



Universidad Femenina Del Sagrado Corazón

Escuela de Posgrado

Programa Académico de Maestría en Psicología

FELICIDAD Y SENTIDO DE VIDA EN UN GRUPO DE JÓVENES  
VOLUNTARIOS DE LIMA EN TIEMPOS DE COVID-19

Tesis presentada por:

GLADYS MARÍA CHÁVEZ VARGAS

Para obtener el Grado Académico de

MAESTRA EN PSICOLOGÍA

con mención en Psicología Clínica y de la Salud

Asesora:

Ysis Judith Roa Meggo

Cód. Orcid 0000-0001-7750-9807

Lima – Perú

2022

Los miembros del jurado han aprobado el estilo y el contenido de la tesis sustentada por:

GLADYS MARÍA CHÁVEZ VARGAS

YSIS JUDITH ROA MEGGO

---

Nombre(s) y Apellidos, Asesora

BERTHA SONIA REYES PORTOCARRERO

---

Nombre(s) y Apellidos, Miembro

SABINA LILA DEZA VILLANUEVA

---

Nombre(s) y Apellidos, Miembro

ROSARIO GUADALUPE ALARCÓN ALARCÓN

---

Nombre(s) y Apellidos, Miembro

---

Dra. Rosario Guadalupe Alarcón Alarcón  
Directora de la Escuela de Posgrado



## RESUMEN

El presente estudio estuvo enfocado en determinar la relación entre felicidad y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en coyuntura de pandemia. El diseño fue no experimental transeccional correlacional. La muestra fue integrada por 103 jóvenes voluntarios, de ambos sexos, pertenecientes a una organización sin fines de lucro. El método de muestreo fue no probabilístico e intencional. Los instrumentos de medición de las variables fueron la Escala de la Felicidad de Lima (EFL) y el Inventario Sentido de la vida PIL Test. Se halló que existe una relación estadísticamente significativa entre la felicidad, sus dimensiones y el sentido de vida. Con respecto a las medidas del efecto de la relación entre las variables, se encontraron medidas moderadas y bajas. Además, se encontró que el mayor segmento de los participantes se ubicó en el nivel de Felicidad con un 34% y medianamente feliz con un 25.2%; sin embargo, hubo un 19.4% de personas que expresó un nivel de infelicidad; con respecto a la variable sentido de vida, el mayor segmento de los participantes manifiesta tener presente el sentido de vida, siendo este el 68.9%, el 23.3% se encontró en una zona intermedia o indefinición; mientras que el 7.8% indicó falta de sentido de vida.

**Palabras clave:** felicidad, sentido de vida, voluntario joven, COVID-19.

## ABSTRACT

The present study was focused on determining the relationship between happiness and meaning of life in a group of young volunteers from Lima in a situation of pandemic. The design was non-experimental transeccional correlational. The sample was made up of 103 young volunteers of both sexes, belonging to a non-profit organization. The sampling method was non-probabilistic and intentional. The instruments for measuring the variables were the Lima Happiness Scale (EFL) and the Meaning of Life Inventory PIL Test. It was found that there is a statistically significant relationship between happiness, its dimensions, and the meaning of life. Regarding the measures of the effect of the relationship between the variables, moderate and low measures were found. In addition, it was found that the largest segment of the participants was located at the level of Happiness with 34% and moderately happy with 25.2%; however, there was 19.4% of people who expressed a level of unhappiness; Regarding the variable meaning of life, the largest segment of the participants stated that they had the meaning of life in mind, this being 68.9%, 23.3% were in an intermediate or undefined zone; while 7.8% indicated a lack of meaning in life.

**Keywords:** happiness, meaning of life, young volunteer, COVID-19.

## RECONOCIMIENTOS / DEDICATORIA

Dedicado a todos aquellos que ofrecen su tiempo, en contribuir con el desarrollo y cuidado de las poblaciones que más lo necesitan, con el fin de lograr una sociedad que sea cada vez más justa, con menos desigualdad y más humana. Gracias queridos voluntarios, por todo el esfuerzo, por la pasión y compromiso que ponen en cada tarea realizada y sobre todo por enseñarnos que es posible transformar el mundo.



# ÍNDICE

	Página
RESUMEN .....	4
ABSTRACT .....	4
RECONOCIMIENTOS / DEDICATORIA .....	5
ÍNDICE .....	6
LISTA DE TABLAS .....	9
LISTA DE FIGURAS .....	10
INTRODUCCIÓN .....	11
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	13
1.1 Planteamiento del problema.....	13
1.2 Justificación de la investigación .....	16
1.3 Delimitación y limitaciones de la investigación.....	17
1.4 Objetivos de la investigación.....	18
1.4.1 Objetivo General .....	18
1.4.2 Objetivos Específicos.....	18
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	19
2.1 Antecedentes de la investigación.....	19
2.1.1 Antecedentes Nacionales.....	19
2.1.2 Antecedentes Internacionales .....	21
2.2 Bases teóricas.....	24
2.2.1 Felicidad.....	24

	Página
2.2.2 Sentido de vida .....	28
2.3 Definición de términos.....	32
Felicidad:.....	32
Sentido de vida: .....	32
Voluntariado .....	32
Voluntario joven .....	32
COVID-19.....	32
2.4 Hipótesis .....	33
2.4.1 Hipótesis general .....	33
2.3.1 Hipótesis específicas .....	33
<b>CAPÍTULO III: MÉTODO</b> .....	<b>34</b>
3.1 Nivel, tipo y diseño de investigación .....	34
3.2 Participantes .....	35
3.2.1 Población .....	35
3.2.2 Muestra .....	35
3.3 Variables de investigación.....	36
Felicidad. ....	36
Sentido de vida. ....	36
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	37
3.5 Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	40
<b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS</b> .....	<b>41</b>
4.1 Resultados descriptivos .....	41

	Página
4.1.1 Información demográfica.....	41
4.1.2 Análisis descriptivos de las variables de estudio.....	43
4.2 Resultados de contrastación de hipótesis.....	45
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	51
CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	55
6.1. Conclusiones.....	55
6.2. Recomendaciones.....	57
REFERENCIAS.....	58
APÉNDICE.....	62
APÉNDICE A: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	63
APÉNDICE B: MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	66
APÉNDICE C: MODELOS DE ASENTIMIENTO Y/O CONSENTIMIENTO.....	68
INFORMADO.....	68

## LISTA DE TABLAS

Tabla	Página
1. Descripción de los participantes del estudio, según características del sexo.	41
2. Descripción de los participantes del estudio, según características del tiempo de voluntariado.	42
3. Prueba de normalidad de ajuste a la curva normal para la felicidad y sentido de vida.	45
4. Relación entre felicidad y sentido de vida.	46
5. Relación entre sentido positivo de la vida y sentido de vida.	47
6. Relación entre satisfacción con la vida y sentido de vida	48
7. Relación entre realización personal y sentido de vida	49
8. Relación entre alegría de vivir y sentido de vida	50

## LISTA DE FIGURAS

Figura	Página
1. Niveles de felicidad percibidos por los participantes del estudio.	43
2. Niveles de sentido de vida percibidos por los participantes del estudio.	44



## INTRODUCCIÓN

La presente investigación surge a partir de reflexiones acerca de la felicidad y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios, que ejercen esta labor en diversas organizaciones sin fines de lucro con la finalidad de aportar al desarrollo y el cuidado de las poblaciones más vulnerables; lo cual contribuye con los objetivos de desarrollo sostenible (ODS), sustentados por la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2015).

En el primer capítulo se exponen elementos que componen el problema de investigación; los cuales son el planteamiento específicamente del problema, la justificación del estudio, los criterios que permiten delimitar esta investigación; así como las dificultades halladas en la misma o también llamadas limitaciones del estudio. Por otro lado, se plantea en este capítulo los objetivos, a nivel general y específicos.

El segundo capítulo está compuesto por el marco teórico; el cual integra investigaciones a nivel nacional e internacional, relacionadas con las variables de estudio y en poblaciones similares; así también se añaden referencias teóricas con respecto a la felicidad y sentido de vida. Por último, en este capítulo se plantean las hipótesis.

El tercer capítulo explica los aspectos metodológicos de la investigación, para lo cual se precisa el nivel, tipo y diseño, las variables de estudio, las características de la muestra, las técnicas e instrumentos de evaluación y las técnicas de procesamiento y análisis de datos.

El cuarto capítulo presenta los resultados, muestra los datos sociodemográficos, los resultados descriptivos de cada variable y los resultados de contrastación de las hipótesis.

El quinto capítulo expone la discusión en base a los resultados hallados, tomando en cuenta las hipótesis del presente estudio en comparación con otras investigaciones, enfocadas en estudiar felicidad y sentido de vida.

En el sexto y último capítulo, se encuentran las principales conclusiones y recomendaciones del estudio. Finalmente, se detallan las referencias y apéndice.



# CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

## 1.1 Planteamiento del problema

Desde que surgió la Psicología Positiva en los 90, con los postulados de Martin Seligman, se ha comenzado a investigar acerca de la felicidad desde una perspectiva científica, qué es lo que hace más felices a las personas, qué factores intervienen, entre otras variables asociadas (Alarcón, 2016).

En el año 2018 se realizó un estudio acerca de la Felicidad. Dentro de sus resultados destacaron como los países más felices Finlandia, Noruega y Dinamarca; seguidos por Islandia, Suiza, Holanda, Canadá, Nueva Zelanda, Suecia y Australia. En los resultados de esta investigación se observó que el país más triste sería Burundi, más el país latinoamericano mejor posicionado sería Costa Rica, en el puesto 13; mientras Perú ocupó el puesto 65. Los países que ocuparon los últimos lugares fueron Nepal en el puesto 101, Venezuela en el puesto 102 y Gabón en el puesto 103. El presente informe tuvo como finalidad medir la felicidad en una muestra de 156 países, tomando en cuenta indicadores sociodemográficos, políticos y de organización pública. Así mismo, para elaborar dicho informe, los investigadores consideraron variables como el nivel de compasión, libertad, redes de seguridad, salud, honestidad y buen gobierno (ONU, 2018).

En el Perú, también se han realizado estudios acerca de la felicidad, como el informe presentado por la consultora Arellano, el cual muestra que los jóvenes entre los 18 y 24 años son los más felices de la población; y que los menos felices son las personas en edad adulta, cuyas edades oscilan entre 45 a 50 años. Se arguye también que esto se debe a que en la etapa de juventud hay mayor optimismo ya que se suele pensar que “todo va a ser mejor”, mientras que

en la etapa adulta media se empieza a percibir con mayor énfasis el declive físico; sin embargo, este informe muestra algunas excepciones de personas a partir de los 55 años, perciben que las dificultades causadas por el estrés menguan y la felicidad y sentido de vida empiezan a surgir con un nuevo impulso. Además, se muestra que los principales deseos en la población peruana son la autoaceptación y autovaloración, vivir en un lugar limpio y agradable, sentirse reconocido socialmente y respetado y tener comodidades en casa. Así también, se identifica que lo más importante para los peruanos es estar bien de salud, vivir en un lugar donde se sienta seguro, aceptarse y valorarse positivamente a sí mismo, tener estabilidad económica y pertenecer a una familia. El ítem más valorado fue la salud (66%), seguido por la seguridad (36%) (Arellano, 2019).

Así también Alarcón, ha realizado diversos estudios acerca de la felicidad en el Perú, los resultados de sus investigaciones, demuestran que hay variables que se relacionan significativamente con la felicidad, estas serían la edad, ya que los adultos y adultos mayores tuvieron mayores puntuaciones en comparación con los más jóvenes, la variable de estado civil también fue significativa, los casados obtuvieron mayores puntuaciones que los solteros, la variable sexo no tuvo variaciones significativas. También se hallaron como fuentes de la felicidad el mantener un buen estado de salud, estar bien con Dios (espiritualidad) y tener una familia (Alarcón, 2016).

Por otro lado, Frankl sostiene que las personas no buscan ser felices, sino más bien un motivo para ser felices, por ello es necesario que se encuentre un sentido o significado a la existencia para poder ser capaz de conectarse con su lado humano, para lograr esto, primero debe ir más allá de sí mismo; y esto

empieza con una duda o pregunta que lo invita a reflexionar acerca de cuál es su motivación central, qué es lo que estaría dispuesto a hacer siempre a pesar de los conflictos o problemas, por qué estaría dispuesto a morir si fuera necesario, a esto le llama voluntad de sentido. Luego de ello, cuando haya meditado acerca de las preguntas que van surgiendo desde su interior, y tomando en cuenta lo vivido y aprendido, podrá hallar su propio sentido (Frankl, 1945).

En el año 2015 se celebró la creación de la agenda 2030, la cual presenta los 17 objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) desplegados en 169 metas, que tienen como objetivo central mejorar la calidad de vida de las personas, acabar con la desigualdad, la pobreza y cuidar el medio ambiente. Para ello se promueve la acción voluntaria principalmente en la población joven. El voluntariado, se puede entender como el trabajo que realizan algunas personas que brindan servicio a la comunidad o al medio ambiente por decisión propia, sin retribución económica de por medio (ONU, 2015).

Según el informe publicado en la sexta edición del “World Giving Index” (2016), realizado por Charities Aid Foundation (CAF), el Perú se ubica en el puesto 41 de 140 países en el mundo, con respecto al tiempo que sus habitantes le dedican a un voluntariado. Al menos un tercio de la población peruana ha sido parte de un voluntariado, en algún momento de su vida. Solo en Lima, el 52% de ciudadanos aseveró tener interés en integrar algún programa de voluntariado.

En tal sentido resulta importante, poder identificar las variables que podrían estar asociadas al bienestar subjetivo de estas personas, tomando en cuenta la revisión de la literatura, se vio por conveniente estudiar la felicidad y sentido de vida en esta población, considerando además la coyuntura actual por

la que atraviesa el país y todo el mundo; ya que luego de haberse propagado la pandemia mundial por el COVID-19 desde noviembre del 2019 hasta la fecha, se han reportado 20.599.734. casos, 749.635 muertes a nivel mundial, según un estudio hecho por la Universidad Johns Hopkins (Baltimore, Estados Unidos), considerando la fecha de su última actualización el 26 de julio del 2020. En el Perú según el reporte del Ministerio de Salud, se han registrado 498.555 casos, 21.713 fallecidos, tomando en cuenta la actualización hasta el 12 de agosto del 2020. Todo ello ha provocado un gran incremento de los niveles de estrés y ansiedad en la población, trayendo como consecuencias un impacto negativo en la salud mental y en el bienestar; por ello, será responsabilidad de la sociedad civil intervenir con programas enfocados en la recuperación y promoción del bienestar de las personas (ONU, 2020).

Por ello surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué relación existe entre felicidad y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19?

## **1.2 Justificación de la investigación**

De acuerdo con los criterios de Hernández, Fernández y Baptista (2006), la presente investigación es relevante, representa un aporte metodológico; pues facilita profundizar más sobre el constructo de felicidad y sentido de vida desde una perspectiva psicológica, usando el modelo multidimensional, el cual permite ampliar el conocimiento acerca de éstos.

Así mismo, brinda un aporte práctico al entregar un trabajo novedoso para su uso en cuanto a la población de jóvenes que practican voluntariado en Lima, y acerca de cómo se presentan y correlacionan estos constructos en dicha población en tiempos de COVID-19.

Finalmente, es un estudio viable; ya que la población considerada es mayor de edad y se tendría acceso a ellos mediante coordinaciones con los líderes o encargados de diversas organizaciones.

### **1.3 Delimitación y limitaciones de la investigación**

La presente investigación se realizó en la ciudad de Lima metropolitana. La población estuvo conformada por 739 personas, de ambos sexos, que realizan labor voluntaria, según el registro del Sistema Nacional de Voluntariado en el Perú.

El estudio se llevó a cabo entre los meses de noviembre del 2020 y mayo del 2021, estuvo compuesta por la participación de 103 jóvenes voluntarios, de ambos sexos, con un periodo de 4 meses a más realizando la labor en una organización sin fines de lucro, ya que se considera necesario establecer un tiempo mínimo para poder estudiar las variables en esta población. Además, se tomó en cuenta los siguientes datos sociodemográficos: edad y tiempo de servicio.

Por otro lado; el presente estudio tuvo dificultades a considerar, la coyuntura social de la pandemia, fue un contexto difícil para el proceso de evaluación; debido al estado de emergencia mediante los decretos supremos N°044-2020, N°051-2020-PCM, N°053-2020-PCM, N°094-2020-PCM, N°110-2020-PCM, y N°116-2020-PCM, por lo que quedaron totalmente prohibidas reuniones presenciales, ello afectó el desenvolvimiento normal de las actividades voluntarias, muchas organizaciones tuvieron que realizar actividades virtuales para mantener activos a los voluntarios, en campañas, atenciones con medios digitales, entre otros; sin embargo también hubo deserción por parte de los

miembros, o menos participación, según indicaron los líderes de dichas organizaciones.

Así también, otra de las dificultades fue encontrar investigaciones previas sobre la relación de estas variables en población de jóvenes voluntarios; ello dificultó el poder realizar un mejor contraste en los resultados hallados.

## **1.4 Objetivos de la investigación**

### **1.4.1 Objetivo General**

Determinar la relación entre felicidad y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.

### **1.4.2 Objetivos Específicos**

1. Determinar la relación entre sentido positivo de la vida y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.
2. Determinar la relación entre satisfacción con la vida y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.
3. Determinar la relación entre realización personal y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.
4. Determinar la relación entre alegría de vivir y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **2.1 Antecedentes de la investigación**

#### **2.1.1 Antecedentes Nacionales**

Bonilla (2019) propone hallar las diferencias significativas con respecto a los niveles de felicidad en estudiantes que practican labor voluntaria, comparando esta muestra con otro grupo, en el que no practican esta actividad. Hubo 304 estudiantes universitarios, como muestra representativa, con edades comprendidas entre 16 y 35 años, de ambos sexos, pertenecientes a diferentes áreas profesionales. Para la medición de la variable, el instrumento fue la EFL de Alarcón (2006). Los resultados indican que existen diferencias significativas a nivel de las dimensiones, excepto en la dimensión: alegría de vivir y en la variable felicidad.

Guardamino, Mora, Salas y Soto (2018) plantean conocer el nivel de felicidad de un grupo de estudiantes. La muestra estuvo conformada por 384 alumnos, varones y mujeres, tanto de universidades del Estado como privadas, de distintas carreras y ciclos académicos. El instrumento para la medición fue la EFL de Alarcón. Dentro de los resultados, se puede apreciar a nivel descriptivo que el promedio en cuanto a la variable estudiada es medio, con respecto al análisis dimensional, la Realización personal fue la dimensión que obtuvo menor nivel. Finalmente, no se hallaron diferencias significativas según la edad, sexo y tipo de universidad.

Chiclote y Cosme (2018) proponen conocer la relación existente entre sentido de vida y satisfacción familiar en un grupo de estudiantes. La muestra fue de 289 estudiantes de primer a décimo ciclo académico, pertenecientes a las carreras profesionales de Ciencias de la Salud. Para la medición de las variables

se utilizaron la “Escala de Satisfacción Familiar” de Olson y Wilson (1982) y el PIL Test de J. Crumbaugh y L. Maholick. En los resultados se encuentra que existe una relación significativa entre las variables estudiadas.

León e Hidalgo (2017) en su estudio, plantean conocer la relación entre felicidad y gratitud en un grupo de estudiantes. La muestra estuvo conformada por 404 estudiantes universitarios, varones y mujeres, con edades comprendidas entre los 20 a 30 años. Los instrumentos utilizados para la medición de las variables fueron la Escala de Gratitud elaborada por Alarcón (2014) y la EFL, elaborada por Alarcón (2016). Las conclusiones que se obtuvieron fueron las siguientes: Existe relación altamente significativa entre las variables analizadas; a nivel de dimensiones, existe relación significativa entre la gratitud y las dimensiones de felicidad: alegría de vivir y satisfacción con la vida.

Arboccó (2017) plantea conocer la relación entre sentido de vida y los valores interpersonales en un grupo de estudiantes. La muestra estuvo conformada por 277 estudiantes universitarios, de la carrera de Psicología, de diversos ciclos académicos (desde el primero hasta los que realizaban internado). Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Valores Interpersonales SIV de Gordon y el PIL Teste de Crumbaugh y Maholick. Dentro de las conclusiones se determinó que existe una relación significativa entre las variables del estudio, cabe resaltar que el valor interpersonal Benevolencia, obtuvo la más alta correlación positiva.

### **2.1.2 Antecedentes Internacionales**

Hernández, Valdez, Aguilar, Torres y López (2016) plantearon identificar las fuentes que proporcionan sentido de vida en jóvenes universitarios. La muestra fue representada por 250 jóvenes estudiantes, pertenecientes a los últimos semestres académicos, con edades comprendidas entre los 20 a 24 años. Se elaboró un cuestionario de 5 preguntas para la investigación, el cual fue validado por jueces expertos. En los resultados, se encontró que para ambos sexos aquello que los lleva a tener una buena vida es la salud, el desarrollo personal, y las relaciones interpersonales; así mismo los hombres destacaron en el área material, mientras que las mujeres indicaron los afectos. Otra diferencia con respecto a la variable sexo, se encontró en que los hombres se orientan más hacia la búsqueda de la felicidad, mientras las mujeres hacia las relaciones interpersonales. En cuanto a lo que le da sentido a la vida, en ambos sexos se halló que es el desarrollo personal y las relaciones interpersonales, sin embargo, los hombres se orientan más a la búsqueda de felicidad y aspecto material, mientras que las mujeres hacia el aspecto espiritual.

Sanjuán y Ávila (2016) plantearon como objetivo de investigación analizar si las variables, afrontamiento y motivación serían predictoras del bienestar subjetivo y psicológico. La muestra estuvo compuesta por 200 participantes, entre varones y mujeres, con edades entre los 20 y 56 años. La mayoría se encontraba trabajando y el 48% había realizado estudios universitarios. Para la medición, se utilizaron el Cuestionario de motivos desarrollado por Sheldon y Elliot (1999), el Cuestionario de afrontamiento COPE abreviado de Carver (1997), el PANAS desarrollada por Watson, Clark y Tellegen (1988), Escala de satisfacción con la vida, desarrollada por Pavot y Diener (1993) y la

Escala de Bienestar psicológico, desarrollada por Ryff (1989). Dentro de los resultados se halló diferencias estadísticamente significativas entre las variables de estudio y las variables sociodemográficas. Finalmente, las variables, motivación y afrontamiento, consideradas conjuntamente, fueron predictores de las diferentes dimensiones de bienestar analizadas.

Mayordomo, Sales, Satorres y Meléndez (2016) investigaron acerca del bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. La muestra fue integrada por 706 personas, divididas de la siguiente manera: jóvenes con más de 18 años, adultos mayores de 40 años, y adultos mayores de 65 años. Para la medición, utilizaron la Escala de bienestar psicológico de Ryff. En cuanto a los resultados, de acuerdo con la edad se identifican diferencias en relaciones positivas con otros; autonomía, dominio del entorno y crecimiento personal. En relación con el sexo, las diferencias significativas halladas se encontraron en las dimensiones de la autoaceptación y la autonomía, en ambas dimensiones se encontró que las mayores puntuaciones, fueron obtenidas por los hombres.

Barrantes y Ureña (2015) en su investigación proponen conocer la relación entre bienestar psicológico y subjetivo en un grupo de estudiantes. La muestra fue de 402 estudiantes universitarios (248 mujeres y 154 varones), con un promedio de 19 años. Los instrumentos de medición fueron la PWBS, adaptada por Díaz (2006), la PANAS, propuesta por Roble y Páez (2003) y la SWLS elaborada por Diener (1985). En los resultados se encontró un elevado nivel de bienestar psicológico y bienestar subjetivo en la muestra. En cuanto al perfil del bienestar psicológico, el crecimiento personal es resaltante, seguida por el propósito en la vida, en contraste, las áreas menos resaltantes fueron las

correspondientes a las relaciones positivas; dominio del entorno y autonomía. En el análisis comparativo según sexo, se encontraron diferencias significativas en cuanto a crecimiento personal y propósito en la vida, las mujeres presentaron puntajes más elevados que los hombres. Con respecto al bienestar subjetivo, los puntajes de afecto positivo superan a los de afecto negativo, no se encontraron diferencias significativas según sexo ni nivel de estudios. En cuanto a las correlaciones, el afecto positivo correlaciona positivamente con los componentes de bienestar psicológico y satisfacción con la vida. El afecto negativo indica coeficientes de correlación significativos e inversamente proporcionales a las dimensiones de bienestar. Se halló correlación significativa y negativa con respecto a la satisfacción de la vida y la edad.

Rubio (2015) investigó acerca del Sentido de la vida, bienestar psicológico y felicidad en estudiantes. La muestra fue de 349 estudiantes de nacionalidad española, entre varones y mujeres, cuyas edades oscilan entre 18 y 26 años. Los instrumentos utilizados en versión española, para la medición de las variables utilizó el Purpose in life, Escala de búsqueda de metas noéticas, Escalas de bienestar psicológico, Cuestionario Oxford de felicidad y la Escala de satisfacción vital. En esta investigación se llegó a las siguientes conclusiones: Se encontraron relaciones significativas positivas entre Sentido de la vida y bienestar psicológico, satisfacción vital y felicidad. Se hallaron diferencias estadísticamente significativas en motivación y necesidad de búsquedas noéticas con respecto a la variable sexo, los hombres tuvieron puntuaciones más altas; sin embargo las mujeres obtuvieron mejores puntuaciones en la dimensión de bienestar psicológico y relaciones positivas, se validó que a mayor puntuación en Sentido de la vida, hay menos puntuación en

búsqueda y necesidad de metas noéticas y más puntuación en bienestar psicológico, satisfacción vital y felicidad; por lo tanto el sentido de vida sería un predictor significativo del bienestar psicológico, de la satisfacción vital y de la felicidad.

## **2.2 Bases teóricas**

### **2.2.1 Felicidad**

#### ***2.2.1.1 El enfoque psicológico de la felicidad***

La felicidad es un concepto bastante interesante para el ser humano, es por ello, que desde la época en la que surge la Filosofía, fue abordada por diversos pensadores y escuelas, tales como el epicureísmo, estoicismo, Sócrates, Aristóteles, Platón, entre otros. En el campo científico, el estudio de la felicidad se inició con las investigaciones de Martin Seligman, quien es considerado el padre de la Psicología Positiva, movimiento o corriente psicológica que se tiene como tres componentes fundamentales: 1). Está orientada en estudiar las conductas humanas relacionadas con la felicidad o bienestar, tales como la esperanza, gratitud, compasión, estado de flujo, las cuales son de naturaleza positiva y pueden ser consideradas fortalezas personales; 2). Las investigaciones son realizadas basadas en el método científico, hipotético deductivo; 3). La Psicología positiva se centra en el hombre, considerándolo como bueno, el cual tiene voluntad y conciencia para realizar las cosas de la mejor manera (Alarcón, 2016).

Así también, Alarcón (2009) define la felicidad como una experiencia subjetiva de satisfacción plena en posesión de un bien deseado. Hace referencia en su definición el carácter subjetivo, ya que cada experiencia difiere en cuanto al objeto de deseo o anhelo; así como también, la duración de la vivencia.

### **2.2.1.2 Fuentes de felicidad**

Una interrogante central en la investigación acerca de la felicidad es: ¿Qué es lo que hace felices a las personas?, dicha pregunta está relacionada con el concepto de que la felicidad tiene que ver con el alcance o posesión de un bien o bienes anhelados por alguien. Cuando esto no ocurre, es decir, cuando queda interrumpida la consecución o alcance de esta meta u obtención del objeto de valor, esta felicidad llega a carecer de sentido, puesto que esta consecución es la que impulsa el bienestar subjetivo que percibe el individuo. El supuesto que el objeto genera esta felicidad, no quiere decir que se reduce a la simple obtención de este bien; sino que forma parte de un proceso dinámico que empieza con la elección de un objetivo en particular, el cual tiene valor para la persona, luego al obtener o lograr alcanzar esto deseado, se despierta el estado emocional de satisfacción, en caso contrario se experimentarían sentimientos de desosiego, tristeza, frustración y conductas similares a la infelicidad. La gran variedad de cosas que pueden producir felicidad a nivel individual no desestima que existan ciertos objetos que sean colectivamente deseados por una comunidad de individuos; ya que tendrían elementos de influencia como la cultura (Alarcón, 2016).

Es probable que los objetos materiales e ideales que producen felicidad no sean los mismo en todos los países. Lu & Shih (1997) se interesaron por conocer como experimentan la felicidad los ciudadanos de Taiwán, por lo que en una muestra de sujetos entre los 18 a 60 años, encontraron nueve fuentes de felicidad. Finalmente, los autores llegaron a concluir que la percepción que se tiene de la felicidad en China posee características muy particulares, como estar a gusto con la vida. Roiste (1996) identifica que, en Irlanda las causas de la

felicidad se encuentran en la familia, las relaciones amicales y la vida social; así mismo se halló diferencias según sexo, edad y estado civil. Lu, Gilmour & Kao (2001) estudiaron las relaciones entre valores culturales y experiencias de felicidad en grupos de universitarios de Taiwán y británicos, en los resultados hallaron una fuerte relación entre valores y felicidad en ambas muestras. Swinyard, Kau & Phua (2001) se interesaron por estudiar la relación entre la felicidad, la obtención de bienes materiales (materialismo) y la experiencia religiosa, en personas adultas de Singapur y Estados Unidos. Encontraron una correlación negativa indirecta con respecto a las variables felicidad y materialismo en ambos países; además hallaron que los singapurenses serían menos felices y más materialistas que los estadounidenses. Estos resultados, representan un gran aporte a la hipótesis sobre la relación positiva entre la variable felicidad y la religiosidad. Las personas felices no perciben su religiosidad como parte de su accionar sino como parte de su ser. Finalmente, los autores concluyen que la felicidad no está relacionada a los bienes materiales (citado por Alarcón, 2016).

Así también, se ha cuestionado por la relación entre la felicidad y el sistema democrático de algunos países. Frey & Stutzer (2000) iniciaron con la hipótesis que en una democracia más desarrollada la gente es más feliz. Sus análisis econométricos realizados en una muestra de 6000 personas de Suiza muestran que el mayor desarrollo de las instituciones en las democracias influye en la felicidad de los habitantes; así como también se puede observar que el alto ingreso económico y el contar con un empleo están asociados con altos niveles de felicidad (citado por Alarcón, 2016).

Según Csikszentmihalyi (1999) las respuestas a la pregunta sobre qué hace felices a las personas han fluctuado entre fuentes materialistas y mentalistas, enfocadas a pensamientos y actitudes. Sus investigaciones apoyan ambas repuestas; sin embargo, halló que lo mental produce resultados más fuertes o significativos.

Por otro lado, Alarcón (2016) en su estudio sobre qué hace felices a los peruanos, considerando a 163 sujetos, como muestra representativa, pertenecientes a los estratos social media y media alta de la ciudad de Lima, hombres y mujeres, entre los 20 a 60 años, encontró que los principales objetos de felicidad fueron gozar de buena salud, estar bien con Dios, lo cual hace referencia al factor espiritual y tener una buena familia.

### **2.2.1.3 Factores de la Felicidad**

Alarcón (2009) considera cuatro dimensiones para medir la felicidad, las cuales determinarán los niveles en que se encuentren las personas que sean evaluadas. Estas son:

1. Sentido positivo de la vida o ausencia de sufrimiento profundo.

En esta dimensión se contemplan los estados de sentido positivo hacia el yo y hacia los otros, y más bien indica la falta de estados depresivos, falta de tranquilidad, vacío existencial.

2. Satisfacción con la vida.

Hace referencia a la alegría de gozar de la propia existencia, tomando en cuenta que se han alcanzado las metas deseadas o se está cerca de estarlo.

3. Realización personal.

Es un estado de felicidad plena, significa que la persona ha llegado a mantener un estado permanente de bienestar, se relaciona con la tranquilidad, quietud, autosuficiencia, independencia; características que conllevan al estado de felicidad completa.

4. Alegría de vivir.

Manifiesta emociones positivas sobre la propia existencia y las experiencias que se tienen, está orientado hacia el optimismo, por lo que el que lo experimenta se siente generalmente bien.

## **2.2.2 Sentido de vida**

### **2.2.2.1 Surgimiento de la logoterapia**

Frankl fue un médico, psiquiatra, psicólogo y filósofo, el cual luego de haber sufrido el internamiento en cuatro campos de concentración, desarrolló una teoría y terapia basada en sus propias experiencias y en la investigación clínica realizada a lo largo de dos décadas, la teoría fue nombrada el sentido de vida y la terapia reconocida con el nombre de Logoterapia (Frankl, 1979).

Frankl (1984) sostiene que el hombre tiene como motivación principal en su vida buscar el propósito o finalidad de su propia existencia, es decir, encontrar el sentido de su vida; ello está ligado a la libertad, la cual implica que la persona sea responsable de lo que vivió o de la que está próximo a vivir; sólo de esta forma llegará al final de su búsqueda.

Frankl (1979) explica que el sentido de vida es un tema que debe ser abordado como una problemática de todo ser humano y no como un síntoma. Además, refiere que esta búsqueda se da a lo largo de la vida y es diferente para

cada individuo, se considera que cada persona es única e irremplazable como lo es la misión que cumple en el mundo.

### **2.2.2.2 Logoterapia**

Frankl (1979) explica que logoterapia proviene de la palabra griega “logos”, que quiere decir estudio, espíritu, propósito, sentido. Por lo tanto, la logoterapia está enfocada en facilitar u orientar a la persona a que encuentre el sentido de su propia existencia, considera que cada uno tiene su propio propósito, por lo que a través de diferentes medios se logrará llegar a su propio fin.

Frankl (1990) definió etimológicamente la palabra logos, tomando en cuenta tres puntos de vista:

1. Logos quiere decir palabra, lógica. Es una terapia basada en el diálogo y en la razón, tiene como objetivo que el individuo pueda encontrarse con su lado humano y su lado espiritual y usando la razón como medio pueda comprender mejor su concepción del mundo y la manera de experimentar algún tipo de sufrimiento como una enfermedad o simplemente su existencia en el mundo.
2. Logos puede interpretarse también como sentido o propósito. Parte desde la finalidad que tiene la logoterapia de ayudar a la persona a encontrar su propósito, a pesar de la situación en la que se encuentre, ya que no habrá alguna situación en la vida que carezca de sentido, inclusive desde los contextos que puedan parecer más negativos.

3. Logos también quiere decir espiritual, lo cual no hace referencia a lo religioso, sino a lo más humano del ser humano, ello no es físico ni emocional (Frankl, 1990).

### **2.2.2.3 Voluntad de sentido**

Frankl (1979) explica que para muchos la voluntad de sentido es una cuestión de hecho y no de fe. Existe una primera fuente o motivo que surge en la persona y la hace encontrar su propio sentido, esto puede ser algo o alguien, por el cual la persona es capaz de sobrevivir a cualquier dificultad o inclusive es capaz de morir por salvaguardarlo.

Para May (1988) la libertad de hacer hace referencia al acto; mientras que la libertad de ser se refiere a un contexto en el que se encuentra la urgencia de actuar, lo segundo implica un nivel más profundo en la estructura de cada persona. Es en la libertad de hacer, donde la persona va en busca de algo que contenga un significado que lo lleve a ser algo que se encuentre afuera y haga sentir libre al espíritu.

Frankl (1995) refiere que la persona realiza sus acciones en base al amor al objeto con el que se identifica, el cual puede ser una persona o una causa distinta; y que no actúa sólo para satisfacer su moral y tener buena conciencia. Este amor que siente por algo o alguien es la voluntad de sentido, la cual lo llevará a la trascendencia en su vida, más que solo satisfacer sus propias necesidades, su sentido de vida lo llevará a servir a la causa con la que se identifique, ello le hará tener una actitud diferente ante los diversos acontecimientos por los que pase y a ser un ser humano con “sentido de vida”.

#### **2.2.2.4 El ser humano y el encuentro con su sentido de vida**

Adler (1973) explica que el sentido de vida sólo puede ser único e irrepetible y se hace notar en el inevitable conflicto que experimenta un individuo cuando actúa de forma equivocada. En diversas ocasiones la persona se enfrenta a un sinsentido, sin ser incluso consciente de ello, aparentemente no hay un motivo para ser feliz, es que no basta sólo con desear serlo o experimentar el placer que esto conlleva; sino en encontrar algo que le otorgue sentido a lo que se hace. El ser humano tiene algo de naturaleza innata, que le da el impulso que necesita para desarrollarse, algo que de no existir sería imposible continuar con la vida o evolucionar. El ser humano no se encuentra en una perfecta homeostasis, por el contrario, está en una tensión interna, la cual será regulada a través del desarrollo de alguna actividad que implique esfuerzo y algunas veces de algún sacrificio.

Por otro lado, Mariñez (2003) dice que toda persona tiene una misión que llevar a cabo; por lo que el ser humano no puede negarse nunca a encontrarle sentido a su existencia, esta misión lo lleva a darse cuenta de que su paso por el mundo es más que sólo un acto de la reproducción.

Guix (2008) menciona que para una persona no es suficiente el hecho de saber que vive sólo para cumplir una función biológica, sino que busca sobrevivir para ser más que el nutriente de la tierra, de lo contrario la persona se quedaría estática sólo para existir.

López (2003) refiere que la persona mientras más campos de su vida abarque, tendrá más posibilidades de hallar su propósito, es decir, cada individuo tiene experiencias estéticas, amorosas, religiosas, tiene una vocación, ejerce una profesión, en general todo ello lo define, lo hace influir sobre los otros y

recibir la influencia de los demás, es en este intercambio de influencias donde se puede encontrar una “persona con sentido de vida”.

### 2.3 Definición de términos

Se definen términos importantes para una mejor comprensión de la investigación.

**Felicidad:** Experiencia subjetiva de satisfacción plena en posesión de un bien deseado, la cual puede ser temporal o duradera. Hace referencia en su definición el carácter subjetivo, ya que cada experiencia difiere en cuanto al objeto de deseo o anhelo (Alarcón, 2009).

**Sentido de vida:** Es la misión que le toca cumplir a cada persona, la cual es única e irrepetible para cada uno. Este sentido parte del vacío existencial, para luego ser transformado en la voluntad de sentido, que es un objeto externo al individuo, que le permite luchar o continuar pese a las adversidades (Frankl, 1984).

**Voluntariado:** Es una forma poderosa de integrar a los ciudadanos con la finalidad de enfrentar los desafíos en relación con el desarrollo sostenible de las naciones. Trae beneficios tanto a los miembros de la sociedad como a los mismos voluntarios, fortaleciendo valores como la confianza, solidaridad y reciprocidad entre las personas y crea oportunidades de participación (ONU, 2013).

**Voluntario joven:** Personas con edades comprendidas entre los 18 y 29 años, que se involucran en iniciativas de paz y desarrollo en el mundo (ONU, 2019).

**COVID-19:** Es una enfermedad infecciosa que es causada por el coronavirus, tanto el virus como la enfermedad eran desconocidos antes del

brote en China, en diciembre del 2019. En la actualidad la COVID-19 es una pandemia que está afectando a muchos países a nivel mundial (Organización Mundial de la Salud, 2020).

## **2.4 Hipótesis**

### **2.4.1 Hipótesis general**

HG: Existe relación positiva entre felicidad y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.

### **2.3.1 Hipótesis específicas**

H1: Existe relación positiva entre sentido positivo de la vida y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.

H2: Existe relación positiva entre satisfacción con la vida y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.

H3: Existe relación positiva entre realización personal y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.

H4: Existe relación positiva entre alegría de vivir y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.

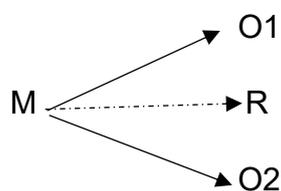
## CAPÍTULO III: MÉTODO

### 3.1 Nivel, tipo y diseño de investigación

El nivel de la presente investigación, tomando en cuenta a Sánchez y Reyes (2009) es descriptiva; pues busca recabar información acerca de la situación actual del fenómeno estudiado en un momento dado.

El tipo de la presente investigación, tomando en cuenta a Sánchez y Reyes (2009), es Básica o pura; debido a que permite recoger información de la realidad para fortalecer los conocimientos teóricos. Así mismo, la investigación básica contribuye al progreso de la ciencia, aportando con la generalización de resultados bajo la óptica de desarrollar modelos teóricos basados en principios o leyes.

El diseño de la investigación, tomando en cuenta a Hernández, Fernández y Baptista (2003) es no experimental transeccional correlacional; pues sólo se analizará y describirá la correlación entre las dos variables en un momento determinado. Dicha correlación podría ser positiva o negativa, lo cual permitirá validar o rechazar las hipótesis planteadas. Es representado en el siguiente diagrama:



Dónde:

M: muestra.

O1: puntuaciones de la variable felicidad.

O2: puntuaciones de la variable sentido de vida.

R: correlación entre felicidad y sentido de vida.

## **3.2 Participantes**

### **3.2.1 Población**

La población de la presente investigación, la conforman 739 personas, según el registro en el Sistema Nacional de Voluntariado, varones y mujeres del distrito de Lima, que realizan voluntariado en Organizaciones sin fines de lucro.

Los criterios de inclusión son los siguientes:

- Voluntarios que tengan mínimo 4 meses realizando esta actividad.
- Que pertenezcan a una Organización sin fines de lucro.
- Que realicen el voluntariado en Lima.
- Edades comprendidas, entre los 18 y 29 años.
- Varones y mujeres.

En cuanto a los criterios de exclusión, estos son:

- Voluntarios que tengan menos de 4 meses realizando la labor.
- Voluntarios independientes, que no pertenezcan a una organización sin fines de lucro.
- Que realicen el voluntariado en otro lugar que no sea Lima.
- Que tengan edades fuera del rango requerido.

### **3.2.2 Muestra**

Se consideró el método de muestreo no probabilístico e intencional; dado que la elección de los sujetos no depende de la probabilidad; sino de la intencionalidad del investigador, debido a las características de la investigación, según lo señalado por Hernández, Fernández y Baptista (2010). La cantidad de participantes es de 103 jóvenes, entre hombres y mujeres, que realizan labor voluntaria en alguna organización sin fines de lucro.

### **3.3 Variables de investigación**

#### **Felicidad.**

##### **Definición conceptual**

Reynaldo Alarcón (2009) define la felicidad como una experiencia subjetiva de satisfacción plena en posesión de un bien deseado. Hace referencia en su definición al carácter subjetivo, ya que cada experiencia difiere en cuanto al objeto de deseo o anhelo; así también la duración de la vivencia.

##### **Definición operacional**

La medición de la variable será a través de la Escala de la Felicidad de Lima (EFL), la cual contiene 4 dimensiones: sentido positivo de la vida o ausencia de sufrimiento profundo, satisfacción con la vida, realización personal y alegría de vivir.

#### **Sentido de vida.**

##### **Definición conceptual**

Es la misión que a cada individuo le toca cumplir; no puede ser reemplazado en esta función; su tarea es única como única es su oportunidad para llevarla a cabo. Dicho sentido parte del vacío existencial, para luego ser transformado en la voluntad de sentido, que es un objeto externo al individuo, que le permite luchar o continuar pese a las adversidades (Frankl, 1979).

##### **Definición operacional**

La medición de la variable será a través del Inventario Sentido de la vida (PIL), dicha variable es unidimensional.

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

En la presente investigación se utiliza la recopilación documental, ya que se analizan investigaciones nacionales e internacionales que ofrecen datos importantes con respecto a las variables felicidad y sentido de vida en poblaciones similares a la del presente estudio, así como también se revisaron libros y artículos científicos para comprender mejor dichas variables. Posteriormente se realizaron las coordinaciones con diversos líderes de Organizaciones No Gubernamentales enfocadas en la labor voluntaria, mediante redes sociales y correo electrónico, los líderes que aceptaron participar en el estudio, facilitaron el formulario de evaluación mediante sus plataformas privadas, difundiendo un comunicado virtual, donde se les envió un formulario, que contenía el consentimiento informado, preguntas acerca de sus datos sociodemográficos, los dos instrumentos de evaluación (Escala de la Felicidad de Lima y el Inventario Sentido de la vida PIL Test). Todos los datos del formulario fueron recolectados en una hoja de cálculo de Excel, para posteriormente ser analizados en el programa estadístico SPSS 25.0.

#### **Instrumento para evaluar Felicidad**

Ficha técnica

Nombre: Escala de Felicidad de Lima (EFL).

Autor: Reynaldo Alarcón (2006).

Administración: Individual o Colectiva.

Ámbito de Aplicación: Adolescentes y Adultos.

Duración: 15 a 20 minutos.

Significación: Evalúa niveles de felicidad del sujeto.

Materiales: Cuestionario de 27 ítems.

Dimensiones: Sentido Positivo de la vida, Satisfacción con la vida, Realización Personal y Alegría de vivir.

### **Validez**

Para la presente investigación, la validez de la Escala de Felicidad de Lima se realizó mediante Juicio de expertos, los cuales se presentan a continuación:

- Dr. Lisle Sobrino Chunga
- Dr. Jaime Daniel Llancán Obispo
- Mg. Rolando Antonio Velásquez Vásquez

### **Confiabilidad**

Sánchez (2017) mediante el estudio “Propiedades Psicométricas de la Escala de Felicidad de Lima en colaboradores de una empresa privada de la ciudad de Piura, 2016”; en cuanto a la confiabilidad, halló un coeficiente Alfa de .91, lo cual demuestra elevada consistencia interna; así mismo todos los valores Alfa fueron altamente significativos, con un rango de .909 a .915, encontrándose el puntaje estándar con una media de 110 y una desviación 14.8.

Para el presente trabajo se hizo un análisis de fiabilidad, utilizando el método de consistencia interna con una muestra piloto, y se halló un coeficiente Omega de ,94 lo cual indica un nivel de confiabilidad aceptable (Campo- Arias & Oviedo, 2008).

## **Instrumento para evaluar Sentido de vida**

Ficha técnica

Nombre: Inventario Sentido de la vida PIL Test.

Autor: CRUMBAUGH Y MAHOLICK (1969).

Administración: Individual o Colectiva.

Ámbito de Aplicación: Adolescentes y Adultos.

Duración: 15 minutos.

Significación: Evalúa niveles de sentido de vida del sujeto.

Materiales: Consta de 3 partes, la primera es cuantitativa (20 reactivos), la segunda y tercera parte tienen un aporte cualitativo.

### **Validez**

Para la presente investigación, la validez del Inventario Sentido de la vida se realizó mediante Juicio de expertos, los cuales se presentan a continuación:

- Dr. Lisle Sobrino Chunga
- Dr. Jaime Daniel Llancán Obispo
- Mg. Rolando Antonio Velásquez Vásquez

### **Confiabilidad**

Campos (2019) en su estudio "Propiedades psicométricas del test propósito de vida en alumnos de la escuela de la Policía Nacional de Yungay, 2019"; en cuanto a la confiabilidad, halló un coeficiente Omega de .70, y cuyo intervalo al 95% de confianza está entre 124,39 y 126,83; mostrando de esa manera que los valores de fiabilidad alcanzaron un nivel aceptable (Cicchetti, 1994).

Para el presente trabajo se hizo un análisis de fiabilidad a través del método de consistencia interna con una muestra piloto y se halló un coeficiente Omega de ,93 lo cual indica un nivel de confiabilidad aceptable (Campo- Arias & Oviedo, 2008).

### **3.5 Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

Para el procesamiento de los datos obtenidos con los instrumentos de evaluación, se utilizará el programa informático Excel, en cuanto al análisis de los datos, se utilizará el paquete estadístico SPSS (Statistical Package for Social Science) versión 25.0. Así mismo, se utilizarán estadísticos descriptivos, tales como la media, mediana y desviación estándar.

En cuanto al análisis correlacional se utilizará el estadístico respectivo según la distribución que se obtenga de los datos.

## CAPÍTULO IV: RESULTADOS

### 4.1 Resultados descriptivos

#### 4.1.1 Información demográfica

Tabla 1.

*Descripción de los participantes del estudio, según características del sexo.*

Grupo muestral	Características demográficas	
	f	%
Mujeres	71	68.9
Hombres	32	31.1

Nota. n = 103 casos; f = frecuencia, % = segmento porcentual

En la tabla 1 se precisó el análisis de los participantes de acuerdo con el sexo, se apreció que el mayor segmento muestral estuvo compuesto por las mujeres con un 68.9%, mientras que los hombres representaron el 31.1%.

Tabla 2.

*Descripción de los participantes del estudio, según características del tiempo de voluntariado*

Grupo muestral	Características demográficas	
	f	%
4 meses	7	6.8
5 a 11 meses	27	26.2
12 a 36 meses	40	38.8
37 a 60 meses	17	16.5
61 meses a más	12	11.7

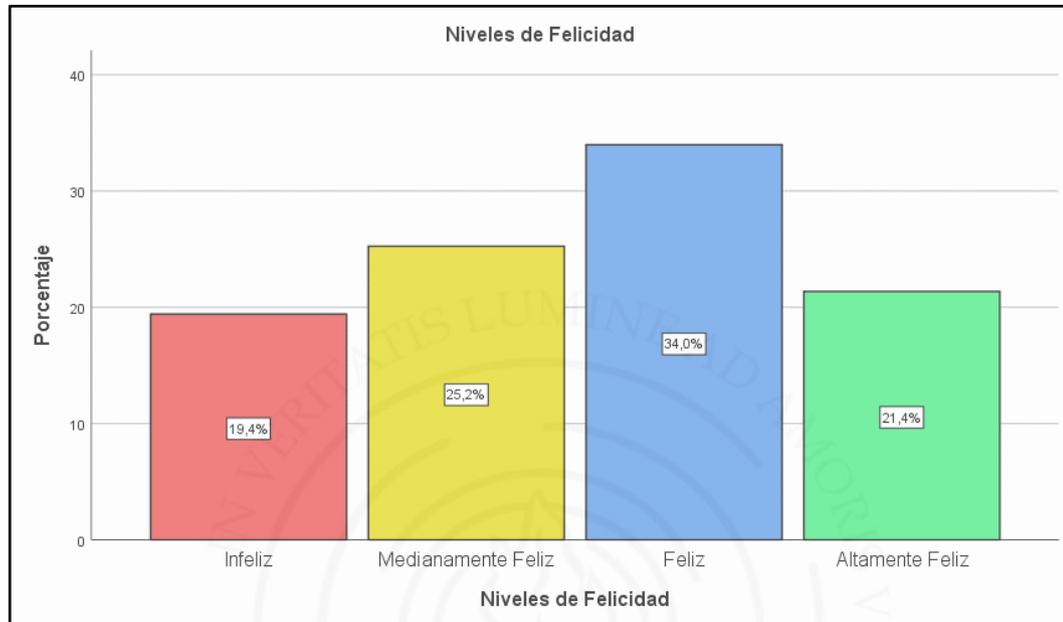
Nota. n = 103 casos; f = frecuencia, % = segmento porcentual

En la tabla 2 se precisó el análisis del tiempo de voluntariado reportado por los participantes del estudio, se apreció que el mayor segmento muestral lo compuso aquellos evaluados que reportaron tiempo de permanencia de 5 a 11 meses con un 26.2% y el de 12 a 36 meses con un 38.8%.

#### 4.1.2 Análisis descriptivos de las variables de estudio

Figura 1.

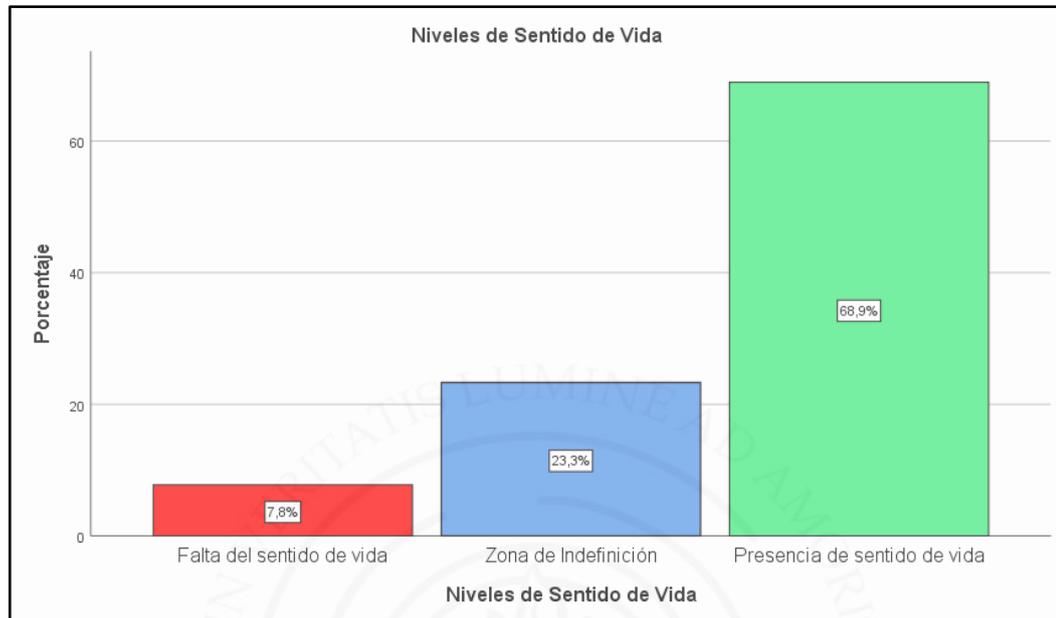
*Niveles de felicidad percibidos por los participantes del estudio*



El análisis de la figura 1 reportó la distribución de percepción de felicidad en los participantes voluntarios en tiempos de COVID-19; se apreció que el mayor segmento se ubicó en el nivel de Felicidad con un 34% (n=35) y medianamente feliz con un 25.2% (n=26), sólo hubo un 19.4% (n=20) de personas que expresó un nivel de infelicidad.

Figura 2.

*Niveles de sentido de vida percibidos por los participantes del estudio*



El análisis de la figura 2 se precisó la percepción del sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19; se observó que el 68.9% (n=71) de casos manifiesta tener presente el sentido de vida, siendo el mayor segmento muestral, hubo un 23.3% (n=24) de casos que se encontró en una zona intermedia o indefinición, mientras que sólo el 7.8% (n=8) de personas indicó falta de sentido de vida.

## 4.2 Resultados de contrastación de hipótesis

Tabla 3.

*Prueba de normalidad de ajuste a la curva normal para la felicidad y sentido de vida*

Variables	Descriptivos				Inferencial
	M	DE	Q1	Q2	Shapiro-Wilk ( <i>p</i> )
Felicidad	110	12.0	-.842	1.16	<.001
Sentido positivo de vida	47.7	5.72	-1.51	3.10	<.001
Satisfacción con la vida	23.9	3.00	-.347	.209	.052
Realización personal	21.3	3.71	-.133	.234	.349
Alegría de vivir	17.4	1.80	-.638	1.04	<.001
Sentido de vida	115	14.7	-1.63	3.01	<.001

Nota. M = media, DE = desviación estándar, Q1 = Asimetría, Q2 = Curtosis, *p*-sig. < .05 (distribución no paramétrica).

El análisis de la tabla 3 reportó la distribución de las respuestas manifiestas por los participantes, este análisis se realizó a través de la prueba de Shapiro-Wilk (Mohd & Bee, 2011) para la variable de felicidad y sus componentes, así como para el sentido de vida; se apreció que la felicidad (<.001), la dimensión de sentido positivo de vida (<.001) y alegría de vivir (<.001), así como la variable de sentido de vida (<.001) reportaron un comportamiento no paramétrico, sólo el componente de Satisfacción con la vida (.052) y realización personal (.349) indicaron un comportamiento paramétrico. Tras el análisis se optó por elegir el coeficiente por Rangos de Spearman para llevar a cabo análisis posteriores (Bologna, 2013).

Tabla 4.

*Relación entre felicidad y sentido de vida*

Variables	Sentido de Vida		
	$r_s$	$p$	$r_s^2$
Felicidad	.586***	<.001	.343

Nota. Ho es correlación positiva; \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

El análisis de la tabla 4 evidencia la correlación manifiesta entre la felicidad y el sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima, en la coyuntura del COVID-19. Se apreció que hubo una relación fuerte, directa y estadísticamente significativa (.586 \*\*\*;  $p = <.001$ ) implicando el sentido de correspondencia entre las variables (Bologna, 2013); en el análisis del tamaño del efecto (Ventura-León, 2020) se consideró que la medida de relación entre felicidad y sentido de vida fue caracterizada como moderada, según estudios revisados (Hernández y Esteban, 2017; Pulido y Herrera, 2018), lo cual implica una importancia práctica y un nivel de variabilidad del 34.3% entre la felicidad-sentido de vida (Domínguez-Lara, 2018).

Tabla 5.

*Relación entre sentido positivo de la vida y sentido de vida*

Variables	Sentido de Vida		
	$r_s$	$p$	$r_s^2$
Sentido positivo de la vida	.552***	<.001	.304

Nota. Ho es correlación positiva; \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

El análisis de la tabla 5 evidencia la correlación manifiesta entre la dimensión sentido positivo de vida y el sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima, en la coyuntura del COVID-19. Se apreció que hubo una relación fuerte, directa y estadísticamente significativa (.552 \*\*\*;  $p = <.001$ ) implicando el sentido de correspondencia entre las variables (Bologna, 2013); en el análisis del tamaño del efecto (Ventura-León, 2020) se consideró que la medida de relación entre sentido positivo de la vida y sentido de vida fue caracterizada como moderada, según estudios revisados (Hernández y Esteban, 2017; Pulido y Herrera, 2018), lo cual implica una importancia práctica y un nivel de varianza compartida del 30.4% entre la sentido positivo de vida-sentido de vida (Domínguez-Lara, 2018).

Tabla 6.

*Relación entre satisfacción con la vida y sentido de vida*

Variables	Sentido de Vida		
	$r_s$	$p$	$r_s^2$
Satisfacción con la vida	.431***	<.001	.185

Nota. Ho es correlación positiva; \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

El análisis de la tabla 6 evidencia la correlación manifiesta entre la dimensión satisfacción con la vida y el sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima, en la coyuntura del COVID-19. Se apreció que hubo una relación moderada, directa y estadísticamente significativa (.431\*\*\*;  $p = <.001$ ) implicando el sentido de correspondencia entre las variables (Bologna, 2013); en el análisis del tamaño del efecto (Ventura-León, 2020) se consideró que la medida de relación entre satisfacción con la vida y sentido de vida fue caracterizada como baja, según estudios revisados (Hernández y Esteban, 2017; Pulido y Herrera, 2018), lo cual implica una importancia práctica y un nivel de varianza compartida del 18.5% entre la satisfacción con la vida-sentido de vida (Domínguez-Lara, 2018).

Tabla 7.

*Relación entre realización personal y sentido de vida*

Variables	Sentido de Vida		
	$r_s$	$p$	$r_s^2$
Realización personal	.486***	<.001	.231

Nota. Ho es correlación positiva; \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

El análisis de la tabla 7 evidencia la correlación manifiesta entre la dimensión realización personal y el sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima, en la coyuntura del COVID-19. Se apreció que hubo una relación moderada, directa y estadísticamente significativa (.486\*\*\*;  $p = <.001$ ) implicando la correspondencia entre las variables analizadas (Bologna, 2013); en el análisis del tamaño del efecto (Ventura-León, 2020) se consideró que la medida de relación entre realización personal y sentido de vida fue caracterizada como baja, según estudios revisados (Hernández y Esteban, 2017; Pulido y Herrera, 2018), lo cual implica una importancia práctica y un nivel de varianza compartida del 23.1% entre la realización personal-sentido de vida (Domínguez-Lara, 2018).

Tabla 8.

*Relación entre alegría de vivir y sentido de vida*

Variables	Sentido de Vida		
	$r_s$	$p$	$r_s^2$
Alegría de vivir	.413***	<.001	.171

Nota. Ho es correlación positiva; \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

El análisis de la tabla 8 evidencia la correlación manifiesta entre la dimensión alegría de vivir y el sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima, en la coyuntura del COVID-19. Se apreció que hubo una relación moderada, directa y estadísticamente significativa (.413\*\*\*;  $p = <.001$ ) implicando la correspondencia entre las variables analizadas (Bologna, 2013); en el análisis del tamaño del efecto (Ventura-León, 2020) se consideró que la medida de relación entre alegría de vivir y sentido de vida fue caracterizada como baja, según estudios revisados (Hernández y Esteban, 2017; Pulido y Herrera, 2018), lo cual implica una importancia práctica y un nivel de varianza compartida del 17.1% entre la alegría de vivir-sentido de vida (Domínguez-Lara, 2018).

## CAPÍTULO V: DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El objetivo fundamental de la investigación se enmarcó en hallar la relación entre felicidad y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en coyuntura de pandemia; los resultados observados demostraron la existencia de una relación significativa entre ambos constructos ( $r_s = .586^{***}$ ;  $p = <.001$ ). Estos datos empíricos coinciden con lo propuesto por Rubio (2015) quien, en su estudio sobre sentido de la vida, bienestar psicológico y felicidad, halló relaciones significativas positivas entre las variables sentido de la vida, y felicidad. Similar a lo reportado por Chiclote y Cosme (2018) en su estudio sobre la satisfacción familiar y el sentido de la vida, encontraron que existe una relación significativa entre ambas variables. Estos resultados se amparan en el supuesto teórico de Seligman, Steen, Park y Peterson (2005) quienes afirman que la felicidad está relacionada con 3 aspectos básicos, los cuales serían satisfacción con la vida, compromiso con la vida y vida con sentido.

Los objetivos específicos estuvieron enmarcados en hallar la relación entre las dimensiones de felicidad y sentido de vida; los resultados observados demostraron la existencia de una relación significativa entre estos constructos. Estos datos empíricos coinciden con lo propuesto por Rubio (2015), en su estudio sobre sentido de la vida, bienestar psicológico y felicidad, encontró una relación significativa y directa entre sentido de la vida, bienestar psicológico, satisfacción vital y felicidad.

Por otro lado, en referencia a la percepción de felicidad en los participantes voluntarios en tiempos de COVID-19; se apreció que el mayor segmento se ubicó en el nivel de Felicidad (34.0%) y medianamente feliz

(25.2%); sin embargo, hubo un 19.4% que expresó un nivel muy bajo de felicidad. Así mismo, estos resultados encontrados difieren con lo expuesto por Bonilla (2019) en su estudio sobre la felicidad en jóvenes que realizan y no realizan voluntariado en Lima. En los resultados hallados con respecto a los participantes que realizan voluntariado se observa que destaca el nivel muy bajo de felicidad con un 76.3%, seguido por el nivel bajo con un 12.4%, mientras que el nivel medio fue de un 8.2% y el alto de un 3.1%, dichas diferencias podrían deberse a algunas características de las muestras; como las edades de los sujetos de estudio, pertenecer específicamente a carreras profesionales, lo cual indicaría un muestreo no probabilístico con respecto a la población de voluntarios peruanos que residen en la ciudad de Lima.

Con respecto al sentido de la vida, se encontró que el 68% manifiesta tener presente el sentido de vida, el 23% se encuentra en una zona intermedia o indefinición y el 7.8% de personas indicó falta de sentido de vida. Estos resultados son muy similares a lo expuesto por Chiclote y Cosme (2018) en su estudio sobre satisfacción familiar y sentido de la vida, donde encontraron que el 63% de los participantes se encontraban con presencia de sentido de vida, el 23% en la zona de indefinición y el 13,5% con falta de un claro sentido de vida. Por otro lado, estos resultados difieren a los hallados por Arboccó (2017) en su estudio sobre los valores interpersonales y el sentido de vida, en el que halló que el 41.9% de los participantes tendrían presente el sentido de vida, 39% estarían en la zona de indefinición y el 19.1% tendría falta de sentido de vida; dichas diferencias podrían deberse a las características de la muestra, como ser voluntario con un mínimo de tiempo de 4 meses, rangos de edades, pertenecer

exclusivamente a una carrera; así como también tener un tipo de muestreo no probabilístico intencional.

La agenda 2030 creada para el Desarrollo Sostenible, reconoce a los voluntarios como actores enfocados en lograr sus objetivos, a través de la sensibilización sobre la importancia de la agenda 2030 en el mundo, la complementación en contribuir con los servicios básicos esenciales, el fortalecimiento y desarrollo de capacidades que posibilitan la obtención de empleo, la facilitación de nuevos espacios para el diálogo y la acción, entre otras. Es así que el voluntariado transforma tanto a las personas que lo ejercen como a los beneficiarios. La ONU reconoce que el voluntariado es universal y que consolida el compromiso y la responsabilidad social (ONU, 2015). En tal sentido, la presente investigación contribuye a un mejor conocimiento de dicha población, siendo este un estudio pionero en el país; con respecto a la relación entre las variables de felicidad y sentido de vida; por lo cual este estudio pretende ser la base de muchos otros que estén enfocados en estudiar factores asociados al bienestar subjetivo en población de jóvenes que realizan labor voluntaria; así mismo, a partir de estos resultados, se podrán promover programas con el objetivo de fortalecer el bienestar subjetivo en dicha población, lo cual permitirá poder prevenir trastornos como la ansiedad y depresión, cuyas tasas han tenido un incremento. Según estudios del Ministerio de Salud (2019), estos datos encontrados se respaldan en un estudio de revisión sistemática, que precisó que los índices de infelicidad y depresión oscilan entre el 7.45% y 48.3%; que serían esperados debido al impacto del COVID-19, por lo que se recomienda políticas de autocuidado para la potenciación de la mejora en el bienestar de los ciudadanos (Bueno-Notivol et al., 2021).

Por otro lado; el presente estudio tuvo dificultades a considerar. La coyuntura social de la pandemia, fue un contexto difícil para el proceso de evaluación; debido al estado de emergencia mediante los decretos supremos N.º 044-2020, N.º 051-2020-PCM, N.º 053-2020-PCM, N.º 094-2020-PCM, N.º 110-2020-PCM, y N.º 116-2020-PCM, por lo que quedaron prohibidas las reuniones presenciales, ello afectó el desenvolvimiento normal de las actividades voluntarias, muchas organizaciones tuvieron que realizar actividades virtuales para mantener activos a los voluntarios, en campañas virtuales, atenciones con medios digitales; entre otros, sin embargo también hubo deserción por parte de los miembros, o menos participación, según indicaron los líderes de dichas organizaciones sin fines de lucro.

Así también, otra de las dificultades fue encontrar investigaciones previas sobre la relación de estas variables en población de jóvenes voluntarios, para realizar un mejor contraste en los resultados hallados.

## CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 6.1. Conclusiones

1. El mayor segmento de los participantes se ubicó en el nivel de Felicidad con un 34% y medianamente feliz con un 25.2%, sin embargo, hubo un 19.4% de personas que expresó un nivel de infelicidad.
2. El mayor segmento de los participantes manifiesta tener presente el sentido de vida, siendo este el 68.9%, el 23.3% se encontró en una zona intermedia o indefinición; mientras que el 7.8% indicó falta de sentido de vida.
3. Existe una relación estadísticamente significativa entre la felicidad y el sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima, en tiempos de COVID-19.
4. Existe una relación estadísticamente significativa entre el sentido positivo de vida y el sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima, en tiempos de COVID-19.
5. Existe una relación estadísticamente significativa entre la satisfacción con la vida y el sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima, en tiempos de COVID-19.
6. Existe una relación estadísticamente significativa entre la realización personal y el sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima, en tiempos de COVID-19.
7. Existe una relación estadísticamente significativa entre la alegría de vivir y el sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima, en tiempos de COVID-19.

8. En torno a las medidas del efecto de la relación entre las variables, se encontraron medidas moderadas y bajas, lo cual muestra que es necesario realizar un análisis de mayor profundidad con respecto a estos resultados.



## 6.2. Recomendaciones

1. Realizar estudios que puedan relacionar las variables de felicidad y sentido de vida, utilizando un tipo de muestreo probabilístico, con el objetivo de obtener un mejor perfil de la población de voluntarios peruanos.
2. Realizar estudios comparativos entre jóvenes voluntarios y no voluntarios, en relación con las variables de felicidad y sentido de vida, a fin de conocer si existen diferencias significativas con respecto a estas variables.
3. Realizar estudios que puedan relacionar las variables de felicidad y sentido de vida en la población beneficiaria, con el objetivo de obtener un mejor perfil de esta población.
4. Realizar estudios comparativos entre la población beneficiaria y no beneficiaria, en relación con las variables de felicidad y sentido de vida, a fin de conocer si existen diferencias significativas con respecto a estas variables.
5. Crear programas enfocados en abordar felicidad y sentido de vida, con el objetivo de preservar la salud mental en los jóvenes que realizan labor voluntaria en la ciudad de Lima.
6. Fomentar la continuidad de los programas de voluntariado en las instituciones educativas y en el sector empresarial, como parte del Proyecto Educativo Nacional al 2021, aprobado como política de Estado por resolución suprema N°001-2007-ED.

## REFERENCIAS

- Alarcón, R. (2016). *Psicología de la Felicidad*. Fondo Editorial de la Universidad Ricardo Palma.
- Anchapuri Chambilla, M. E. y Requena Ruiz, S. D. (2018). *Felicidad y rasgos de personalidad en el personal de ventas de una organización empresarial de Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión. [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1177/Maria\\_Tesis\\_Bachiller\\_2018.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1177/Maria_Tesis_Bachiller_2018.pdf?sequence=5&isAllowed=y)
- Arboccó De Los Heros, M. (2017). *El sentido de vida y los valores interpersonales en universitarios estudiantes de la carrera de psicología* [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/6595>
- Arellano, Perú 2021, EY Perú y Universidad San Ignacio de Loyola. (2019). *La felicidad de los peruanos Kusikuy*. Fondo Editorial USIL.
- Bologna, E. (2013). *Estadística para psicología y educación*. Brujas.
- Bonilla Lazo, A. N. (2019). *Felicidad en estudiantes universitarios voluntarios y no voluntarios de Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio institucional de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón. [https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/663/Bonilla%20Lazo%20AN\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/663/Bonilla%20Lazo%20AN_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Bueno-Notivol, J., Gracia-García, P., Olaya, B., Lasheras, I., López-Antón, R. & Santabárbara, J. (2021). Prevalence of depression during the COVID-19 outbreak: A meta-analysis of community-based studies. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 21 (1), 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.07.007>
- Campo-Arias, A. y Oviedo Heidi, C. (2008). Propiedades Psicométricas de una Escala: la Consistencia Interna. *Revista de Salud Pública*, 10 (5), 831-839. <https://www.redalyc.org/pdf/422/42210515.pdf>

- Campos Jara, L. G. (2019). *Propiedades psicométricas del test propósito de vida en alumnos de la escuela de la Policía Nacional de Yungay, 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46500/Campos\\_JLG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46500/Campos_JLG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Chiclote Robles, L. J. y Cosme Santamaría, K. V. (2019). *Satisfacción familiar y sentido de la vida en estudiantes universitarios de ciencias de la salud de la UNHEVAL, Huánuco – 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/UNHEVAL/4553>
- Córdova Loyola, J. M. y Sulca Sequeiros, L. V. (2018). *Estilos de afrontamiento y felicidad en estudiantes de la facultad de Psicología de una universidad particular de Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1424/TESIS%20FINAL%20SULCA-CORDOVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Domínguez-Lara, S. (2018). Magnitud del efecto, una guía rápida. *Educación Médica*, 19 (4), 251-254. <http://dx.doi.org/10.1016/j.edumed.2017.07.002>
- Flores Aguado, D. N. (2017). *Propiedades psicométricas de la Escala de Felicidad de Lima (EFL) en estudiantes de secundaria - San Juan De Lurigancho, 2017* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/8811/Flores\\_AN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/8811/Flores_AN.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Frankl, V. (1979). *El hombre en busca de sentido*. Herder.
- Frankl, V. (2012). *Fundamentos y aplicaciones de la Logoterapia*. Herder.
- Guardamino Romero, V. A., Mora Córdova, W. G., Salas Reyes, R. A. y Soto Meléndez, G. L. (2018). *La Felicidad de los Estudiantes Universitarios en Lima Metropolitana* [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional de la Pontificia Universidad Católica del Perú. [https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/13201/GUARDAMINO\\_MORA\\_FELICIDAD\\_ESTUDIANTES.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/13201/GUARDAMINO_MORA_FELICIDAD_ESTUDIANTES.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Guerra Acevedo, L. E. (2018). *Nivel de felicidad laboral de médicos y enfermeras(os) del hospital Hermilio Valdizán, Santa Anita 2018* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22276/Guerra\\_ALE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22276/Guerra_ALE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Hernández Vásquez, R. y Carranza Esteban, R. (2017). Felicidad, optimismo y autorrealización en estudiantes de un programa de educación superior para adultos. *Interdisciplinaria*, 34(2), 307-325. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18054403005>
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGRAW-HILL.
- León López, S. T. e Hidalgo Gomez, E. P. (2017). *Gratitud y felicidad en estudiantes del segundo al quinto año de una universidad privada de Lima este, 2016* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión. [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/424/Susana\\_Tesis\\_bachiller\\_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/424/Susana_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E. y Meléndez, J. C. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento Psicológico*, 14(2), 101-112. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-89612016000200008](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-89612016000200008)
- Mohd, N. & Bee, Y. (2011). Power comparisons of Shapiro-Wilk, Kolmogorov-Smirnov, Lilliefors and Anderson-Darling tests. *Journal of Statistical Modeling and Analytics*, 2 (1), 21-33.
- Poma Linares, G. (2016) *Motivaciones para realizar voluntariado en jóvenes universitarios* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional de la Pontificia Universidad Católica del Perú. [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/7459/POMA\\_LINARES\\_GIANMARCO\\_MOTIVACIONES.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/7459/POMA_LINARES_GIANMARCO_MOTIVACIONES.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Pulido Acosta, F. y Herrera Clavero, F. (2018). Predictores de la Felicidad y la Inteligencia emocional en la Educación Secundaria. *Revista Colombiana de Psicología*, 27 (1), 71-84. <http://doi.org/10.15446/rcp.v27n1.62705>

- Ramírez Álvarez, L. F. (2014). *Sentido de vida en voluntarios y voluntarias de Cruz Roja guatemalteca* [Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio institucional de la Universidad Rafael Landívar. <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Ramirez-Leslie.pdf>
- Sánchez Maldonado, K. F. (2017). *Propiedades Psicométricas de la Escala de Felicidad de Lima en colaboradores de una empresa privada de la ciudad de Piura, 2016* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16791/S%c3%a1nchez\\_MKS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16791/S%c3%a1nchez_MKS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Sanjuán Suárez, P. y Avila Menendez, M. (2016). Afrontamiento y motivación como predictores del bienestar subjetivo y psicológico. *Revista de Psicología y Psicopatología Clínica*, 21(1), 1-10. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.21.num.1.2016.15401>
- Seligman, M. (2011). *La auténtica felicidad*. Ediciones B.
- Ventura-León, J. (2020). Una misma talla para todo: repensando los tamaños del efecto de Cohen. *Educación Médica*, 1, (1), 1. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tics.2019.12.009>
- Yamamoto, J. (2019). *La gran estafa de la felicidad*. Planeta.

## APÉNDICE

APÉNDICE A: MATRIZ DE CONSISTENCIA

APÉNDICE B: MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

APÉNDICE C: MODELOS DE ASENTIMIENTO Y/O CONSENTIMIENTO  
INFORMADO



## APÉNDICE A

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables (definición conceptual)	Variables (definición operacional)	Nivel, tipo y diseño de investigación	Técnica de recolección de datos e instrumentos
<p><u>Problema General:</u></p> <p>¿Qué relación existe entre felicidad y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19?</p> <p><u>Problemas Específicos:</u></p> <p>1. ¿Existe relación entre sentido positivo de la vida y sentido de vida en un</p>	<p><u>Objetivo General:</u></p> <p>Determinar la relación entre felicidad y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.</p> <p><u>Objetivos Específicos:</u></p> <p>1. Determinar la relación entre sentido positivo de la vida y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en</p>	<p><u>Hipótesis General:</u></p> <p>Existe relación positiva entre la felicidad y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19.</p> <p><u>Hipótesis Específicas</u></p> <p>H1: Existe relación positiva entre sentido positivo de la vida y sentido de vida en un grupo de jóvenes</p>	<p><u>Felicidad:</u></p> <p>Experiencia subjetiva de satisfacción plena en posesión de un bien deseado. Hace referencia en su definición el carácter subjetivo, ya que cada experiencia difiere en cuanto al objeto de deseo o anhelo; así también la duración de la vivencia la cual puede ser temporal o</p>	<p><u>Felicidad:</u></p> <p>La medición de la variable será a través de la Escala de la Felicidad de Lima (EFL), la cual contiene 4 dimensiones: sentido positivo de la vida o ausencia de sufrimiento profundo, satisfacción con la vida, realización personal</p>	<p><u>Nivel:</u></p> <p>El nivel de la presente investigación, siguiendo a Sánchez y Reyes (2009) es descriptiva.</p> <p><u>Tipo:</u></p> <p>El tipo de la presente investigación, tomando en cuenta a Sánchez y Reyes (2006), es Básica o pura.</p>	<p><u>Técnicas:</u></p> <p>Instrumentos:</p> <p><b>Escala de Felicidad de Lima (EFL).</b></p> <p>Autor: Reynaldo Alarcón (2006).</p> <p><b>Inventario Sentido de la vida PIL Test.</b></p> <p>Autor: CRUMBAUGH Y</p>

<p>grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19, según sexo y tiempo de servicio?</p> <p>2. ¿Existe relación entre satisfacción con la vida y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19, según sexo y tiempo de servicio?</p> <p>3. ¿Existe relación entre realización personal y</p>	<p>tiempos de COVID-19, según sexo y tiempo de servicio.</p> <p>2. Determinar la relación entre satisfacción con la vida y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19, según sexo y tiempo de servicio.</p> <p>3. Determinar la relación entre realización personal y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19, según sexo y</p>	<p>voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19, según sexo y tiempo de servicio.</p> <p>H2: Existe relación positiva entre satisfacción con la vida y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19, según sexo y tiempo de servicio.</p> <p>H3: Existe relación positiva entre realización personal y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19, según sexo y</p>	<p>duradera (Alarcón, 2009).</p> <p><u>Sentido de vida:</u></p> <p>Es la misión que a cada individuo le toca cumplir; cada uno debe llevar a cabo un cometido concreto. Por tanto, no puede ser reemplazado en la función, ni su vida puede repetirse; su tarea es única como única es su oportunidad para llevarla a cabo. Dicho sentido parte del vacío existencial, para luego ser transformado en la voluntad de sentido, que es un objeto externo</p>	<p>y alegría de vivir.</p> <p><u>Sentido de vida:</u></p> <p>La medición de la variable será a través del Inventario Sentido de la vida (PIL), dicha variable es unidimensional, tiene 4 indicadores: Percepción del sentido, experiencia de sentido, metas y tareas, dialéctica: destino/libertad.</p>	<p><u>Diseño:</u></p> <p>El diseño de la investigación, tomando en cuenta a Hernandez, Fernandez y Baptista (2003) es no experimental transeccional correlacional.</p>	<p>MAHOLICK (1969).</p>
--	--	---	--	---	--	-------------------------

<p>sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19, según sexo y tiempo de servicio?</p> <p>4. ¿Existe relación entre alegría de vivir y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19, según sexo y tiempo de servicio?</p>	<p>tiempo de servicio.</p> <p>4. Determinar la relación entre alegría de vivir y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19, según sexo y tiempo de servicio.</p>	<p>tiempo de servicio.</p> <p>H4: Existe relación positiva entre alegría de vivir y sentido de vida en un grupo de jóvenes voluntarios de Lima en tiempos de COVID-19, según sexo y tiempo de servicio.</p>	<p>al individuo, que le permite luchar o continuar pese a las adversidades (Frankl, 1986).</p>			
--	--	---	--	--	--	--

## APÉNDICE B

### MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variables	Dimensiones (si las tuviera)	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Felicidad	Sentido positivo de la vida	Lejanía de fases depresivas, sufrimiento, apatía, desilusión, vacío existencial. Actitudes positivas con la vida diaria.	26, 20, 18, 23, 22, 02, 19, 17, 11, 07, 14	Escala: Ordinal (Totalmente de acuerdo, de Acuerdo, Ni de acuerdo ni en desacuerdo, en Desacuerdo, Totalmente en des acuerdo).  -Escala de Felicidad de Lima (EFL).
	Satisfacción con la vida	Satisfacción con los logros. Encontrarse cerca de las expectativas.	04, 03, 05, 01, 06, 10	
	Realización personal	Expresión total de felicidad. Autosuficiencia. Independencia. Serenidad emocional.	24, 21, 27, 25, 09, 08	
	Alegría de vivir	Experiencias positivas de la existencia. Optimismo. Sentirse generalmente bien.	12, 15, 16, 13	

Sentido de vida	Unidimensional	Escala: Ordinal (Totalmente de acuerdo, Muy de acuerdo, de Acuerdo, Ni de acuerdo ni en desacuerdo, en Desacuerdo, Muy en desacuerdo, Totalmente en desacuerdo).  -Inventario Sentido de la vida (PIL).
-----------------	----------------	--



## APÉNDICE C

### MODELOS DE ASENTIMIENTO Y/O CONSENTIMIENTO INFORMADO

#### Felicidad y Sentido de Vida en jóvenes voluntarios en tiempos de COVID-19

Hola, mi nombre es Gladys M. Chávez Vargas, licenciada en Psicología, actualmente estoy realizando esta investigación para optar el grado de Magíster en Psicología Clínica y de la Salud en la Universidad Femenina del Sagrado Corazón UNIFÉ.

si eres voluntaria(o) y te gustaría participar de este estudio, por favor completa los datos a continuación.

¡Muchas gracias!

**\*Obligatorio**

El presente estudio tiene como finalidad conocer la relación entre felicidad y sentido de vida en jóvenes voluntarios en tiempos de covid-19. La participación es voluntaria, los datos obtenidos únicamente serán utilizados para este estudio, para lo cual, le hacemos la siguiente pregunta, ¿Acepta participar de forma voluntaria en la presente investigación? \*

- Sí acepto
- No acepto

Se obtuvieron los permisos de los instrumentos que forman parte de la presente investigación.

