por desesperanza (Abramson y Metalsky, 1989). Igualmente, en la temática de la Teoría de Desesperanza (TD) de la depresión, se explica un modelo cognitivo de fragilidad – estrés. Acorde a la teoría de la desesperanza, las personas que son más vulnerables por tener estilos inferenciales negativos, poseen más riesgo que quienes no demuestran externamente dichos estilos para desarrollar síntomas depresivos, o indicios de estrés.

2.2.2.2. Modelos Teóricos

Racional Emotivo Conductual

La Terapia Racional Emotiva (RET, por sus siglas en inglés, Rational Emotive Therapy), argumenta que las conductas autodestructivas interfieren de manera negativa en la vida, al evitar que las personas se sientan felices. Así también, parte de la idea de que, si las personas tienen como objetivo principal el vivir, restándole importancia a momentos tristes y vivencias poco fortalecedoras, tienen más probabilidades de cumplir dicho objetivo a través de submetas. Dichas submetas se explican a continuación (Ellis, 1990):

- **Interés en sí mismo:** Las personas que se caracterizan por ser sensibles, suelen interesarse en primer lugar por ellos mismos, incluso dicho interés sobrepasa el que tienen por los demás (no de un modo exagerado). Sin embargo, cuando se trata de cuidar a aquellos que quieren, se interesan por ser de ayuda, sin sacrificarse de manera absoluta.
- **Interés social:** El interés social es, en su mayoría, para un beneficio individual, pues un mayor número de personas prefiere disfrutar con su comunidad, vivir en un grupo social. Si no actúa moralmente, pone en riesgo y no respeta los derechos ajenos, pone en riesgo la convivencia confortable y pacífica en la que se encuentra.
- **Dirección propia:** La mayoría de las personas, especialmente aquellas cuya inteligencia emocional las caracteriza, se hacen responsables de sus actos, reconocen qué consecuencias traen los mismos, y los asumen. Básicamente, no demandan asistencia considerable por parte del entorno, incluso, ofrecen ayuda a los demás.
- **Tolerancia:** Los seres humanos se conceden a sí mismos y al resto, el derecho a tener la posibilidad de equivocarse. Incluso cuando realmente se encuentran disgustados con su propia conducta y la de los otros, evitan descalificar o comparar, tanto a sí mismos como a los demás, por aquella conducta molesta.
- **Flexibilidad:** Es más común entre las personas sanas y maduras, aceptar ser flexibles en sus pensamientos y actitudes, es decir, son abiertas al cambio, evitan que sus reglas sean inflexibles a nivel personal y para con los demás.

- Aceptación de la incertidumbre: Los individuos que gozan de salud, reconocen que el mundo al que pertenecen se encuentra lleno de probabilidades, todos los días, donde estar completamente seguros de algo, no es la totalidad de la verdad, es por ello que disfrutan del orden, pero tampoco es algo que esperen con insistencia.
- Compromiso: Las personas que tienen algún tipo de interés creativo, tienden a experimentar bienestar y felicidad cuando realizan alguna actividad que demande el esfuerzo y creatividad en dicha tarea, pues reconocen la importancia de dichos temas y se enfocan en brindar especial atención y tiempo a ellos.
- Pensamiento científico: Los individuos no perturbados suelen caracterizarse por su objetividad y buen uso de la razón. Se muestran capaces de actuar convenientemente de acuerdo a lo que sienten, son congruentes y asocian su actuar con cómo se están sintiendo, ya que reflexionan sobre sí mismos, y sobre qué consecuencias conllevan sus decisiones, utilizando las normas de la lógica y del método científico.
- Auto aceptación: Las personas saludables por lo general están felices por estar vivas, se aceptan a sí mismos precisamente por estar vivos, y son capaces de disfrutar de sí mismos. No miden su valor humano por los logros que obtienen, o por lo que los demás piensen de ellos. Ellos son quienes se aceptan y aman de manera incondicional. Procuran disfrutar de sí mismos más que compararse.
- Arriesgarse: Aquellas personas que gozan de salud mental, aceptan y toleran una cierta cantidad de riesgo, pues incluso cuando saben que no lograrán el éxito en lo que se proponen, tienden a realizar dicha acción. Se perciben a sí mismos como aventureros, mas no temerosos.
- Hedonismo a largo plazo: Los individuos no perturbados buscan dos tipos de placer: presentes, los del momento; y futuros, como sus metas personales. A menudo, prefieren un beneficio presente antes que un incierto malestar futuro. Se caracterizan por ser hedonistas, es decir, buscan el placer y satisfacción, evitan el sufrimiento; pero aceptan la importancia de pensar en el presente y futuro, pues de este modo no se obsesionan con una gratificación inmediata.

- No-utópico: La gente sana acepta el hecho de que algunas metas poco realistas tienen menos posibilidades de ser alcanzadas, por lo que no tienen altas expectativas con las mismas, y así evitan el sufrimiento; además, son personas que se niegan a luchar de forma irreal por la felicidad.
- Tolerancia alta a la frustración: Los individuos sanos son propensos a estar más de acuerdo con cambios repentinos de lo que suele ser anormal para ellos, es decir, con el cambio de alguna condición molesta que esté dentro de las posibilidades de ser cambiada, incluso, aceptan que no todo puede desarrollarse del mismo modo, y diferencia un caso del otro.
- Auto responsabilidad en la perturbación: Las personas con una mínima perturbación emocional, se hacen responsables de sus propios problemas, de sus propios trastornos, evitando actuar de forma defensiva o culpar al entorno u otras personas por su manera de actuar.

Dialéctico Conductual

La terapia dialéctico – conductual, se basa en que los pacientes comprendan la importancia de una enseñanza centrada en habilidades psicosociales, y en la validación de sus capacidades, haciendo uso de terapias grupales e individuales, donde se lleva a cabo dicho entrenamiento. Para Linehan (2003), el objetivo de la terapia grupal, es fomentar la formación de habilidades; mientras que la terapia individual, ayuda al paciente a poner en práctica las nuevas estrategias previamente aprendidas, inclusive en los momentos de crisis (en los que esta terapia tiene como una de sus opciones, el poder establecer contacto por vía telefónica con el terapeuta).

Linehan se refiere al término "habilidades" como qué tan capaces son las personas de saber emplear medios adecuados en situaciones donde requieran adaptarse, reaccionando de forma efectiva. De este modo, el tratamiento en la terapia dialéctico – conductual se orienta al abordar conductas que arriesgan la salud física y mental del paciente, como, por ejemplo, un intento de suicidio, y a enseñarle al mismo (mediante entrenamiento previo), cómo adaptarse a situaciones que podrían interferir de manera desfavorable en la acogida exitosa de la terapia, para finalmente cumplir con el objetivo de validar sus experiencias intrapersonales. Linehan enfatiza en que aceptar y darles valor a las experiencias propias de la persona, ayudan a generar un cambio, por ello, la importancia de validar las capacidades del paciente, es el objetivo principal

de la terapia, pues lo ayudará a desarrollarse dentro de los diversos aspectos de su vida (Linehan, 2003).

2.2.2.3. Condiciones que respaldan las Razones para vivir

- Medios adaptativos: Se refiere a los atributos personales, cualidades y condiciones que favorecen al individuo cuando este se encuentra ante una situación de adversidad, con la finalidad de que pueda tener éxito al momento de desafiarla (Jenaro, Antequera, Flores, 2008). Estos recursos pueden ser de tres tipos: individuales, interpersonales y sociales. Los individuales se refieren a las habilidades, aptitudes y personalidad; los interpersonales se dan entre amigos y familiares; y los sociales, hacen alusión a toda ayuda social externa que influya en el bienestar de la condición mental saludable de las personas (Morrison y Bennett, 2008).
- Creencias de supervivencia: Cuando a pesar de las condiciones desfavorables en que uno se encuentra, y aunque dichas condiciones se presentan de manera constante, el individuo continúa viviendo, y mantiene se creencia de ser capaz de sobrevivir, sosteniendo dicho ideal: el seguir vivo (Solorzano, 2015).
- Creencias de responsabilidad familiar: Pues al ser parte una relación de parentesco constituida, que brinda un apoyo genuino, la persona es influida de modo que no presenta ideas suicidas. El individuo ve en su familia un soporte firme y constante ante cualquier evento adverso, pues sabe que puede contar con cualquiera de sus miembros (Solorzano, 2015).
- Factores protectores: Hace alusión a todos aquellos recursos con los que cuenta la persona, que le sirven para ser capaz de adaptarse ante un evento negativo, o, protegerse del mismo. Dentro de estos factores tenemos las capacidades, creencias, vínculos afectivos, recursos externos, y destrezas (Solorzano, 2015).

2.2.2.4. Factores protectores ante conductas suicidas

Según la Organización Mundial de la Salud (2006), los factores que son capaces de aminorar el riesgo de comportamiento suicida, y son llamados “protectores, se forman mediante la

armonía de seis temas importantes: el amparo perseverante de quienes son importantes en la vida del individuo, doctrinas personales, creencias culturales, una intervención activa dentro de la sociedad y su comunidad, relacionarse constantemente siendo amable, asertivo y empático con los demás, uso provechoso del tiempo libre y finalmente, tener la posibilidad de contar de manera independiente con servicios de bienestar psicológico. Es así como se argumenta que los factores protectores son importantes e indispensables al considerarlos sobre las personas cuya ideación suicida es predominante, o cuando su nivel de autoestima no es el adecuado, pues sobresale la incapacidad de darle solución a conflictos internos y externos. El llegar a reconocer los factores protectores de cada individuo, puede ser de apoyo para el mismo, pues de este modo contrarrestaría sus problemas (Rocamora, 2013).

Interesarse en evaluar los factores de riesgo suicida, no favorece totalmente la comprensión de los mismos, ni a prevenir el suicidio; por este motivo, se promueve la investigación de los factores de riesgo y factores protectores, ambos analizados en sincronía. Las creencias personales, propias de cada individuo que prefiere vivir a cometer suicidio cuando se enfrenta a escenarios adversos, pertenecen a la clase de factores protectores más eficaces al momento de combatir los pensamientos y acciones suicidas (Osman et al. 1998).

Los estudios iniciados por Linehan, fijaron que aquello que disminuye la ideación de conducta suicida, son las presunciones positivas enlazadas a la elección de vivir, pues aquellos individuos que poseen sólidas razones para vivir, son capaces de rebatir situaciones estresantes, adversas, y poco placenteras; por lo tanto, evitan considerar el suicidio, a diferencia de aquellos que carecen de expectativas altas por la vida, y se preocupan menos de la trascendencia de sus decisiones en su entorno social. La investigación realizada por Marsha Linehan y sus colaboradores (1983), llevó a la creación de un instrumento cuyo objetivo era medir el riesgo suicida, pues afirmaban que la motivación que las personas tienen por vivir, basada en sus creencias individuales, era lo que distinguía a los individuos no suicidas, de los suicidas (Linehan et. al. 1983)

2.2.2.5. Factores de riesgo en la conducta suicida

Para De la Torre (2013), una mayor validez de factores de riesgo en el ser humano, se encuentra directamente relacionada a una mayor probabilidad de un accionar suicida. Incluso menciona que; estados depresivos, uso y abuso de bebidas alcohólicas y sustancias psicoactivas, deficiencias a nivel fisiológico, introversión, aflicción, traumas generados a partir de algún tipo

de opresión en el pasado, o desequilibrios dentro de la dinámica familiar relacionados al abuso físico y sexual, son las principales condiciones de peligro que contribuyen a la toma de dichas decisiones.

Linehan et. al. (2007), menciona que los factores de riesgo se interesan en las conductas suicidas que ocurrieron anteriormente, pues toman en cuenta los eventos estresantes previos, trastornos mentales, haber sido víctima de abuso sexual o físico, estados ansiosos y depresivos, obstáculos en el área académica, consumir irresponsablemente sustancias psicoactivas, recursos que favorecerían alguna conducta suicida y formar parte de un entorno familiar poco equilibrado. Al momento de mencionar “factores de riesgo”, se habla incluso de la diversidad existente entre civilizaciones, sexo y años de vida. Miller et. al. (2001), sostiene que, con respecto a la edad, entre adultos jóvenes y adultos mayores no se puede marcar una diferencia en lo que respecta a niveles de ideación suicida, puesto que probablemente quienes contemplan más la idea de un suicidio que otros, sean los adultos mayores. Por otro lado, los adultos jóvenes se caracterizan por estar menos orientados a expresarlo de manera verbal.

Gutierrez, Osman, Kopper y Barrios (2000), por otro lado, sostienen que un nivel bajo de auto aceptación puede considerarse como un elemento riesgoso ante la conducta suicida, y argumentan que una de las características más resaltantes, es visualizar un futuro con pesimismo. Neyra, Range y Goggin (1990), manifiestan que la frustración, sentimientos de derrota, decepción y desilusión, también conforman los factores de riesgo suicida. Quienes presenten tendencia al suicidio, serán más vulnerables a percibir situaciones de fracaso, ya que no son suficientemente capaces de afrontar dicha percepción; es decir, a mayor decepción; menos razones para vivir y sostienen que uno de los factores que predispone las conductas suicidas, es la desesperanza; agregando la baja autoestima y pesimismo.

2.2.2.6. Dimensiones de Razones para vivir.

Gutiérrez et al. (2002), aborda las dimensiones que se presentan a continuación:

- Expectativas hacia el futuro: Se conforma de la esperanza que la persona coloca sobre un futuro que espera sea alentador, considerando el trabajo constante como un medio para el cumplimiento de sus ideales (Gutiérrez et al., 2002).
- Creencias de afrontamiento: Hace referencia a la convicción que tienen las personas de contar con medios y diversas alternativas para hacer frente a situaciones adversas,

evitando de esta manera, considerar al suicidio como una solución (Gutiérrez et al., 2002).

- Autoevaluación positiva: Se da cuando luego de una introspección, la persona se percibe de manera positiva, evaluando sus propias cualidades, capacidades y características, ya que, gracias a ellas, será capaz de superar situaciones negativas. Así también, se vincula con la satisfacción que siente el individuo para consigo mismo. (Gutiérrez et al., 2002).
- Relaciones familiares: Condiciones familiares y relaciones a través de la familia que influyen en las creencias en las que se basan las razones para que cada persona prefiera la vida antes que optar por cometer actos suicidas. Así también, se refiere a la complacencia y placer que se tiene por las relaciones intrafamiliares, pues sirven como fuente de apoyo (Gutiérrez et al., 2002).
- Relaciones con pares: Son aquellas situaciones que son causadas por la interacción del individuo con aquellas personas que son más cercanas a él, pues éstas actúan como amparo y auxilio. Además, se conecta con la idea de que la persona cuenta con vínculos amicales exitosos y satisfactorios, de modo que le sirvan como un respaldo y auxilio emocional (Gutiérrez et al., 2002).

2.3. Marco conceptual

Felicidad

Para Alarcón (2006), la felicidad “es un estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien deseado”. La felicidad solo puede ser explicada y entendida según la propia persona que experimenta dicho sentimiento.

Razones para vivir

Las razones para vivir son aquellas razones por las que una persona, tomando en cuenta sus propias capacidades de afrontamiento basadas en creencias y expectativas, hace frente a situaciones adversas, apoyándose en los factores protectores que posee. (Linehan, Goodstein, Nielsen y Chiles, 1983).

CAPÍTULO III

RESULTADOS

3.1. Resultados sobre la distribución según niveles de Felicidad y Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

Tabla 3

Niveles de Felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

Niveles de Felicidad	N	%
Bajo	62	24,8
Medio	101	40,4
Alto	87	34,8
Total	250	100,0

Fuente: Datos obtenidos de encuesta aplicada a estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

En la tabla 3, se aprecia que en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo predomina el nivel medio de Felicidad donde se posiciona el 40.4% de los estudiantes, seguido por el nivel alto con el 34.8% de estudiantes que registran este nivel de Felicidad, y finalmente se aprecia que el 24.8% de los estudiantes presentan un nivel bajo de Felicidad.

Tabla 4

Niveles de Felicidad según dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

Niveles de Felicidad	N	%
Sentido positivo de la vida		
Bajo	59	23,6
Medio	81	32,4
Alto	110	44,0
Satisfacción con la vida		
Bajo	50	20,0
Medio	83	33,2
Alto	117	46,8
Realización Personal		
Bajo	48	19,2
Medio	108	43,2
Alto	94	37,6
Alegría de vivir		
Bajo	57	22,8
Medio	89	35,6
Alto	104	41,6
Total	250	100.0

En la tabla 4, se presenta la distribución de los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, según niveles en las dimensiones de Felicidad, donde se observa que en las dimensiones Sentido positivo de la vida, Satisfacción con la vida y Alegría de vivir, predomina el nivel Alto con porcentajes entre 37.6% y 44.0%. En el caso de Realización personal se observa que predomina el nivel medio con 43.2% de estudiantes que registran este nivel.

Tabla 5

Niveles de Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

Niveles de Razones para vivir	N	%
Bajo	60	24,0
Medio	90	36,0
Alto	100	40,0
Total	250	100,0

Fuente: Datos obtenidos de encuesta aplicada a estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

En la tabla 5, se aprecia que en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo que participaron de la investigación, predomina el nivel alto de Razones para vivir donde se posiciona el 40.0% de los estudiantes, seguido por el nivel medio con el 36.0% de estudiantes que registran este nivel, y finalmente el nivel bajo, con el 24.0% de estudiantes que registraron este nivel.

Tabla 6

Niveles alcanzados en los componentes de Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

Componente de Razones para vivir	N	%
Relaciones familiares		
Bajo	60	24,0
Medio	76	30,4
Alto	114	45,6
Relaciones con pares		
Bajo	52	20,8
Medio	96	38,4
Alto	102	40,8
Creencias de afrontamiento		
Bajo	60	24,0
Medio	88	35,2
Alto	102	40,8
Expectativas hacia el futuro		
Bajo	55	22,0
Medio	86	34,4
Alto	109	43,6
Autoevaluación positiva		
Bajo	62	24,8
Medio	78	31,2
Alto	110	44,0
Total		

Fuente: Datos obtenidos de encuesta aplicada a estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

En la tabla 6, se presentan los niveles de Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo donde se observa que, en todas las dimensiones de Razones para vivir, el nivel predominante es el nivel alto, con porcentajes que varían entre 40.8% y 45.6%, seguido por el nivel medio con valores entre 30.4% y 35.2%, y finalmente el nivel bajo con porcentajes entre 20.8% y 24.8%.

3.2 Relación entre Felicidad y Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

Tabla 7

Correlación de la Felicidad con Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

	Felicidad (rho)	Sig.(p)	T.E.
Razones para vivir	0,56	0,000 **	Grande
Relaciones familiares	0,52	0,000 **	Grande
Relaciones con pares	0,39	0,000 **	Mediano
Creencias de afrontamiento	0,39	0,000 **	Mediano
Expectativas hacia el futuro	0,49	0,000 **	Mediano
Autoevaluación positiva	0,49	0,000 **	Mediano

Nota:

rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman

**p<.01

Los resultados que se presentan en la tabla 7, pertenecen a la evaluación de la correlación rho de Spearman, entre la Felicidad con las Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, donde se evidencia que la prueba estadística determinó la existencia de una correlación altamente significativa ($p<.01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación grande, de la Felicidad con Razones para vivir a nivel general y con la dimensión Relaciones familiares; De igual manera, se encontró evidencia de correlación altamente significativa ($p<.01$) y directa, con tamaño de efecto de la correlación de magnitud mediana entre la Felicidad con las dimensiones: Relaciones con pares, Creencias de afrontamiento, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva.

Tabla 8

Correlación de la dimensión Sentido positivo de la vida con las dimensiones de Razones para vivir, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

	Sentido positivo de la vida (rho)	Sig.(p)	T.E.
Razones para vivir	,49	,000 **	Mediano
Relaciones familiares	,42	,000 **	Mediano
Relaciones con pares	,31	,000 **	Mediano
Creencias de afrontamiento	,39	,000 **	Mediano
Expectativas hacia el futuro	,46	,000 **	Mediano
Autoevaluación positiva	,45	,000 **	Mediano

Nota:

rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman; TE: Tamaño de efecto (Cohen, 1988)

**p<.01

En la tabla 8, se muestran los resultados de la correlación rho de Spearman, entre la dimensión Sentido positivo de la vida de Felicidad con Razones para vivir y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, donde se evidencia que la prueba estadística determinó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano, de la Sentido positivo de la vida con Razones para vivir a nivel general y con la dimensión Relaciones familiares; Relaciones con pares, Creencias de afrontamiento, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva.

Tabla 9

Correlación de la dimensión Satisfacción con la vida con las dimensiones de Razones para vivir, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

	Satisfacción con la vida (rho)	Sig.(p)	T.E.
Razones para vivir	,46	,000 **	Mediano
Relaciones familiares	,46	,000 **	Mediano
Relaciones con pares	,31	,000 **	Mediano
Creencias de afrontamiento	,31	,000 **	Mediano
Expectativas hacia el futuro	,42	,000 **	Mediano
Autoevaluación positiva	,43	,000 **	Mediano

Nota:

r: Coeficiente de correlación rho de Spearman; TE: Tamaño de efecto (Cohen, 1988)

**p<.01

En la tabla 9, se muestran los resultados de la correlación rho de Spearman, entre la dimensión Satisfacción con la vida de Felicidad con Razones para vivir y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, donde se observa que la prueba estadística identificó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano, de la Satisfacción con la vida, con Razones para vivir a nivel general y con todas las dimensiones que la conforman: Relaciones familiares; Relaciones con pares, Creencias de afrontamiento, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva.

Tabla 10

Correlación de la dimensión Realización Personal con las dimensiones de Razones para vivir, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

	Realización		
	Personal	Sig.(p)	T.E.
	(rho)		
Razones para vivir	,44	,000 **	Mediano
Relaciones familiares	,44	,000 **	Mediano
Relaciones con pares	,34	,000 **	Mediano
Creencias de afrontamiento	,26	,000 **	Pequeño
Expectativas hacia el futuro	,33	,000 **	Mediano
Autoevaluación positiva	,35	,000 **	Mediano

Nota:

r: Coeficiente de correlación rho de Spearman; TE: Tamaño de efecto (Cohen, 1988)

**p<.01

Los resultados que se presentan en la tabla 10, referentes a la correlación rho de Spearman, entre la dimensión Realización personal de Felicidad con Razones para vivir y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, donde se observa que la prueba estadística identificó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano, de la Realización personal con Razones para vivir a nivel general y con todas las dimensiones que la conforman: Relaciones familiares; Relaciones con pares, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva. Así mismo, identificó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación pequeño, de la Realización personal con creencias de afrontamiento.

Tabla 11

Correlación de la dimensión Alegría de vivir con las dimensiones de Razones para vivir, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

	Alegría de vivir (rho)	Sig.(p)	T.E.
Razones para vivir	,51	,000 **	Grande
Relaciones familiares	,49	,000 **	Mediano
Relaciones con pares	,42	,000 **	Mediano
Creencias de afrontamiento	,30	,000 **	Mediano
Expectativas hacia el futuro	,47	,000 **	Mediano
Autoevaluación positiva	,41	,000 **	Mediano

Nota:

r: Coeficiente de correlación rho de Spearman; TE: Tamaño de efecto (Cohen, 1988)

**p<.01

Los resultados que se presentan en la tabla 10, referentes a la correlación rho de Spearman, entre la dimensión Alegría de vivir de Felicidad con Razones para vivir y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, donde se observa que la prueba estadística identificó la existencia de una correlación altamente significativa ($p<.01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación grande, de Alegría de vivir con Razones para vivir a nivel general, así como una correlación altamente significativa ($p<.01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano con todas las dimensiones que la conforman: Relaciones familiares; Relaciones con pares, Creencias de afrontamiento, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva.

CAPITULO IV
ANÁLISIS DE RESULTADOS

Desde la primera infancia el ser humano va desarrollándose y enfrenta diversas circunstancias de vida, algunas que le permiten experiencias de felicidad, como por ejemplo, las vivencias de amor y protección por parte de las personas a cargo de su crianza, su comprensión, paciencia y tolerancia; los momentos compartidos con la familia, la construcción de lazos de amistad y su permanencia en el tiempo, el logro de objetivos personales y profesionales; pero también se viven momentos de insatisfacción, pérdida y dolor, se experimenta la frustración y el desaliento que pueden llevar a esa persona a desconfiar de sus propias capacidades para afrontar la adversidad. Es por ello por lo que resulta importante reconocer con qué herramientas cuentan las personas para hacer frente a las dificultades, pues esos, sus recursos internos, le permitirán las elecciones y decisiones más saludables para sí y para mejorar su perspectiva de vida frente a las situaciones en que se encuentren, sean éstas de gran magnitud y naturaleza diversa y pueden aceptar que, si no son capaces de algo por sí mismas, existen medios que les servirán de ayuda y apoyo.

Los estudiantes universitarios del programa de psicología no están exentos de las experiencias mencionadas anteriormente y es de esperar, que al finalizar la etapa de formación profesional ejerzan la profesión psicológica, por naturaleza de ayuda social, desplegando sus conocimientos y aptitudes en un ámbito donde serán un recurso humano indispensable para personas que necesiten de su asistencia, por ello, es necesario que reconozcan con qué factores cuentan tanto para celebrar logros o buenas noticias como para afrontar adversidades. Es decir, serán personas velando por la salud mental de otras personas, conscientes del necesario bienestar propio, en primer lugar.

Con respecto a los resultados alcanzados en la presente investigación, en la tabla 3 se aprecia que en cuanto a los niveles de Felicidad se observa que, en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, predomina el nivel medio de Felicidad, donde se ubica el 40% de la población evaluada. Este resultado estaría indicando que, a pesar de encontrarse alejados de sus familiares, experimentar dificultades como no recibir apoyo familiar ni económico, o tener que ausentarse por algunos ciclos, los estudiantes logran vivenciar experiencias positivas dentro del ámbito académico, amical, sentimental entre otros. Este hallazgo se corrobora con resultados similares previamente hallados por Castilla (citado por López, 2017), quien, al medir los niveles de Felicidad en jóvenes y adultos universitarios de la carrera de Psicología, encontró que el nivel medio de Felicidad fue el predominante con el 45,8%. Así también, los resultados que se obtuvieron demuestran que el 34,8% de estudiantes

se ubicaron dentro del nivel alto, para Alarcón, aquellos estudiantes serían quienes vivencian la felicidad a través de la satisfacción que les da el saber que han obtenido el bien que deseaban, el cual puede ser de naturaleza variada. Las experiencias características en los estudiantes felices en cuanto a la “obtención” de un bien deseado son, por ejemplo, tener relaciones familiares plenas y satisfactorias de las cuales este siente agradecido con los miembros que la conforman, pues es una de las dimensiones que le permiten ser feliz. Así mismo, dichos estudiantes experimentan la felicidad gracias a las metas alcanzadas por ellos mismos, como culminar el ciclo académico satisfactoriamente, entablar relaciones de amistad con compañeros que conocieron en la universidad, y que no necesariamente provienen de la misma localidad. En otros casos, existen quienes además de estudiar, trabajan para hacerse cargo de su economía, y a pesar de ello, mantienen un historial académico impecable. El 24,8% de la presente investigación, evidenciaron encontrarse dentro de un nivel bajo de felicidad, presentando dificultades para experimentar y expresar satisfacción, alegría, estados de cómodo relajamiento, incapacidad para experimentar gratitud, es decir, son aquellos estudiantes que se encuentran alejados de sus familias por vivir en distintas ciudades, el tener que trabajar por necesidad para poder solventar la inversión que requiere el estudiar en una universidad privada, y para poder mantenerse a sí mismos cada día, ya que la mayor parte del tiempo se concentran en aquello que les preocupa. Tal como afirmaba Castilla (citado por López, 2017), que, en su investigación demostró que el 25,5% de estudiantes se encontró dentro del nivel bajo de Felicidad.

En la tabla 4, en lo que concierne a los niveles de Felicidad según sus dimensiones, los resultados obtenidos ubican al 44,0% de estudiantes dentro del nivel alto de Sentido Positivo de la Vida, respecto a lo cual sostiene Alarcón (2009), que dichos estudiantes se encuentran libres de estados depresivos profundos, es decir, se encuentran estudiando una carrera de su agrado, tienen salud, perciben su vida de manera positiva y se encuentran satisfechos con la forma en cómo se llevan con sus compañeros, amigos, familiares. Seguidos del 32,4% que se posicionan dentro del nivel medio, es decir, son aquellos estudiantes que a pesar de sentirse afectados por las circunstancias adversas que podrían vivenciar, han desarrollado sus fortalezas para sobrellevar aquellos momentos; y el 23,6% en el nivel bajo, es decir, son estudiantes que atraviesan circunstancias adversas, como haber tenido una ruptura amorosa reciente, carencia de apoyo por parte de sus allegados, dificultades para comunicar su sentir y no pueden visualizar como experiencia de aprendizaje aquello que están viviendo y que les provoca malestar; a diferencia de los hallazgos obtenidos por Castilla (citado por López, 2017), donde en el nivel medio se ubicaron el 45,3% de estudiantes, seguidos del 29% en nivel alto, y el 25,9% en nivel

bajo. En la dimensión Satisfacción con la Vida, predomina el nivel alto con porcentaje de 46,8%, lo cual señala Alarcón (2006), hace referencia a que aquellos estudiantes que con frecuencia y sin dificultad experimentan satisfacción con las metas que han podido lograr, se encuentran en permanente proceso de planificación entusiasta y realista de nuevas metas hacia las que se dirigen con confianza en sí mismos, están satisfechos con su presente; seguidos del 33,2% quienes se encuentran ubicados en el nivel medio, es decir, aquellos estudiantes que se agencian de estrategias para conseguir un objetivo y sentirse satisfechos, aspiran a superarse a sí mismos, a obtener buenas calificaciones, a comprender las clases, a practicar mejor sus valores y que sienten que a pesar de que deban hacer esfuerzos están dispuestos a trabajar en ello; y el 20% en el nivel bajo, donde se encuentran aquellos estudiantes que presentan dificultades para el alcance de sus metas, no solo en el presente si no de cara al futuro, por lo que se sienten derrotados y ven la vida con pesimismo; estos resultados contrastan con los de Castilla (citado por López, 2017) que obtuvo que la mayor cantidad de estudiantes satisfechos con la vida se encontraba en el nivel medio con 52.4%, seguidos por el 25% en un nivel alto, y el 22,5% en nivel bajo. En lo que concierne a Realización Personal, se observa la predominancia del nivel medio con 43,2% de estudiantes, refiriéndose a aquellos que mantienen sus esfuerzos hacia la obtención de sus ideales, pero que, por ser aún estudiantes y en su mayoría dependientes del apoyo de sus familias, experimentan aún sentimientos de incertidumbre respecto a su futuro; el 19,2% se ubicaron dentro del nivel bajo, expresando un intenso deseo de poder cambiar diversos aspectos de su vida; como la familia que tienen, su situación económica, su entorno social, sus relaciones afectivas y otros. Contrario a ello, aquellos estudiantes que se posicionan en el nivel alto corresponden al 37,6% y son quienes se dirigen hacia metas claras, realistas y hacia las que dirigen sus esfuerzos de manera jerarquizada, cuentan con diversos recursos internos que los hace autosuficientes y cada objetivo que alcanzan se convierte en un motivo de su felicidad; lo cual se ve contrastado con la investigación de Castilla (citado por López, 2017), donde el factor Realización Personal obtuvo en el nivel medio un 44.4%, seguidos por el nivel alto con 28.3%, y en el nivel bajo un 27.3%. En la dimensión Alegría de Vivir, predomina el nivel alto con porcentaje de 41,6% que indica que dichos estudiantes se sienten usualmente en bienestar, contentos y satisfechos (Alarcón, 2006), a diferencia de aquellos estudiantes que se ubican con un nivel bajo, correspondiente al 22,8% quienes es menos probable que identifiquen aspectos positivos dentro de las situaciones de su cotidianidad y se concentren en los aspectos negativos permitiendo que las experiencias de frustración determinen su sentir y limiten su capacidad de disfrute; esos estudiantes al comparar sus experiencias de satisfacción en relación a las experiencias de otros, a plantearse metas que no

van de acuerdo a sus capacidades y no sentirse satisfechos con sus logros, pueden creer que deberían encontrarse en otra situación como, por ejemplo, haber elegido otro estilo de vida, otra carrera profesional, trabajar antes de estudiar y otros. Así mismo, el 35,6% se ubicó dentro del nivel medio, representando a los estudiantes que, a pesar de no tener experiencias de felicidad plena de manera constante, permanecen optimistas hacia la vida auto motivándose para superar exitosamente las experiencias frustrantes o dolorosas que enfrentan. Los hallazgos de la presente investigación contrastan con los obtenidos por Castilla (citado por López, 2017) que para la dimensión Alegría de Vivir obtuvo 43,6% para el nivel medio, 30,7% para el nivel alto, y 28,8% para el nivel bajo.

En la tabla 5, se puede observar que, en cuanto a los niveles de Razones para Vivir, se distingue que en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo que participaron de la investigación, existe una predominancia en cuanto al nivel alto, donde se ubica el 40,0%; esto indica que dichos estudiantes, según Linehan (1983), cuentan con medios que los motivan a desarrollar comportamientos donde son capaces de adaptarse y protegerse ante momentos de adversidad; estos estudiantes poseen una adecuada red de apoyo, como amigos, familiares, incluso una percepción positiva de sí mismos, que también podría darse debido a la elección de la carrera profesional. Luego, se aprecia que el 36,0% de los evaluados, cuentan con un nivel medio de Razones para vivir, es decir, a pesar de vivenciar situaciones adversas que afectan su estabilidad, se caracterizan por mantener una actitud positiva hacia la vida y son capaces de aceptar su presente, esto apoyado por la presencia de un entorno social positivo; y finalmente el nivel bajo, con el 24% de estudiantes, evidenciando un déficit en las creencias altamente positivas hacia la vida, cuentan con menos factores protectores que el resto, pero se aferran a ellos; ya sea por cuestiones familiares, interpersonales, creencias personales y religiosas y se preocupan menos por las consecuencias de una potencial privación voluntaria de su vida en su entorno social (Linehan et. al 1983).

En la tabla 6 se aprecia que, respecto a los niveles de Razones para vivir según sus dimensiones, los resultados obtenidos ubican al 45,6% de estudiantes dentro del nivel alto de Relaciones Familiares, lo cual, como señala Gutiérrez (2002), se refiere a aquellos estudiantes poseen relaciones familiares satisfactorias, pues para ellos, la familia funciona como fuente de apoyo y soporte emocional, sienten que sus opiniones y sentimientos son respetados así como su individualidad y espacios personales, poseen factores protectores. El 30,4% de los estudiantes se ubican en el nivel medio, donde si bien la dinámica familiar no es compleja, tampoco permite en los estudiantes sensaciones de seguridad y se esfuerzan para poder

establecer relaciones óptimas ya sea con su familia, o para establecer lazos amicales duraderos, relaciones de pareja saludables, metas planteadas con claridad y otros. El 24,0% se ubica en el nivel bajo, donde se puede observar a estudiantes que se caracterizan por tener familias disfuncionales, donde no se respeta su individualidad, les es difícil expresarse con libertad, vivencian un ambiente dañino para sí mismos, presentan intranquilidad por lo que acontece en sus vidas, dinámica familiar inestable, posible consumo de sustancias psicoactivas, abuso físico y psicológico (que no necesariamente fue comunicado o tratado con algún profesional), baja autoestima y poca capacidad para afrontar dicho conjunto de situaciones, solo o con ayuda de su entorno. Por otro lado, en la dimensión Relaciones con Pares, predomina el nivel alto con porcentaje de 40,8%; con respecto a este resultado, señala Gutiérrez (2002), que dichos estudiantes perciben que cuentan con relaciones amicales satisfactorias, capaces de actuar como soporte y protección. Seguidos del 38,4% que se posicionan en el nivel medio, donde se ubican aquellos estudiantes que se relacionan entre sus compañeros tolerando sus diferencias, teniendo en cuenta que puede contar con ellos cuando necesite de su apoyo; y el 20,8% ubicados en el nivel bajo, donde se ubican los estudiantes que no se experimentan contenidos por una red de apoyo genuina en sus compañeros, ni han logrado establecer relaciones amicales con facilidad. En cuanto a Creencias de Afrontamiento, se aprecia la predominancia del nivel alto con 40,8% de estudiantes. Es decir, tal como lo establece Gutiérrez (2002), dichos estudiantes son quienes confían en los recursos y medios internos a los que tienen acceso y pueden recurrir para afrontar experiencias adversas. Seguidos del 35,2% que se ubica en el nivel medio, es decir, los estudiantes saben que existen situaciones que pueden transformar en experiencias de superación, así como otras donde necesitarán apoyo moral por parte de sus más allegados; por ejemplo, al reprobado una materia, al viajar nuevamente para estar lejos de sus familias, al tener una ruptura sentimental, entre otros; y el 24,0% en el nivel bajo, donde se encuentran aquellos estudiantes que se ven a sí mismos como carentes de herramientas para sobrellevar algún episodio que les genere angustia, y por ende, tampoco se sienten capaces de comunicárselo al resto. Así también la dimensión Expectativas hacia el Futuro, el nivel predominante es el nivel alto, con porcentaje de 43,6% lo cual, para Gutiérrez (2002), indica que dichos estudiantes sienten que, con esfuerzo y trabajo constante, lograrán tener éxito en los planes que realizarán, a diferencia de aquellos estudiantes que se ubican con un nivel bajo, como son el 22,0%, pues es menos probable que posean expectativas positivas, si no, perciben su futuro con desesperanza. Así mismo, el 34,4% se ubicó dentro del nivel medio, donde se encuentran quienes, a pesar de no contar con las herramientas suficientes para la obtención satisfactoria de sus objetivos, son conscientes de ello y persisten viendo un futuro esperanzador. En la

dimensión Autoevaluación Positiva, predomina el nivel alto con porcentaje de 44,0% lo cual, para Gutiérrez (2002), indica que dichos estudiantes se caracterizan por poseer una percepción positiva de sus propias cualidades, capacidades y atributos. El 31,2% se ubicó dentro del nivel medio, donde se encuentran los estudiantes que se perciben positivamente, sin embargo, los acontecimientos de su entorno y el conocimiento de sus limitaciones a nivel personal les presentan algunas dificultades que, apoyados en su auto evaluación positiva y apoyo externo proveniente de la familia y círculo social, logran superar y persistir en sus objetivos. El 24,8%; se ubica en el nivel bajo presentando una autoevaluación pobre de sus cualidades y capacidades lo que dificulta la superación de obstáculos y alcance de objetivos renunciando a ellos con frecuencia.

En la tabla 7, lo que respecta a la correlación de Felicidad con Razones para vivir, se precisó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación grande, de la Felicidad con Razones para vivir a nivel general. Esto se debe a la satisfacción experimentada gracias a la obtención de factores cognitivos que afectan de manera positiva la capacidad que tiene el individuo para sobrellevar las adversidades. Así también, se determinó la validez de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con tamaño de efecto de magnitud de la correlación grande con la dimensión Relaciones familiares, donde los estudiantes experimentan satisfacción más o menos duradera gracias a sus relaciones familiares, además de contar con su apoyo y soporte emocional. De igual forma, se encontró evidencia de correlación altamente significativa ($p < .01$) y directa, con tamaño de efecto de la correlación de magnitud mediana entre la Felicidad con las dimensiones: Relaciones con pares, la cual hace referencia a la satisfacción que se obtiene debido a una adecuada red de apoyo o relaciones amicales satisfactorias; Creencias de afrontamiento, es decir, la satisfacción con el conjunto de ideas que hacen creer a los estudiantes que cuentan con medios para afrontar experiencias adversas; Expectativas hacia el futuro, donde las características que presentan los estudiantes son: la posesión de expectativas positivas hacia su futuro planeado, mostrar adecuadas expectativas, satisfacción con la idealización de su futuro; y finalmente, Autoevaluación positiva, como la satisfacción que el estudiante posee hacia sí mismo, su forma de ser, y autopercepción (Alarcón, 2016 & Gutiérrez, 2002). La relación y alto porcentaje de estudiantes ubicados en nivel alto de felicidad y razones para vivir a nivel general, indica que la mayoría de los estudiantes presenta una satisfacción con la vida constante, es decir, el resultado de las relaciones familiares, con pares, creencias personales; le acercan a la felicidad. El nivel más alto alcanzado dentro de las dimensiones es el de relaciones

familiares. Cabe resaltar que no todos los estudiantes conviven con sus familias, pues son provenientes de las diversas regiones del país, por lo que, en muchos de los casos, los estudiantes viven solos, alquilando una habitación o departamento, o conviviendo con familiares que no eran tan allegados hasta antes de iniciar la carrera universitaria. Sin embargo, la mayoría indica tener satisfacción con las relaciones familiares, pues estas logran que dichos estudiantes experimenten felicidad, incluso considerando a la familia como factor protector ante la conducta suicida. Esto podría darse debido a la necesidad de mantener comunicación con quienes son considerados parte de la familia, ya sea por motivos económicos o porque añoran el hogar del que provienen, incluso al culminar el ciclo académico, los estudiantes regresan a sus ciudades de origen para reencontrarse con la familia, y pasar tiempo de calidad con ellos. Para quienes viven con su familia durante la etapa universitaria, es más frecuente que por la convivencia misma se vean obligados a compartir su tiempo, tener actividades en común. A diferencia de quienes se ubicaron en un nivel bajo, como la minoría, también existen estudiantes que mantienen relaciones hostiles con su familia, aunque convivan, mantienen su propio espacio, carecen de buena comunicación; quienes viven lejos, abandonaron el hogar en una situación que comprometía las relaciones adecuadas de respeto y comunicación entre sus miembros, o, por el contrario, es una situación que no les genera algún tipo de experiencia positiva.

En la tabla 8, en cuanto a la correlación rho de Spearman, entre la dimensión Sentido positivo de la vida de Felicidad con Razones para vivir y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, se evidencia que la prueba estadística determinó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano, de Sentido positivo de la vida con Razones para vivir a nivel general, donde se observa que los factores cognitivos con los que cuenta la persona, que influyen sobre su vida, influyen de tal modo que aquella no percibe la presencia de estados depresivos. Según Ryan y Deci (2000), el modo en que el desarrollo mental se ve influenciado por la sociedad, define qué tan feliz puede llegar a ser la persona, gozando de bienestar general, basado por su prosperidad psicológica, física y social. Así también, se evidencia que la prueba estadística determinó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano, con la dimensión Relaciones familiares, donde la ausencia de estados depresivos se debe a las relaciones familiares, las cuales influyen en la decisión de la persona por optar elegir vivir antes que considerar el suicidio, además, el individuo ve en su familia un soporte firme y constante

ante cualquier evento adverso, pues sabe que puede contar con cualquiera de sus miembros (Solórzano, 2015). Relaciones con pares, puesto que el estudiante tiene la capacidad de percibirse a sí mismo con sentimientos positivos, y de igual manera al medio que le rodea, lo que se ocasiona gracias a lo que percibe dentro de sus relaciones amicales, las cuales son satisfactorias, Vecina (2006) explica que la biología del hombre, causada por un estímulo externo, se predispone para dar una respuesta organizada dentro de la funcionalidad de las emociones, es decir, dar una homeostasis corporal. Respecto a la dimensión Creencias de afrontamiento, la persona se encuentra libre de estados depresivos profundos gracias al conjunto de ideas que funcionan como recursos para dejar de lado el pensamiento suicida como primera opción; de acuerdo a lo anterior, la persona considera que posee fuerza de voluntad, puesto que es capaz de decidirse a realizar una conducta en lugar de no llevarla a cabo, afirma Blumenfeld, (citado por Alarcón 2009). En cuanto a Expectativas hacia el futuro, la percepción positiva que tiene la persona sobre la vida, causa que esta crea que el futuro será próspero; mientras que, la desesperanza, consiste en percibir como “imposible” el poder lograr cualquier meta previamente planteada; la idea constante de que nada tiene solución, que, en el presente y futuro, nada puede mejorar. (Deza y Jara, 2009). En lo que respecta a Autoevaluación positiva, al no vivenciar estados depresivos y, en consecuencia, pensamientos pesimistas, la persona llega a sentirse satisfecha con su propio ser; Alarcón (2009), sostiene que el bienestar se conforma mediante la cantidad de emociones positivas que vivencia cada persona. Los estudiantes experimentan una percepción positiva de sí mismos, y aquellas personas con quien se relaciona, y debido a ello presentan características tales como amor propio, capacidad de socialización con personas que son de su agrado, son asertivos, experimentan satisfacción con sus familias y son capaces de ver su realidad en conjunto con optimismo, poseen buena capacidad de afrontamiento, creen que son capaces de cumplir con las responsabilidades universitarias, aceptan con actitud positiva algún cambio en la dinámica familiar, desean que sus compañeros también logren sus objetivos, son empáticos con sus pares y esperan con ansias el poder cumplir los objetivos que se plantean para su vida.

En la tabla 9, se observa que en cuanto a la correlación rho de Spearman, entre la dimensión Satisfacción con la vida de Felicidad con Razones para vivir y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, se observa que la prueba estadística determinó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano, de Satisfacción con la vida con Razones para vivir a nivel general, donde se observa que la obtención de expectativas

personales y creencias positivas ante la vida, causan estados subjetivos de satisfacción. Heylighen (1992), sostiene, a través de la teoría cibernética, que la felicidad está compuesta por felicidad pasajera y duradera; siendo la primera una “experiencia subjetiva”, que da el bienestar; en cambio, la segunda, se refiere a la vivencia constante de sentimientos agradables. De la misma manera, se precisó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano con todas las dimensiones que la conforman: Relaciones familiares, donde la persona cuenta con relaciones intrafamiliares favorables, de modo que estas le permiten experimentar estados subjetivos de satisfacción, pues al ser parte de una familia constituida que brinda un apoyo genuino, la persona es influida de modo que no presenta ideas suicidas (Solorzano, 2015). Relaciones con pares, donde la interrelación con la red social más cercana que brinda soporte y protección, permite que la persona experimente estados de satisfacción duraderos. Ryff y Keyes (1995) mencionan que gracias a las oportunidades que el entorno tiene para con la persona, esta puede potenciar su empatía y habilidades sociales, logrando una adecuada comunicación interpersonal con los suyos. Creencias de afrontamiento, donde se aprecia que la persona opta por considerar otras opciones antes que el suicidio en primer lugar gracias al conjunto de creencias que posee hacia sí misma, lo cual ocasiona que se aproxime a estados subjetivos de satisfacción. Abramson y Metalsky (1989), consideran que aquellas personas cuyos estilos inferenciales fueron desarrollados de forma negativa, son más propensas a desarrollar sintomatología suicida al encontrarse frente a eventos negativos trascendentales, a diferencia de los individuos que carecen de dichos estilos. En el caso de Expectativas hacia el futuro, la persona tiene la certeza de que las ideas y metas propuestas, tienen la posibilidad de ser realizadas constantemente a través de un arduo trabajo, y debido a ello, siente que se aproxima al ideal de su existencia. Para Oishi (2000), las metas y valores morales se pueden generar por los valores que acompañaron a la persona, o por sus ideales actuales; por lo tanto, el grado de satisfacción y bienestar se logra al emparejar sus metas; de lo contrario, se ubicaría en un estado de frustración existencial. En lo que respecta a Autoevaluación positiva, el estudiante percibe de manera positiva sus cualidades y capacidades, por lo que experimenta la sensación de “estar donde tiene que estar”. Dicha relación conlleva un proceso de autoevaluación, es decir, emitir un juicio de valor acerca de cómo se define a sí mismo, respuesta que se asocia a la satisfacción que se tiene consigo mismo (Alarcón, 2016). Los estudiantes sienten que están cerca del ideal de sus vidas, y que son felices con lo que han obtenido hasta dicho momento. Por ejemplo, lograr mantener relaciones adecuadas con su familia a pesar de la distancia, adaptarse y relacionarse con sus pares en un ámbito académico y fuera del mismo, por lo que las relaciones interpersonales de

dichos estudiantes son adecuadas y favorecen a que el estudiante vea en ellos una red de apoyo; así como es en el caso de expectativas hacia el futuro, pues sienten que se encuentran más cerca de obtener el ideal en sus vidas, como lograr su independencia, culminar sus estudios universitarios, trabajar, y hacerse cargo de sí mismos dentro de su desarrollo como adultos.

En la tabla 10, en torno a la correlación rho de Spearman, entre la dimensión Realización personal de Felicidad con Razones para vivir y las dimensiones respectivas en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, se determinó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano, de la Realización personal con Razones para vivir a nivel general, es decir, el estudiante se inclina hacia metas para su vida que considera valiosas, las cuales tienen impacto en la capacidad de hacer frente a eventos estresantes. Además, se refiere a qué tan capaz es la persona de transformar una situación carente de placer, en una situación agradable y positiva, haciendo uso de sus fortalezas internas (Alarcón, 2009). Así también, con Relaciones familiares, pues las condiciones familiares del individuo le permiten experimentar felicidad plena, pues funcionan como fuentes de apoyo. Incluso, Para De la Torre (2013), a mayor existencia de factores de riesgo en la persona, existe una mayor probabilidad de una conducta suicida. Menciona como uno de sus ejemplos un clima familiar inadecuado. En lo que respecta a Relaciones con pares, la interacción que tiene la persona con su entorno más cercano, amical, le brinda tranquilidad emocional y sentimientos de placidez. Un estudio realizado por Alarcón (2016) señala que el 78.9% de sujetos de clase media alta, expresan sentirse satisfechos y muy satisfechos con la vida social que llevan; así mismo, el 75.3% de la muestra de dicha investigación, expresó satisfacción con sus amigos. De ellos, 52.5% se hallaron satisfechos, y 22.8%, muy satisfechos. Únicamente en el caso de Creencias de afrontamiento, la prueba estadística determinó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación pequeño. En dicha dimensión, los recursos con los que cuenta la persona para afrontar eventos adversos le permiten percibirse como una persona autosuficiente. Esto significa que las estrategias que se utilizan con la finalidad de aminorar o cancelar los aspectos estresores, benefician al mismo tiempo a las capacidades con las que se puede conseguir dicho objetivo, pues estarían siendo desarrolladas con esfuerzo; lo cual según Maslow forma parte de la autorrealización y posterior felicidad (Cloninger; citado por Córdova y Sulca, 2018). En cuanto a Expectativas hacia el futuro, las ideas de cumplir algún propósito determinado que se plantea la persona, se perciben de manera positiva, proporcionándole tranquilidad emocional; a diferencia de las personas

desesperanzadas, quienes no creen que sus misiones puedan ser exitosas, sino, consideran que no serán capaces de conseguir éxito en sus proyectos. Esta definición se apoya de la propuesta de Beck (1976), pues menciona expectativas negativas sobre el futuro donde existe una predominancia de desilusión y desesperación. En cuanto a Autoevaluación positiva, el estudiante se siente plenamente feliz y satisfecho con su propio ser y personalidad. Ryff y Keyes (1995) mencionan que una de las mecánicas psicológicas del individuo es la auto aceptación, como toda actitud de valor positivo hacia uno mismo, asumiendo incluso que no todos los aspectos de la personalidad son positivos. La armonía mantenida con dicha característica es causante de bienestar. Los resultados presentados en esta relación se podrían dar debido a que los estudiantes no se consideran autosuficientes al momento de contar con metas y alternativas para superar cualquier pensamiento suicida, es decir, necesitan el apoyo de quienes ellos consideren familia, amistades, una red de apoyo cercana, incluso considerando que conocen hacia quiénes se pueden dirigir para una mejor orientación e intervención profesional.

En la tabla 11, en cuanto a la correlación rho de Spearman, entre la dimensión Alegría de vivir de Felicidad con Razones para vivir y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, se puede observar que la prueba estadística determinó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación grande, de Alegría de vivir con Razones para vivir a nivel general, donde la persona considera que vivir es maravilloso, así mismo, sus factores cognitivos y las expectativas personales, le permiten ser capaz de hacer frente a situaciones adversas. Según la Terapia Racional Emotiva, las conductas autodestructivas interfieren de manera negativa en la vida, al evitar que las personas se sientan felices. Así también, sostiene que, si las personas tienen como objetivo principal el vivir, tienen más probabilidades de cumplir dicho objetivo a través de submetas (Ellis, 1990). Así también, se estableció la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano con todas las dimensiones que la conforman: Relaciones familiares, donde la persona percibe con optimismo la relación con su familia, la cual cumple un rol fundamental como soporte emocional y apoyo persistente. Para la Organización Mundial de la Salud (2006), el auxilio y protección constante de aquellas personas que el individuo considerara de importancia en su vida, es considerado como uno de los factores que reducen el riesgo de comportamiento suicida. En el caso de Relaciones con pares, el estudiante experimenta el “vivir” como un hecho maravilloso, así también, percibe que cuenta con relaciones amicales satisfactorias. Para Ryff y Keyes (1995), el factor social, como los lazos amicales y relaciones estrechas que se tienen

con los demás, son clave para experimentar la felicidad. En lo que respecta a Creencias de afrontamiento, la totalidad de ideas y creencias que posee el sujeto, le hace creer en lo maravilloso que es vivir. Al contrario de como argumentan Abramson y Seligman (1978), mencionando que desde el inicio en que un pensamiento negativo ha sido fundado, como que nunca ocurrirá algo bueno en su vida, o que no puede cambiar su destino porque le sucederán cosas malas de forma constante, y presenta rasgos depresivos, inicia la desesperanza. En cuanto a Expectativas hacia el futuro, la idea de lo fantástico que es vivir y de las expectativas positivas hacia los futuros planteados, hacen que la persona tenga una percepción positiva del futuro, es aquí donde interviene la perseverancia, tenacidad y firmeza con que se busca llegar hacia una meta, que culmina con el logro de dicho propósito (Alarcón, 2009). Y finalmente, Autoevaluación positiva, donde la persona considera lo maravilloso que es vivir a través de la percepción positiva que tiene de su propio ser. Las personas saludables por lo general están felices por estar vivas, se aceptan a sí mismos precisamente por estar vivos, y son capaces de disfrutar de sí mismos. No miden su valor humano por los logros que obtienen, o por lo que los demás piensen de ellos. Ellos son quienes se aceptan y aman de manera incondicional (Ellis, 1990). Los estudiantes manifiestan sentirse alegres con la vida que llevan, satisfechos con el modo en que transcurre su existencia, lo cual se ve reflejado en su actitud ante la vida, metas a corto y largo plazo, optando por darle más valor a las metas que cumplen, antes que a los fracasos obtenidos. Incluso llegan a sentir respaldo de los docentes, por el hecho de convivir con ellos en un ambiente donde pueden ser escuchados libremente.

CAPITULO V
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

En relación con lo presentado en resultados y discusión de resultados, se detallan las conclusiones a continuación.

- En estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, predomina el nivel medio de Felicidad con el 40.4%, seguido por el nivel alto con el 34.8%, y finalmente el nivel bajo con 24.8%.
- En los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, predomina el nivel alto en las dimensiones de Felicidad: Sentido positivo de la vida, Satisfacción con la vida y Alegría de vivir, con porcentajes entre 37.6% y 44.0%. En el caso de Realización personal, predomina el nivel medio con 43.2%.
- En los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, predomina el nivel alto de Razones para vivir donde con el 40.0%, seguido por el nivel medio con el 36.0%, y finalmente el nivel bajo, con el 24.0%.
- En los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, en todas las dimensiones de Razones para vivir, el nivel predominante es el nivel alto, con porcentajes que varían entre 40.8% y 45.6%, seguido por el nivel medio con valores entre 30.4% y 35.2%, y finalmente el nivel bajo con porcentajes entre 20.8% y 24.8%.
- Existe una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación grande, de la Felicidad con Razones para vivir a nivel general y con la dimensión Relaciones familiares; igualmente se encontró evidencia de correlación altamente significativa ($p < .01$) y directa, con tamaño de efecto de la correlación de magnitud mediana entre la Felicidad con las dimensiones: Relaciones con pares, Creencias de afrontamiento, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva.
- Existe una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano, de la Sentido positivo de la vida con Razones para vivir a nivel general y con la dimensión Relaciones familiares; Relaciones con pares, Creencias de afrontamiento, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva.
- Existe una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano, de la Satisfacción con la vida, con Razones para vivir a nivel general y con todas las dimensiones que la conforman: Relaciones

familiares; Relaciones con pares, Creencias de afrontamiento, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva.

- Existe una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano, de la Realización personal con Razones para vivir a nivel general y con todas las dimensiones que la conforman: Relaciones familiares; Relaciones con pares, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva. Así mismo, identificó la existencia de una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación pequeño, de la Realización personal con creencias de afrontamiento.
- Existe una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación grande, de Alegría de vivir con Razones para vivir a nivel general, así como una correlación altamente significativa ($p < .01$), directa y con un tamaño de efecto de magnitud de la correlación mediano con todas las dimensiones que la conforman: Relaciones familiares; Relaciones con pares, Creencias de afrontamiento, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva.

5.2. RECOMENDACIONES

- Se sugiere a la Escuela Profesional de Psicología, llevar a cabo actividades de asesoría pedagógica en los estudiantes, basadas en el modelo de Psicología Positiva para que los estudiantes que presentan niveles bajos de felicidad puedan experimentar una mejora en este aspecto al ver afianzadas sus fortalezas personales.
- Se recomienda a los estudiantes evaluados proponerse, tomando en cuenta sus fortalezas personales, metas alcanzables y realistas para trabajar en ellas a corto, mediano y largo plazo, sea dentro del ámbito universitario y posteriormente fuera de este, con la finalidad de generar para sí expectativas de crecimiento personal hacia su vida y futuro profesional mejorando sus expectativas de realización personal.
- Se recomienda al Área de Bienestar Universitario impulsar y favorecer la realización de actividades como talleres, así también a la Escuela de psicología, la organización de actividades que promuevan la participación de los estudiantes y les permitan desarrollar medios adaptativos, así como creencias y factores protectores con los que cuentan para prevenir el surgimiento de pensamientos de desesperanza, depresivos y de vulnerabilidad personal.
- Se recomienda la Universidad, implementar programas psicológicos orientados a fomentar la comunicación en temas relacionados a la salud mental con el fin de obtener una red de apoyo constante para aquellos estudiantes que lo necesiten.
- Se recomienda profundizar en el estudio de las variables Felicidad y Razones para vivir, con el fin de lograr generalidad de resultados en poblaciones de contextos diferentes al incluido en el presente estudio.

CAPITULO VI
REFERENCIAS Y ANEXOS

7.1. Referencias

- Abramson, L., y Metalsky, G. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*. 96(1), 358-372.
- Aguirre, J.; Vega, M. (2020) *Relación entre Razones para vivir y Tendencias suicidas en alumnos de Medicina de una Universidad Privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Científica del Sur].
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una Escala Factorial para Medir la Felicidad. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology* 2006, 40, 99 - 106
- Alarcón, R. (2009). *Psicología de la Felicidad: Introducción a la Psicología Positiva*. Lima, Perú. Universidad Ricardo Palma.
- Alarcón, R. (2016). *Psicología de la felicidad*. Ed. 2. Lima, Perú. Editorial Universitaria.
- Alarcón, R., & Caycho, T. (2015). *Relaciones entre gratitud y felicidad en estudiantes universitarios de lima metropolitana*. *Psychologia: avances de la disciplina*, 9(1), 59-69.
- Asociación Peruana de Seguridad, Salud, Medio Ambiente y Desarrollo Sostenible (2019). *Cada día se suicida una persona en el Perú*. <https://andina.pe/agencia/noticia-alarmante-cada-dia-se-suicida-una-persona-el-peru-749249.aspx>
- Beck, A. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International University Press.
- Beck, A. y Clark, D. (1998). *Anxiety and depression: An information processing perspective*. *Anxiety Research*. 9(1), 23-26.
- Blumenfeld, W. (1954). *Introducción a la Psicología Experimental*. Lima: Editorial Cultura Antártica.
- Cárdenas, S. (2020). *Esperanza para la familia*. Colombia. <http://www.esperanzaparalafamilia.com/inicio/programas-de-radio/que-es-la-juventud/>

- Chau P. y Tavera M., (2020). Estudio longitudinal de estilos de vida en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana. *Psicología y Salud*, 30(2), 253-263. <https://doi.org/10.25009/pys.v30i2.2659>.
- Chau, C. & Tavera, M. (2012). *Informe proyecto PUCP-Saludable. I. Diagnóstico situacional*. Manuscrito inédito. [Pontificia Universidad Católica del Perú]
- Casaretto, M; Martínez, P. (2012) *Razones para vivir en jóvenes adultos: validación del RFL-YA*. [Pontificia Universidad Católica del Perú]
- Consortio de Universidades (2006). *Perfil de los Estudiantes del Consorcio de Universidades: resumen y análisis*. Lima: Grupo de Opinión Pública de la Universidad de Lima.
- Córdova, J. & Sulca, L. (2018). *Estilos de afrontamiento y felicidad en estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Particular de Lima*. Universidad Ricardo Palma, Perú.
- Csikszentmihalyi, M. (2000). *Psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós
- De la Torre, M. (2013). *Protocolo para la detección y manejo inicial de la ideación suicida*. España: Universidad Autónoma de Madrid. https://www.uam.es/centros/psicologia/paginas/cpa/paginas/doc/documentacion/rincon/protocolo_ideacion_suicida.pdf
- Deza J. y Jara C. (2009) Actitudes hacia el machismo en padres y desesperanza en madres de familia de dos instituciones educativas nacionales del distrito de Trujillo. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo, Trujillo]
- Ellis, A. Grieger, R. (1990). *Handbook of rational emotive thereapy. 2nd ed. [ebook] New York: Desclee de Brouwer, pp.24-26*. https://www.academia.edu/36833091/Terapia_Racional_Emotiva_Conductual_Una_version_t%C3%B3rica_actualizada_Leonor_Lega

- Ferrater Mora, J. (1969). *Diccionario de Filosofía (tomo I)*. Buenos Aires: Editorial Sudamericana.
- Fiestas, F. & Piazza, M. (2014). *Prevalencia de vida y edad de inicio de trastornos mentales en el Perú urbano: Resultados del estudio mundial de salud mental*. *Rev Peru Med Exp Salud Pública*, 31(1), 39-47.
- Fouillée, A. (1942). *Historia general de la Filosofía (tomo I)*. Santiago: Editora Zig-Zag.
- Gutierrez, P., Osman, A., Kopper, B. y Barrios, F. (2000). *Why young people do not kill themselves: The Reasons for Living Inventory for adolescents*. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29(2), 177-187. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10802827>
- Gutiérrez, P., Osman, A., Barrios, F., Kopper, B., Baker, M., y Haraburda, C. (2002). *Development of the reasons for living inventory for young adults*. *Journal of Clinical Psychology*, 58(4), 339-357
- Hernández, R; Fernández, C; y Bautista, P. (2014). *Metodología de Investigación*. (6.^a ed.). México: Mc. Graw Hill.
- Heylighen, F. (1992). *A cognitive – systemic reconstruction of Maslow's Theory of selfactualization*. *Behavioral science*. 37 (1), pp. 39 - 58.
- Instituto Nacional de Salud Mental (2013). *Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Lima Metropolitana y Callao. Replicación 2012. Informe General*. Vol. XXIV, suplemento 1. Lima.
- Jenaro, C., Antequera, R. y Flores, N. (2008). *La evaluación psicológica en infertilidad: El DERA una prueba creada en España*. *Papeles del Psicólogo*, 29(2), 176-185.
- Khan, S., y Farooq, S. (2003). *Relationship between protective and risk factors for suicide in depressed patients*. *Journal of the Pakistan Medical Association*. 53(7), 275- 279.
- Lewin, K. (1969). *Dinámica de la personalidad*. Ediciones Morata.

- Linehan, M., Goodstein, L., Nielsen, S. & Chiles, A. (1983). *Reasons for staying alive when you are thinking of killing yourself: The Reasons for Living Inventory*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(2), 276-286.
- Linehan, M. M. (2003). *Manual de Tratamiento de los Trastornos de Personalidad Límite*. Barcelona, España: Paidós.
- Linehan, M., Rathus, J. y Miller, A. (2007). *Dialectical Behavior Therapy with Suicidal Adolescents*. New York: The Guilford Press.
- Lopez, L. (2017). *Niveles de felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima*. Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Perú.
- Miller, J., Segal, D. y Coolidge, F. (2001). *A comparison of suicidal thinking and reasons for living among younger and older adults*. *Death Studies*, 25(4), 357-365. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11803985>
- Ministerio de Salud [MINSA]. (2011). *Análisis de Situación de Salud de las y los Jóvenes "Una mirada al Bono Demográfico"*. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/minsa/2284.pdf>.
- Morrison, V. y Bennett, P. (2008). *Psicología de la salud*. Madrid: Pearson Prentice Hall.
- Neyra, C., Range, L. y Goggin, W. (1990). *Reasons for living Following Success and Failure in Suicidal and Nonsuicidal College Students*. *Journal of Applied Social Psychology*, 20(11), 861-868. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1559-1816.1990.tb01464.x/full>
- Núñez, M. et al. (2015). *Relación entre autoestima y felicidad desde la psicología positiva en estudiantes de enfermería intercultural*. *Enfermería Actual en Costa Rica*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=448/44839779004>
- Oishi, S. (2000). *Las metas como piedras angulares del bienestar subjetivo: Vinculación de individuos y culturas*. Barcelona: Suh, editors.

- Organización de las Naciones Unidas (2012). *Día Internacional de la Felicidad*. Recuperado de: <https://www.un.org/es/events/happinessday/background.shtml>
- Organización Mundial de la Salud (2006). *Prevención del suicidio: Recurso para consejeros*. Ginebra: World Health Organization. Recuperado de: http://www.who.int/mental_health/media/counsellors_spanish.pdf
- Osman, A. et al. (1998). *The Reasons for Living Inventory for Adolescents (RFL-A): Development and psychometric properties*. Journal of Clinical Psychology, 54(8), 1063-1078.
- Rocamora, A. (2013). *Intervención en crisis en las conductas suicidas*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ryan, R. y Deci, E. (2000). *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being*. American psychologist, 55(1), pp.68-78.
- Ryff, C. y Keyes, L. (1995). *The structure of psychological well-being revisited*. Journal of personality and social psychology, 69(1), pp.719-727.
- Salazar, F. (2009) *Felicidad en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Surcolombiana*. Revista Facultad de Salud vol. 1 No. 2 - 2009: 17-23.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2006) *Metodología y diseños en la investigación científica*. Lima, Perú: Universitaria.
- Sánchez C. H. y Reyes M.C. (2015). *Metodología y diseños de la investigación científica*. Visión Universitaria, Lima.Perú.
- Secretaría Nacional de la Juventud [SENAJU]. (2012). *Primera encuesta nacional de la juventud. Resultados finales*. Lima: Fondo para el logro de los ODM.

- Secretaría Nacional de la Juventud [SENAJU]. (2019). *Jóvenes representan el 25% de la población peruana*. Lima. Recuperado de <https://juventud.gob.pe/2019/08/jovenes-representan-el-25-de-la-poblacion-peruana/>
- Seligman, M. (2004). *Aprenda Optimismo*. Barcelona: De bolsillo.
- Seligman, M. (2006) *La auténtica felicidad*. España: Byblos.
- Solorzano, N. (2015). *Razones para vivir y modos de afrontamiento al estrés en internos del pabellón IX y de mujeres del establecimiento penitenciario de Huánuco, Perú*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]
- Soria, M., Otamendi, A., Berrocal, C., Caño, A., y Rodríguez, C. (2004). *Las atribuciones de incontrolabilidad en el origen de las expectativas de desesperanza en adolescentes*. *Psicothema*, 16(3), 476-480.
- Stotland, E. (1969). *Exploratory investigations of empathy*. New York: Academic Press.
- Vecina, M. (2006). *Emociones positivas*. *Papeles del Psicólogo*, 27 (1), pp.3 – 22

7.2. Anexos

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

La participación en dicho estudio será netamente voluntaria, así mismo la información que se recoja será confidencial y no se utilizará para algún otro propósito fuera de lo establecido por la investigación. Las respuestas y los cuestionarios serán codificados bajo un número de identificación, es decir, serán anónimas.

Yo, _____, con DNI N° _____, acepto participar de forma voluntaria en la investigación titulada “Felicidad y razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo”, realizada por Claudia Yolanda Alvítez Díaz, estudiante de Psicología de la Universidad Privada Antenor Orrego.

Concedo a libre voluntad la aplicación de los instrumentos de la investigación hacia mi persona.

Trujillo, ___ de _____ del 2018.

Firma de la entrevistadora
Alvítez Díaz, Claudia Yolanda
DNI: 71412669

Firma del entrevistado (a)
Nombre:
DNI:

ESCALA DE FELICIDAD DE LIMA

Reynaldo Alarcón

Edad		Sexo	M	F
Ciclo				

A continuación, encontrará una serie de afirmaciones. Léalas cuidadosamente para indicar su grado de aceptación con una X. No hay respuesta buena ni mala.

Totalmente en desacuerdo	TD
En desacuerdo	D
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	N
De acuerdo	A
Totalmente de acuerdo	TA

N°	Enunciados	TD	D	N	A	TA
01	En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal					
02	Siento que mi vida está vacía					
03	Las condiciones de mi vida son excelentes					
04	Estoy satisfecho con mi vida					
05	La vida ha sido buena conmigo					
06	Me siento satisfecho con lo que soy					
07	Pienso que nunca seré feliz					
08	Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes					
09	Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida					
10	Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar					
11	La mayoría del tiempo me siento feliz					
12	Es maravilloso vivir					
13	Por lo general me siento bien					
14	Me siento inútil					
15	Soy una persona optimista					

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

RFL - YA

Muchas personas han pensado en el suicidio por lo menos alguna vez. Otras nunca lo han considerado. Lo haya o no considerado, nos interesan las razones que usted tendría para no suicidarse, si es que la idea se le ocurriera o si alguien se lo sugiriera.

A continuación, encontrará un conjunto de razones que las personas a veces utilizan para no suicidarse. Quisiéramos saber cuán importante sería para usted cada una de estas posibles razones en este momento, para no cometer suicidio. Marque con una “x” en el casillero correspondiente de acuerdo a la siguiente escala. Por favor, utilice todo el rango de opciones, no solo el medio o sólo en los extremos.

- 1 = No es una razón importante
- 2 = Muy poco importante
- 3 = Algo importante
- 4 = Medianamente importante
- 5 = Es una razón importante
- 6 = Es una razón sumamente importante

Cuán importante considera usted que es esta razón para no suicidarse...

N°	Enunciado	1	2	3	4	5	6
01	Espero muchas cosas buenas en la vida con el pasar de los años						
02	No creo que el suicidio sea la mejor manera de manejar cualquiera de mis problemas						
03	Cuando pienso en mi futuro me siento bien						
04	La mayor parte del tiempo me siento bien conmigo mismo/a						
05	Mis amigos están conmigo cuando tengo un problema						
06	Creo que puedo tomar muchas buenas decisiones sin la necesidad de pensar en el suicidio						
07	Tengo una relación muy cercana con mi familia						
08	Tengo muchos planes a futuro que me gustaría llevar a cabo						
09	Disfruto estando con mi familia						
10	Tengo amigos cercanos que realmente se preocupan por mí						
11	Creo que puedo soportar las pérdidas sin llegar al suicidio						

12	Mi familia tiene tiempo para escuchar lo que me pasa en la universidad, el trabajo o la casa							
13	Mi familia me da todo el amor que necesito							
14	Creo que mis amigos me tratan bien							
15	Tengo esperanzas en mis planes y metas a futuro							
16	Creo que mis amigos me aprecian cuando estoy con ellos							
17	Estoy satisfecho/a con la relación que tengo con la mayoría de mis amigos cercanos							
18	Estoy contento/a de ser como soy							
19	En general, estoy satisfecho/a de que ahora las cosas me estén yendo bien							
20	Siento un gran respeto por mí mismo/a							
21	Cuando tengo un problema puedo encontrar apoyo o consejo de mi familia							
22	Después de una discusión prefiero concentrarme en manejar la situación en vez de pensar en el suicidio							
23	Estoy contento/a conmigo mismo/a							
24	Mi familia comprende cómo me siento							
25	Veó mi futuro esperanzador y prometedor							
26	Estoy satisfecho/a con la relación que tengo con los miembros de mi familia							
27	Al enfrentarme a un problema, hago esfuerzos por comprender y evitar situaciones problemáticas parecidas							
28	Prefiero asumir la responsabilidad de buscar una solución a los problemas en lugar de pensar en el suicidio							
29	Me gustaría ver cómo mis planes a futuro se realizan (tener un trabajo, carrera, familia)							
30	Tengo amigos cercanos que están dispuestos a ayudarme si lo necesitara							
31	Espero muchas cosas agradables para el futuro							
32	Creo que todos los problemas tienen una posible solución positiva							

Prueba de Normalidad

Tabla 12

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones de Felicidad y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

	Z de K-S	Sig.(p)
Felicidad	,072	,003 **
Sentido positivo de la vida	,114	,000 **
Satisfacción con la vida	,094	,000 **
Realización personal	,091	,000 **
Alegría de vivir	,136	,000 **

Nota:

n : Tamaño de muestra

KS: Estadístico de Kolmogorov-Smirnov

**p<.01

En la tabla 12, se observan los resultados de la distribución de las puntuaciones obtenidas por los estudiantes que formaron parte del estudio, referentes a Felicidad y sus dimensiones, las mismas que difieren de manera altamente significativa ($p < .01$) de la distribución normal.

Tabla 13

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones de Razones para vivir y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

	Z de K-S	Sig.(p)
Razones para vivir	,072	,003 **
Relaciones familiares	,114	,000 **
Relaciones con pares	,094	,000 **
Creencias de afrontamiento	,091	,000 **
Expectativas hacia el futuro	,136	,000 **
Autoevaluación positiva	,141	,000 **

Nota:

n: Tamaño de muestra

KS: Estadístico de Kolmogorov-Smirnov

**p<.01

En la tabla 13, se presentan los resultados obtenidos de la aplicación de la prueba de kolmogorov-Smirnov, correspondientes a Razones para vivir y sus dimensiones, donde se observa que la distribución a nivel general en Razones para vivir, así como sus dimensiones Relaciones familiares, Relaciones con pares, Creencias de afrontamiento, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva obtenida, difieren de manera altamente significativa de la distribución normal ($p<.01$).

Tabla 14

Evaluación de ítems a través del coeficiente de validez Ítem-test corregido, de la Escala de Felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

Ítem	ritc
Ítem 01	0,565
Ítem 02	0,635
Ítem 03	0,524
Ítem 04	0,556
Ítem 05	0,493
Ítem 06	0,542
Ítem 07	0,569
Ítem 08	0,527
Ítem 09	0,457
Ítem 10	0,627
Ítem 11	0,689
Ítem 12	0,560
Ítem 13	0,526
Ítem 14	0,479
Ítem 15	0,566
Ítem 16	0,445
Ítem 17	0,551
Ítem 18	0,515
Ítem 19	0,643
Ítem 20	0,515
Ítem 21	0,472
Ítem 22	0,676
Ítem 23	0,610
Ítem 24	0,495
Ítem 25	0,576
Ítem 26	0,585
Ítem 27	0,370

Nota:

ritc: índice de correlación ítem-escala corregido

(a): Ítem de contribución válida si ritc es mayor o igual a .20

Los resultados presentados en la tabla 14, muestran que los coeficientes de correlación Ítem-test corregidos, correspondientes a la Escala de Felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, donde se puede observar que los veintisiete ítems registraron valores que fluctúan entre .370 y .689, superando al mínimo sugerido de .20.

Tabla 15

Evaluación de ítems a través del coeficiente de validez Ítem-escala corregido, de la Escala de Felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

Ítem	ritc	Ítem	ritc	Ítem	ritc	Ítem	ritc
Ítem 02	,655	Ítem 01	,580	Ítem 08	,446	Ítem 12	,507
Ítem 07	,629	Ítem 03	,546	Ítem 09	,418	Ítem 13	,476
Ítem 11	,562	Ítem 04	,555	Ítem 21	,565	Ítem 15	,528
Ítem 14	,517	Ítem 05	,505	Ítem 24	,594	Ítem 16	,437
Ítem 17	,588	Ítem 06	,535	Ítem 25	,524		
Ítem 18	,560	Ítem 10	,559	Ítem 27	,384		
Ítem 19	,723						
Ítem 20	,628						
Ítem 22	,750						
Ítem 23	,671						
Ítem 26	,581						

Los resultados presentados en la tabla 15, referentes al análisis los ítems de la Escala de Felicidad, en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, donde se identificó que en las cuatro dimensiones los ítems registraron índices de correlación ítem-escala corregido superiores al valor mínimo referido de .20, con valores que van desde .384 a .750.

Tabla 16

Evaluación de ítems a través del coeficiente de validez Ítem-test corregido, de la Escala de Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

Ítem	ritc
Ítem 01	0,441
Ítem 02	0,217
Ítem 03	0,607
Ítem 04	0,650
Ítem 05	0,533
Ítem 06	0,508
Ítem 07	0,548
Ítem 08	0,528
Ítem 09	0,594
Ítem 10	0,590
Ítem 11	0,535
Ítem 12	0,275
Ítem 13	0,627
Ítem 14	0,663
Ítem 15	0,619
Ítem 16	0,690
Ítem 17	0,666
Ítem 18	0,540
Ítem 19	0,659
Ítem 20	0,739
Ítem 21	0,695
Ítem 22	0,604
Ítem 23	0,694
Ítem 24	0,629
Ítem 25	0,671
Ítem 26	0,679
Ítem 27	0,604
Ítem 28	0,642
Ítem 29	0,563
Ítem 30	0,601
Ítem 31	0,587
Ítem 32	0,568

Los resultados presentados en la tabla 16, muestran que los coeficientes de correlación Ítem-test corregidos, correspondientes a la Escala de Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, donde se puede observar que los treinta y dos ítems que constituyen la escala registraron valores que fluctúan entre .217 y .739, superando al mínimo sugerido de .20.

Tabla 17

Evaluación de ítems a través del coeficiente de validez Ítem-escala corregidos, de la Escala de Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

Ítem	ritc								
Ítem 07	,567	Ítem 05	,608	Ítem 02	,277	Ítem 01	,474	Ítem 04	,592
Ítem 09	,600	Ítem 10	,618	Ítem 06	,614	Ítem 03	,582	Ítem 18	,649
Ítem 12	,267	Ítem 14	,696	Ítem 11	,572	Ítem 08	,618	Ítem 19	,635
Ítem 13	,603	Ítem 16	,712	Ítem 22	,648	Ítem 15	,684	Ítem 20	,714
Ítem 21	,714	Ítem 17	,680	Ítem 27	,587	Ítem 25	,670	Ítem 23	,704
Ítem 24	,587	Ítem 30	,682	Ítem 28	,695	Ítem 29	,660		
Ítem 26	,701			Ítem 32	,443	Ítem 31	,626		

Los resultados presentados en la tabla 17, referentes al análisis los ítems de la Escala de Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, donde se identificó que los ítems en cada una de las dimensiones, registraron índices de correlación ítem-escala corregidos superiores al valor mínimo aceptable de .20.

Tabla 18

Confiabilidad de la Escala de Felicidad de Felicidad y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

		N° ítems
Felicidad	,945	27
Sentido positivo de la vida	,893	11
Satisfacción con la vida	,793	6
Realización personal	,741	6
Alegría de vivir	,701	4

Nota:

: Coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach

En la tabla 18, se muestran los coeficientes alfa de Cronbach de la Escala de Felicidad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, donde se evidencia que el coeficiente de confiabilidad toma un valor de .945 a nivel general calificando como excelente; Asimismo, se aprecia que en la dimensión Sentido positivo de la vida la confiabilidad es muy buena con un valor del índice igual a .893; Igualmente las dimensiones: Satisfacción con la vida, Realización personal y Alegría de vivir, muestran coeficientes respectivos de .793, .741 y .701, que corresponden a una confiabilidad respetable.

Tabla 19

Confiabilidad de la Escala de Razones para vivir y sus dimensiones en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo

		N° ítems
Razones para vivir	,934	32
Relaciones familiares	,751	7
Relaciones con pares	,867	6
Creencias de afrontamiento	,793	7
Expectativas hacia el futuro	,851	7
Autoevaluación positiva	,848	5

En la Tabla 19, se muestran los coeficientes alfa de Cronbach de la Escala de Razones para vivir en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, donde se evidencia que la confiabilidad a nivel general califica como elevada (.934); en las dimensiones: Relaciones con pares, Expectativas hacia el futuro y Autoevaluación positiva, la confiabilidad califica como muy buena con índices de confiabilidad que varían entre .845 a .867; y finalmente en las dimensiones: Relaciones familiares y Creencias de afrontamiento, la confiabilidad califica como respetable con coeficientes respectivos de .751 y .793.