



Universidad Femenina Del Sagrado Corazón

Escuela de Posgrado

Programa Académico de Maestría en Psicología

ANSIEDAD Y FELICIDAD DURANTE LA PANDEMIA EN ADULTOS
DE VILLA EL SALVADOR

Tesis presentada por:

MARILYN MERCEDES QUISPE TORRES

Cod. Orcid: 0000-0002-0747-9371

Para obtener el Grado Académico de
MAESTRA EN PSICOLOGÍA
con mención en Psicología clínica y de la salud

Línea de investigación: Salud Mental

Asesor:

Jesús Hugo Montes de Oca Serpa

Cod. Orcid: 0000-0002-6529-6717

Lima – Perú

2023

Los miembros del jurado han aprobado el estilo y el contenido del trabajo de investigación sustentada por

MARILYN MERCEDES QUISPE TORRES

Jesús Hugo Montes de Oca Serpa

Asesor: Nombre(s) y Apellidos

Rosario Guadalupe Alarcón Alarcón

Presidente de jurado: Nombre(s) y Apellidos

José Alfonso Mesías Guevara

Miembro de jurado 1: Nombre(s) y Apellidos

Sabina Lila Deza Villanueva

Miembro de jurado 2: Nombre(s) y Apellidos

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

Declaratoria de Originalidad del Asesor

Yo: Jesús Hugo Montes de Oca Serpa, docente de la Escuela de Posgrado y del Programa Académico de Maestría en Psicología, de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón, asesor de la tesis titulada: “Ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador”, presentado por: Marilyn Mercedes Quispe Torres, declaro que la investigación tiene un **índice de similitud de 12 %**, verificado en el software Turnitin:

ANSIEDAD Y FELICIDAD DURANTE LA PANDEMIA EN ADULTOS DE VILLA EL SALVADOR

INFORME DE ORIGINALIDAD



He revisado el informe de similitud y expreso que el porcentaje señalado está constituido por elementos irrelevantes, cumpliendo así con las normas establecidas por la Universidad Femenina del Sagrado Corazón.

Lugar y fecha	Lima, 02/02/2023
Nombre y Apellido del asesor:	Jesús Hugo Montes de Oca Serpa
ORCID	0000-0002-6529-6717

RESUMEN

El presente trabajo tuvo como objetivo determinar la relación entre ansiedad y felicidad en adultos de un sector del distrito de Villa El Salvador durante la pandemia por el COVID-19. El enfoque fue cuantitativo, de un nivel descriptivo y de tipo de investigación básica, con un diseño no experimental, transversal y correlacional. La muestra fue no-probabilístico e intencional donde se estudió a 125 adultos de ambos sexos que viven en el sector 3 grupo 18 del distrito de Villa El Salvador, entre las edades de 18 a 50 años. Los instrumentos aplicados fueron el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y la Escala de Felicidad de Lima, de Reynaldo Alarcón. En los resultados descriptivos se identificaron los niveles de ansiedad y felicidad en la muestra, destacando que un 41.60% no presentaron ansiedad y un 76.8% presentaron un nivel muy bajo de felicidad. En los resultados inferenciales, se halló una correlación estadísticamente significativa, inversa y pequeña entre ansiedad y felicidad (Rho de Spearman = -0.245; $p = .006$). En la correlación de ansiedad con las dimensiones de felicidad, todas fueron estadísticamente significativas, inversas y moderadas. Para el análisis por segmento de muestra, en los hombres no se halló una correlación estadísticamente significativa, caso contrario el de las mujeres donde si se halló una correlación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad.

Palabras clave: ansiedad, felicidad, pandemia, relación inversa.

ABSTRACT

This study aimed to determine the relationship between anxiety and happiness in adults in a sector of the district of Villa El Salvador during the COVID-19 pandemic. The approach was quantitative, of a descriptive level and type of basic research, with a non-experimental, cross-sectional and correlational design. The sample was non-probabilistic and intentional where 125 adults of both sexes living in sector 3 group 18 of the district of Villa El Salvador, between the ages of 18 and 50 years, were studied. The instruments applied were the Beck Anxiety Inventory (BAI) and the Lima Happiness Scale, by Reynaldo Alarcón. In the descriptive results, the levels of anxiety and happiness were identified in the sample, highlighting that 41.60% did not present anxiety and 76.8% presented a very low level of happiness. In the inferential results, a statistically significant, inverse and small correlation was found between anxiety and happiness (Spearman's Rho = -0.245; $p = .006$). In the correlation of anxiety with the dimensions of happiness, all were statistically significant, inverse, and moderate. For the analysis by sample segment, a statistically significant correlation was not found in men, otherwise that of women where a statistically significant correlation between anxiety and happiness was found.

Key words: anxiety, happiness, pandemic, inverse relationship.

RECONOCIMIENTOS / DEDICATORIA

A DIOS por permitirme tener salud, fuerza y trabajo para disfrutar esta dicha de realizar esta maestría.

A LA UNIVERSIDAD UNIFE, por permitir que nutra mi mente de conocimientos actualizados y de calidad.

A MIS HIJOS DIEGO, EMILY, ISAÍAS Y LUNITA, que son mi lucero y fortaleza para obtener mis objetivos.

A MI ESPOSO EMILIANO Y MI MADRE JULIA, que son mi apoyo constante para seguir adelante.

AL DOCTOR MONTES DE OCA, un gran asesor, que fue constante en su apoyo para conseguir terminar mi tesis.

A LOS PROFESORES DE LA MAESTRÍA, que transmitieron sus enseñanzas para seguir creciendo en conocimiento.

Sin olvidar a cada una de las personas que de alguna manera me dieron su apoyo para no quebrar y tener perseverancia para terminar la maestría.

ÍNDICE

	Página
RESUMEN / ABSTRACT	4
RECONOCIMIENTOS / DEDICATORIA	5
ÍNDICE	6
LISTA DE TABLAS	8
LISTA DE FIGURAS	10
INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	14
1.1 Planteamiento del problema.....	14
1.2 Justificación de la investigación.....	17
1.3 Delimitación y limitaciones de la investigación.....	18
1.4 Objetivo de la investigación.....	19
1.4.1 Objetivo general,	19
1.4.2. Objetivo específico.....	19
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO.....	20
2.1 Antecedentes de la investigación.....	20
2.1.1 Nacionales.....	20
2.1.2 Internacional.....	23
2.2 Bases teóricas.....	26
2.2.1 Teorías de la ansiedad.....	26
2.2.2 Teoría de la felicidad.....	29
2.3 Definición de términos.....	38

	Página
2.4 Hipótesis.....	42
2.4.1 Hipótesis general.....	42
2.4.2 hipótesis específicas.....	42
CAPÍTULO III. MÉTODO.....	44
3.1 Nivel, Tipo y diseño de investigación.....	44
3.2 Participantes.....	46
3.2.1 Población.....	46
3.2.2 Muestra.....	46
3.3 Variable de investigación.....	47
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	50
3.5 Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	53
CAPÍTULO IV RESULTADOS.....	54
4.1 Resultados descriptivos.....	54
4.2 prueba de normalidad.....	58
4.3 Contrastación de la hipótesis.....	59
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	66
CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	72
6.1 Conclusiones.....	72
6.2 Recomendaciones.....	75
REFERENCIAS.....	76
APÉNDICE	81
APÉNDICE A : Escala de Felicidad de Lima – Alarcón 2006.....	81
APÉNDICE B : Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).....	82

LISTA DE TABLAS

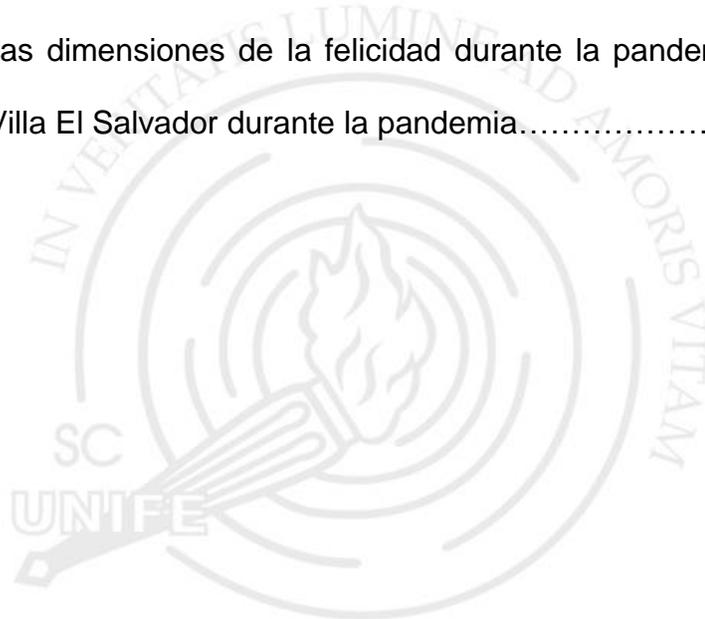
Tabla	Página
1. Muestra de investigación.....	36
2. Operacionalización de la variable ansiedad medido por el Inventario de Ansiedad de Beck.....	37
3. Operacionalización de la variable Felicidad medido por la escala de felicidad en Lima de Reynaldo Alarcón	39
4. Asociación de ítems de dimensiones. de la Escala de Felicidad de Lima.....	41
5. Normas de interpretación de las dimensiones de la Escala de Felicidad de Lima.....	42
6. Norma estándar para evaluar. los niveles de felicidad.....	42
7. Coeficiente de confiabilidad del instrumento de ansiedad.....	42
8. Prueba de normalidad de las variables ansiedad y felicidad y de sus dimensiones.....	49
9. Grado de correlación y nivel de significación entre ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.....	51
10. Grado de correlación y nivel de significación entre la ansiedad y felicidad en su dimensión: sentido positivo de la vida del distrito de Villa El Salvador durante la pandemia.....	52
11. Grado de correlación y nivel de significación entre ansiedad y felicidad en su dimensión: satisfacción de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador	53
12. Grado de correlación entre ansiedad y felicidad en su dimensión: realización personal durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.....	54

Tabla	Página
13. Grado de correlación entre ansiedad y felicidad en su dimensión: alegría de vivir durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.....	55
14. Coeficiente de correlación entre la felicidad y ansiedad de hombres y mujeres adultas.....	56



LISTA DE FIGURAS

Figura	Página
1. Niveles porcentuales de la ansiedad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.....	46
2. Distribución de frecuencias por nivel de la felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.....	47
3. Niveles de las dimensiones de la felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador durante la pandemia.....	48



INTRODUCCIÓN

A finales del 2019 se originó una nueva enfermedad, que produjo una catástrofe mundial de salud pública, que hasta la fecha ha generado muchas pérdidas de vida, bienestar y economía en las naciones del mundo. Es así como el SARS-CoV-2 o COVID 19, viene causando un gran desafío a la ciencia y tecnologías de la salud. Hasta la fecha las pérdidas son invaluable e irreversibles y sus consecuencias están influyendo en otras enfermedades físicas y mentales, todo ello disminuye el bienestar de naturaleza subjetiva y la calidad de vida en los ciudadanos, llevándolos a adecuarse a una nueva forma de vivir.

Según las estadísticas en los diferentes estudios, más de 3.000 millones de individuos de diferentes edades y de todas las regiones del planeta fueron confinadas. Los ministerios de salud consideraron al confinamiento como la solución urgente para detener el avance del virus y el número de personas enfermas. El confinamiento funciona de cierta manera, pero trajo consigo diferentes consecuencias psicológicas. En la actualidad, las personas han tenido que cambiar de manera radical sus costumbres y hábitos que solían ser predecibles, ahora por la pandemia han modificado su estilo de vida, ha sido necesario adaptarse por prevención y por norma al uso obligatorio de mascarilla, de distanciamiento social y el constante autocuidado, así como otras situaciones que se han generado a consecuencia del COVID 19, esto los ha llevado a presentar cuadros de ansiedad ante la exigencia preventiva para no enfermar.

Las personas con ansiedad sufren cambios y desequilibrio en su vida diaria, en sus emociones, en sus relaciones sociales y familiares, ante estos eventos, no

todos tienen conocimiento de estrategias de afrontamiento y les dificulta el manejo de situaciones difíciles, se ha visto en algunos casos donde la afectación emocional es grave, cambiando rotundamente en varios aspectos su vida, pero en especial su bienestar subjetivo. En tal contexto, la felicidad va disminuyendo, llegando a la posibilidad de perder el significado positivo y motivador de la vida dejando de lado su realización como persona y los sentimientos de alegría al vivir.

Ante aquel escenario problemático de salud mental, se plantea la intención de describir los niveles de ansiedad en relación con la felicidad en adultos, ya que son en su mayoría sustentos de su hogar y modelo de comportamientos para niños y adolescentes.

En el capítulo uno se procede a desarrollar todo el planteamiento del problema, especificando el problema en su contexto nacional, los argumentos de justificación para aplicar el estudio, las preguntas de investigación, delimitaciones y limitaciones, finalizando con el establecimiento del objetivo general y objetivos específicos.

Luego en el capítulo dos se pasará a exponer el marco teórico, este está compuesto de las investigaciones previas internacionales, nacionales así también los locales con sus respectivas bases conceptuales por cada una de las variables y sus diferentes dimensiones, aquí también se define los términos y la hipótesis propuesta.

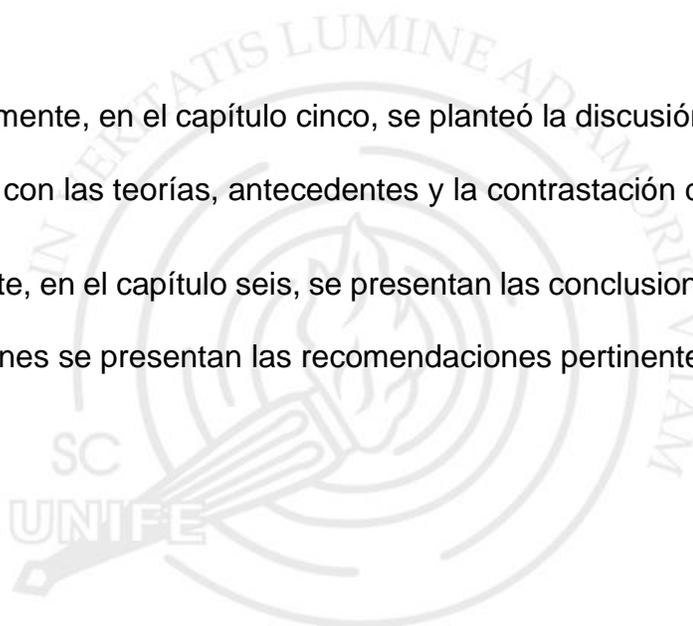
En el capítulo tres, se determinó la estrategia metodológica, donde se hizo referencia al paradigma, enfoque, nivel, tipo de estudio y su diseño. La población y

la muestra de estudio, además se expone a las variables a través de sus definiciones contextual y operacional y, por último, se explicará el procesamiento de datos para lograr los resultados, a partir del procedimiento y los estadísticos usados.

Continuando con el capítulo cuatro, aquí se muestran los resultados del estudio mediante el análisis psicométrico, estadísticos-descriptivos y estadísticos-inferenciales, así como también, la respuesta que surge ante la contrastación de la hipótesis.

Posteriormente, en el capítulo cinco, se planteó la discusión de los hallazgos relacionándolos con las teorías, antecedentes y la contrastación de la hipótesis.

Finalmente, en el capítulo seis, se presentan las conclusiones. Sobre la base de las conclusiones se presentan las recomendaciones pertinentes.



CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del problema

Al presentarse cada día más casos de COVID 19. en Perú, se incrementa también el estrés en las personas, provocando en los habitantes de nuestra ciudad sensaciones frustrantes ante la difícil situación. La capacidad de responder a esta situación es desbordante, provocando en ellos cuadros de ansiedad ante la carga de tensión diaria, el temor de enfermarse, la pérdida del empleo, ausentarse del trabajo por contagiarse, la probabilidad de llevar a casa la enfermedad y el pensamiento de poder morir o que un ser querido fallezca (Vila, 1984). Esto lleva a que su naturaleza se enfrente a más exigencia de lo normal siendo vulnerable a otras enfermedades que dificulten cumplir con su labor en la vida y esta a su vez disminuye la capacidad de manejar emociones y alterar su bienestar físico y emocional.

La OMS (2016) hace referencia que “cada US\$ 1 invertido en la ampliación del tratamiento de la depresión y la ansiedad rinde US\$ 4 en mejora de la salud y la capacidad de trabajo”.

Así también la OMS (2019) hace referencia que “Según las estimaciones, en el mundo hay 264 millones de personas que padecen depresión y ansiedad una de las principales causas de discapacidad”. Esto genera un desbalance económico al mundo de US\$ un billón por año en pérdida de trabajo productivo.

El MINSA (2020) indica en referencia al COVID 19 que “existen diferentes situaciones por las que enfrentan las personas ante este contexto y llevándolos a experimentar estrés intenso ante el temor de enfermarse”.

Se puede inferir que las consecuencias psicológicas del COVID 19 todavía están en proceso de investigación, por lo que el miedo y la incertidumbre está provocando que evolucionen las enfermedades mentales, bajas en el desempeño laboral, cambio de la actitud y comportamiento habitual, además de los problemas en las relaciones interpersonales con los compañeros de trabajo o de estudio. Esto da entender que el temor a contagiarse del Covid 19 ha generado cambios importantes en la vida de las personas, llevándolos a disminuir actividades grupales, salidas cotidianas, el disfrute de estar al aire libre además de poder compartir con la familia fuera de casa reflejando el temor, tensión, preocupación y desanimo para su normal desenvolvimiento.

Según MINSA (2019) “En los varones de Villa El Salvador las enfermedades mentales y del comportamiento ocasionan alrededor del 2,66% de los motivos de consulta a diferencia que en las mujeres quienes no se encuentran dentro de las primeras causas de morbilidad”.

En consecuencia, Shigemura et al. (2020) refiere que “pasar por experiencias difíciles conlleva a que evolucionen problemas mentales en la población general, incrementando los trastornos de ansiedad, depresión y somatización, además el aumento de comportamientos de riesgo (drogas y tabaco) disminuyendo su salud y bienestar subjetivo”.

En la actualidad, en Lima metropolitana existe un gran porcentaje de personas que tuvieron la enfermedad por el COVID 19, la mayoría lo superó satisfactoriamente, pero el solo hecho de haber vivido este momento difícil,

originaron niveles de ansiedad que probablemente no supieron afrontar incrementando emociones negativas que lo llevan a tener problemas con su salud mental reflejando este cambio con su familia y la sociedad.

A partir de las conclusiones epidemiológicas presentadas y considerando que los niveles de ansiedad pueden influir en el estado mental de los individuos se propuso el siguiente problema ¿Cuál es la relación entre ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador?

En cuanto a los problemas. específicos, planteamos las siguientes preguntas:

¿Cuál es la relación entre ansiedad y felicidad, en su dimensión sentido positivo de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador?

¿Cuál es la relación entre ansiedad y felicidad, en su dimensión satisfacción de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador?

¿Cuál es la relación entre ansiedad y felicidad, en su dimensión realización personal durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador?

¿Cuál es la relación entre ansiedad y felicidad, en su dimensión alegría de vivir durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador?

¿Existen diferencias estadísticamente en los niveles de ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos hombres y mujeres del distrito de Villa El Salvador?

1.2 Justificación de la investigación

La finalidad principal de este estudio fue medir la relación que existe en los niveles de ansiedad en el contexto de pandemia y como afecta en la felicidad de los adultos del distrito de Villa El Salvador, sector 3 grupo 18. Estos alcances serán de gran importancia para tomar medidas y crear estrategias preventivas a futuro ante un rebrote o nuevo virus en nuestra sociedad. Tal como lo menciona Hernández (2014) “Una investigación llega a ser conveniente por diversos motivos: formar parte de la ayuda ante un problema social, a construir una nueva teoría o a generar nuevas inquietudes de investigación”.

Metodológicamente es de gran utilidad para futuras investigaciones, con metodologías compatibles de manera que se posibiliten análisis y comparaciones con diferentes contextos, tiempos y otras variables que puedan tener relación.

El valor teórico de esta investigación es proporcionar información de utilidad como fundamento teórico para ampliar el conocimiento de las variables ansiedad y felicidad desde un enfoque cognitivo, poder contrastarlos con estudios similares y analizar las posibles variantes.

Las implicaciones prácticas a través de esta investigación es establecer según los resultados, programas de intervención psicológica para los adultos afectados por la pandemia, donde puedan aprender estrategias de afrontamiento ante crisis y lograr superar situaciones difíciles que la pandemia pueda conllevar.

La relevancia social de este estudio consiste en buscar el bienestar subjetivo “felicidad” en las personas que radican en Villa El Salvador. Estos datos serian importantes para mejorar su vida familiar, educativa y social.

1.3 Delimitación y limitaciones.de la investigación

Este estudio se llevará a cabo en el sector 3 grupo 18 del distrito de Villa El Salvador contando con la participación de personas adultas, de ambos sexos entre 18 y 50 años, de condición socioeconómica media baja, que han podido vivenciar la pandemia. Por otro lado, los procesos que implican la recolección de datos, tratamiento estadístico, los resultados y conclusiones del estudio se realizó en un tiempo estimado de 6 meses.

Limitación

Las principales limitaciones que han dificultado la ejecución de este estudio, es el aislamiento social, pocas investigaciones sobre las variables juntas, la baja colaboración de las personas que tienen desconfianza de responder a los ítems del cuestionario. A pesar de los obstáculos en la toma de muestra se logró reunir una fiable cantidad de participantes.

Recolección de datos en la muestra:

Existió dificultad para poder aplicar los instrumentos de manera tradicional tal como indica el protocolo, esto dio lugar a la aplicación de las pruebas de forma virtual, lo cual derivo a un menor control en las variables que puedan intervenir en la precisión de la medida recabada o recolectada.

1.4 Objetivos de la investigación

1.4.1 Objetivo General

Determinar la relación entre ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

1.4.2 Objetivos Específicos

O.1 Determinar la relación entre ansiedad y felicidad en su dimensión sentido positivo de la vida, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

O.2 Determinar la relación entre ansiedad y felicidad en su dimensión satisfacción de la vida, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

O.3 Determinar la relación entre ansiedad y felicidad en tiempo de pandemia en su dimensión realización personal, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

O.4 Determinar la relación entre ansiedad y felicidad en tiempo de pandemia en su dimensión alegría de vivir, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

O.5 Comparar los niveles de ansiedad y felicidad durante la pandemia entre adultos hombres y mujeres del distrito de Villa El Salvador.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

En esta sección se sustentará las variadas investigaciones y análisis de propuestas teóricas de las variables de estudio (APA, 2020).

2.1 Antecedentes de la investigación

En el contexto de las diversas investigaciones que utilizan variables ansiedad y felicidad en el Perú y el extranjero, hallamos los siguientes ejemplares:

2.1.1 Antecedentes Nacionales

Rivera (2022) elabora una investigación donde evaluó la relación entre positividad y felicidad, su diseño fue observacional y de recojo de muestra transeccional. La población fueron adultos residentes del distrito de Los Olivos, ciudad de Lima, la muestra fue de 271 adultos desde los 29 años, dividido en 69 varones y 202 mujeres. Los resultados indican una prevalencia calificada como de nivel. bajo en las dos variables, siendo mayor en el nivel calificado como alto. En cuanto a estadística inferencial, se encontró una correlación estadísticamente significativa, directa ($\rho = 0.60$, $p < .01$) entre las variables “positividad” y “felicidad”. El autor afirma que a mayores experiencias positivas y menos estados de tipo emocionales “negativos”, los individuos puntúan mayores niveles de felicidad.

Obando et al. (2020) ejecutaron una investigación con la meta de identificar grados de ansiedad, estrés y depresión que presentaban los enfermeros de emergencia durante el COVID-19. El estudio se realizó con una metodología

descriptiva y de tipo transversal, el método de muestreo fue no-probabilística por cuotas, logrando recolectar 126 enfermeros que laboraban en dos hospitales de tipo público-nivel III (servicio de emergencia) de Lima-Callao. Las encuestas fueron recopiladas durante mayo de 2020, empleando la escala DASS-21 aplicada de forma asincrónica-online. Se ha complementado con asociaciones de chi cuadrado el análisis estadístico-descriptivo. Los hallazgos fueron: En términos de porcentajes de frecuencia, un 39.1% de enfermeros indicaron algún nivel de ansiedad, el 24.6% indica un cierto nivel de depresión y el restante 8,8% algún grado de estrés. A partir de las comparaciones realizadas, las profesionales de sexo femenino presentan puntajes similares por lo que se puede suponer que están asociados a las 3 condiciones estudiadas. Explorando las otras variables, se plantea que las condiciones de ubicación del hospital, edad y años de servicio también están asociadas a las variables. Los autores concluyen que los enfermeros del servicio de emergencia presentan mayores niveles de ansiedad que depresión y en casos particulares pueden reportar estrés.

Pineda (2019) da cuenta de una investigación con el propósito de identificar los niveles de ansiedad y estrés laboral en asalariados de vigilancia. privada relacionado a variables laborales en Tacna-ciudad. Realiza su estudio mediante cuestionarios autoadministrados, en base a un tipo de recolección de datos observacional de corte transeccional y tipo prospectivo, en una muestra de 260 vigilantes mayores, donde obtienen el siguiente resultado: En términos de porcentajes de frecuencias, el 60% de laborantes no presentan niveles de ansiedad, en segundo lugar, un 28.5% si presentan ansiedad leve y 11.5% restante reporta

una ansiedad mediana o alta. En cuanto a la variable “estrés psicológico”, el 62.3% de los laborantes se clasifica con un compromiso leve, el 19.2% se clasifica como mediana y el 18.5% de trabajadores como severo. Finalmente, en cuanto a la variable estrés fisiológico, el 61.2% es nivel leve, el 9.2% tiene estrés-moderado y un 29.6% restante recibe una etiqueta de nivel severo.

Bonilla (2019) elaboró una investigación con la meta de identificar las diferencias estadísticamente significativas entre los niveles de felicidad en estudiantes que tienen la condición de voluntarios sociales y en los que no lo son, en Lima metropolitana. Su muestra fue de 304 estudiantes universitarios de las facultades de ciencias, ingenierías y negocios, pertenecientes a cuatro universidades. Obtuvo como resultado que si existe diferencia significativa en las dimensiones: sentido positivo de la vida, satisfacción con la vida y realización personal ($p < 0.000$); pero esto no ocurre con la dimensión alegría de vivir donde se obtuvo ($p = 0.697$) y del constructo felicidad ($p = 0.698$), recomendando la necesidad de seguir con las investigaciones con esta variable, a fin de contrastar y actualizar el constructo en un futuro.

León (2018) realizó una investigación con el objetivo de evaluar el nivel de felicidad de jóvenes alumnos de la Universidad de Lima, utilizando la Escala de Felicidad de Reynaldo Alarcón, su muestra fue de 141 individuos, que oscilaban entre los 17 y 30 años, donde obtuvo como hallazgo que la mayor parte de los alumnos universitarios alcanzan un nivel regular de felicidad (36,88%) y en los niveles bajo y muy bajo se encuentra un (34.75 %). En otros resultados, en las

dimensiones: Sentido Positivo de la vida, Satisfacción con la Vida y Realización Personal, perciben niveles medio de felicidad a diferencia que en la dimensión Alegría de Vivir, se muestran en un nivel altamente feliz.

2.1.2 Antecedentes Internacionales

Mahinay, Rollan et al. (2022) desarrollaron un estudio descriptivo con estrategia asociativa con la meta de evaluar la correlación entre la felicidad y la ansiedad en 159 estudiantes que cursan secundaria de un colegio privado de Filipinas. Para medir la felicidad usaron el "Oxford Happiness Questionnaire" (OHQ) y para medir la ansiedad usaron la escala de depresión-ansiedad-estrés (DASS-21), específicamente la subescala de ansiedad compuesta de 7 ítems. El resultado de correlación que obtuvieron fue estadísticamente significativo ($r = .043$). Los autores finalizan el estudio reflexionando sobre las opciones para intervenir en los problemas relacionados a esta variable.

Martinelli et al. (2021) ejecutó un estudio en el período de confinamiento en Francia por la contingencia sanitaria de COVID-19, realizaron dos encuestas en dos grandes muestras de participantes para examinar cómo el confinamiento interrumpió su relación con el tiempo y qué significa este cambio en sus experiencias de tiempo. Su muestra estuvo compuesta por 1332 adultos franceses. Se usaron las siguientes escalas de autoinforme: Escala subjetiva de felicidad auténtica-duradera (SA-DHS); el Inventario de depresión de Beck (BDI); la forma corta de seis ítems del State-Trait Anxiety Inventory; la forma corta de 15 ítems de la Escala de Impulsividad de Barratt; y la Escala de Alexitimia de Toronto de 20

ítems. Los resultados mostraron que el tiempo parecía pasar más lentamente durante el confinamiento en comparación con antes. El principal predictor de esta experiencia temporal fue el aburrimiento y en parte mediado por la falta de actividad. La sensación de ser menos feliz y la presencia de trastornos del sueño también explicaron la ralentización del tiempo, aunque en menor medida. Para las variables de nuestro interés, se halló una correlación estadísticamente significativa y moderada entre felicidad y ansiedad ($r = -0.48$; $p < .01$). Los autores concluyen durante el confinamiento impuesto debido al aumento desmedido de la COVID-19, los participantes experimentaron tiempos más lentos, principalmente debido al aburrimiento, en parte a una falta de actividad relativamente negativa, cierta dificultad para dormir y frustración. La ansiedad y la incertidumbre, especialmente acerca de cuándo terminará el confinamiento, pueden impedir que se concentren en actividades que les hace felices o les generen placer.

Yıldırım y Güler (2021) examinaron el efecto “mediador” de la positividad en la relación entre el riesgo percibido por COVID-19, la angustia por muerte y la felicidad. La muestra fue de 3109 adultos de nacionalidad turca, con edades promedio de 38,64 años. Su aplicación fue de manera online una serie de cuestionarios durante abril de 2020, específicamente los siguientes: Escala de Riesgo Percibido (CPRS) de COVID-19; Escala de positividad (PS); Escala de Angustia por Muerte (DDS) y La Escala Corta de Depresión-Felicidad (SDHS). En el análisis de datos, aplicaron el análisis factorial exploratorio y análisis factorial confirmatorio en las pruebas CPRS y el DDS, para ello los participantes se dividieron aleatoriamente en dos submuestras. Para analizar las correlaciones se usó el

método de Pearson, usando una macro en el programa SPSS para el análisis de mediación. Donde se halló resultados que mostraron que el riesgo percibido tiene correlación significativamente con la positividad ($r=-0.10$), la angustia por la muerte ($r=-0.05$) y la felicidad ($r=-0.23$). En el caso de la relación de la ansiedad por la muerte y la felicidad, se halló que si hay una correlación estadísticamente significativa ($r= -0.07$). El análisis de mediación indicó que la positividad medió el efecto del riesgo percibido sobre la angustia y por la muerte y felicidad.

Wang et al. (2021) comprobaron la relación-causal entre el bienestar subjetivo en personas y ansiedad por COVID-19. Realizaron un estudio longitudinal de tres fases de recojo de información. La muestra fue de 222 adultos chinos con una media de edad de 31.53 años, provenientes de 26 provincias de China. Los instrumentos de medición fueron: la Escala de autocontrol y autoinspección de 10 ítems para la ansiedad por COVID-19 establecida por la Sociedad Psicológica China; la versión china de la subescala de ansiedad rasgo del inventario de ansiedad estado-rasgo; y la escala de bienestar subjetivo (felicidad) en su versión china. Los resultados mostraron que la ansiedad, el bienestar subjetivo y COVID-19 de las personas fluctuó con el pico (T1), la disminución (T2) y las etapas mínimas (T3) de la pandemia de COVID-19. En cuanto al análisis cross-lagged mostró que el bienestar subjetivo de los participantes en T0 (etapa previa a la pandemia) y T1 podría predecir significativamente su ansiedad por COVID-19 en T1 y T2 respectivamente. Para los resultados de nuestro interés, en los cuatro tiempos o cortes de evaluación, se hallaron correlaciones pequeñas, moderadas y grande entre bienestar subjetivo y ansiedad al coronavirus. Muchas de estas correlaciones

obtuvieron un p valor menor a .001 (r en tiempo 0 = -0.79; r en tiempo 1 = -0.73; r en tiempo 2 = -0.79; r en tiempo 0 = -0.73)

Pulido y Herrera (2018) ejecutaron una investigación con el propósito de encontrar las variables predictoras de las variables Ansiedad, "Felicidad e. Inteligencia Emocional" (IE), así como la relación entre las variables, en una muestra multicultural, ubicada en España. La muestra estuvo compuesta de 811 participantes, donde el 71.6% eran musulmanes, el 28.4% pertenecen a la cultura y religión cristiana. Se empleó el instrumento STAIC de Spielberg y elaboraron un cuestionario que evaluó Felicidad e inteligencia emocional. Hallaron un resultado donde se presentó una relación inversa entre Ansiedad y Felicidad. En Inteligencia Emocional los predictores son la edad, la cultura/religión y el género. No se halló relación entre Ansiedad e IE, pero si existe relación de IE y la Felicidad.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Teorías de la Ansiedad

La ansiedad es conceptualizada como un trastorno-mental muy relevante en la actualidad, englobando cuadros clínicos de extremo con carácter patológico, indicando su presencia en múltiples condiciones disfuncionales y desequilibrios de la estructura cognitiva, conductual y psicofisiológica (Virues, 2005).

Existen cuatro teorías que abordan el estudio de la ansiedad, sus factores, tipos, consecuencias y formas, las cuales han servido para delimitar y dar tratamiento a los trastornos de ansiedad.

2.2.1.1 Teoría de esquema de Beck

En esta teoría del estadounidense Aaron Beck, refiere que los procesos cognoscitivos se pueden ver como complejos mecanismos de codificación, almacenamiento y recuperación de la información registrada en las estructuras cognitivas (esquemas). Estos esquemas son hipotetizados como construcciones mentales subjetivas que pueden tener cierta naturaleza estable, que actúan como un filtro a la hora de percibir el mundo por parte de un sujeto (Beck, Epstein et al., 1988).

Para Beck, las personas que presentan algún trastorno de la ansiedad, deben presentar una estructura cognoscitiva de tipo disfuncional que produce en ella determinados sesgos que afectan de manera generalizada todas las áreas del procesamiento de la información. El indica que hay presencia de un esquema cognoscitivo con carencia de adaptación que conserva niveles elevados de ansiedad al ser empleadas para ver, analizar e interpretar la realidad.

2.2.1.2 Teoría de red asociativa de la emoción (Bower, 1981)

Para el teórico las emociones tienen una presencia en la memoria, hipotetizadas en forma de “unidades” o “nodos”, como si fuera una red asociativa (o también llamada red semántica). Los “nodos” están vinculados con otras categorías de información: situaciones importantes que facilitan el momento de emoción, reacciones activadoras, memorias de eventos placenteros o amargos, etc. La puesta en actividad de un “nodo” de tipo emotivo dispone la entrada de elementos adecuados al estado de ánimo.

2.2.1.3 Procesamiento bioinformacional de Carl Lange

Esta teoría, no ve importante la manera en que las codificaciones de información son almacenadas, sino cada tipo de información que almaceno y que resultados se producen cuando son estos activados. Asume que la información ingresada por los sentidos y procesada por las estructuras cognoscitivas de la psique humana es codificada de manera abstracta y en simultaneo. En palabras simples, esta teoría indica que el núcleo del procesamiento cognoscitivo se cimienta en relaciones de naturaleza lógicas que podrían ser manifestada mediante las conocidas formulaciones de lógica proposicional. Estas proposiciones están asociadas en “redes psíquicas”, como si fuera especie de memoria asociativa de la emoción, lo cual establece una especie de “programa afectivo”. Para poner un ejemplo, cuando se interviene en fobias, lo común es activar la memoria emocional, empleando palabras (Bonilla, 2019).

2.2.1.4 Ansiedad como respuesta emocional

Skinner (1977) estudió la interacción entre el comportamiento de los sujetos y el ambiente. Desarrolló un conjunto de modelos de procesos que explican cómo se mantiene la conducta según sus consecuencias, antecedentes y señales. A través de las investigaciones, Skinner propuso que la conducta está determinada por sus consecuencias inmediatas, que actúan como reforzadores positivos o negativos. El primero aumenta la probabilidad de que el comportamiento se repita en el futuro, y el segundo suprime el evento aversivo o provoca una respuesta que evita que ocurra el evento aversivo. Él planteó la hipótesis de que el refuerzo

negativo no suprime el comportamiento emocional, sino que crea nuevos comportamientos diseñados para evitar o controlar sus consecuencias aversivas. Este mecanismo es una base para conceptualizar la ansiedad como respuesta emocional que se ve reforzada negativamente por una conducta de evitación dirigida a la prevención y el control aversivo. Desde entonces, numerosos autores han estudiado la ansiedad siguiendo los paradigmas del condicionamiento clásico e instrumental.

Por ejemplo, Mowrer (1960), mediante su teoría bifactorial, proponía dos procesos en el desarrollo y mantenimiento de la ansiedad. El primer proceso es el componente clásico o respondiente, que puede explicar su aparición y motivación para evitar estímulos temerosos según sucesos en el pasado. Como segundo proceso es el componente operante, que explica su mantenimiento potenciando la respuesta de evitación, reduciendo así la ansiedad e impidiendo su extinción.

2.2.2 La Felicidad

La felicidad es un tema de interés mundial y muy estudiado por diversos autores que trataron de definirla y conceptualizarla desde tiempos inmemoriales, pero se ha complicado ya que su significado varía según la cultura, la personalidad, los valores, etc. Edward Diener, conocido como el padre del estudio de la felicidad, manifiesta que el bienestar subjetivo (felicidad), es una forma de valorar cognitivamente y pasivamente la vida, esta dependerá de cada cultura-país y otras causales, como la satisfacción individual con la vida propia, aquí comprende la percepción general de la vida en uno; los afectos positivos; la satisfacción de obtener un dominio

valioso, como el trabajo, como el disfrute de emociones agradables; y experimentar pocas emociones negativas. (Domínguez e Ibarra, 2017, p. 664).

La idea de Felicidad en la antigua Grecia

La psicología positiva tiene como tema central a la felicidad a la cual ha dedicado la más alta frecuencia de publicaciones en todos sus campos que integran este novedoso enfoque social-psicológico. No obstante, el estudio científico sobre la felicidad es actual, tiene sus inicios en la antigua y clásica filosofía griega, continuando a través del tiempo. En el mundo griego surgió el eudemonismo, uno de sus representantes y pioneros filósofos fue Aristipo, que nació hacia el 435 a.C. y se adhirió a la escuela filosófica cirenaica o hedonista. El principio más distintivo de la escuela del hedonismo es la doctrina de que el placer es el "bien principal". Según este punto de vista, el objetivo de la vida es evitar todas las experiencias dolorosas para experimentar el mayor placer posible, dedicando el mayor tiempo posible a las cosas que nos gustan y el menor tiempo posible a las que no nos gustan. Esta idea se centra más en los placeres momentáneos y en vivir según esos placeres.

Aristóteles no estaba con Aristipo y creía que el hecho de que uno pueda disfrutar de algo no significa necesariamente que sea una actividad deseable de perseguir y puede traer consecuencias negativas. Aristóteles habla de un término propio denominado eudaimonia. Según las investigaciones etimológicas, se cree que eudaimon se traduce como "feliz", mientras que eudaimonia se traduce como "felicidad". Para Aristóteles, la eudaimonía no es un estado de ánimo, sino que

significa actuar de acuerdo con la virtud a lo largo de la vida, en presencia de una cantidad suficiente de bienes externos, afirmando que los individuos felices son buenos la mayoría de las veces (Capuccino, 2013). En general la búsqueda de la felicidad es el fin último de la acción humana, para Aristóteles.

Para Sócrates, todos los hombres buscan básicamente obtener su mayor bien o su verdadera felicidad, como una fuente global de sus comportamientos. De manera similar, Aristóteles dice que llegar a tener felicidad era el principal objetivo de los seres humanos y es esperable que todos aspiren poseerla.

2.2.3.1 Las teorías de la Felicidad

Cada vez hay más preocupación e interés del estudio de la felicidad individual y de los potenciales y beneficios evidentes que aporta a las comunidades. Flynn y MacLeaod, (2015) afirman que, en muchos ámbitos de la investigación psicológica, la identificación de variables que se correlacionan con la felicidad o el bienestar se ha convertido en un tema de gran interés.

Está claro que la felicidad afecta a las poblaciones enteras, por lo que elaborar planes de promoción y prevención de la salud es de vital importancia, incluso se considera a la felicidad como indicador para evaluar el progreso social y se ha convertido en el objetivo de las internacionales políticas públicas. Su importancia fue reconocida por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) que publicó dentro de 2012 el primer Informe Mundial sobre la Felicidad (Thinley, 2012). Luego la Asamblea General votó a favor de designar el 20 de marzo de cada año como "Día Internacional de la Felicidad". En el mismo día cada año hay una

publicación sobre el Informe Mundial en cuanto a Felicidad, que es una publicación que ofrece clasificaciones basadas en el análisis de los datos sobre la felicidad nacional, utilizando la Encuesta Mundial “Gallup”, que abarca a personas de más de 140 países. El instrumento usado es la Escala de Cantril y sus preguntas son sobre seis factores: apoyo social, ingresos, esperanza de vida larga, libertad percibida para tomar decisiones individuales, generosidad, etc. libertad para tomar decisiones en la vida, la generosidad y la confianza en el gobierno y las empresas (Cantril, 1965).

Considerando la necesidad de una mayor felicidad, pronto se proponen recomendaciones sobre métodos para aumentar la felicidad. A nivel individual, los consejos suelen implicar diferentes formas de actuar, como meditar, realizar más actividad física, centrarse en las actividades deseadas o consumir menos alimentos dañinos. A nivel de sociedad, se proponen reformas sociales, como más tiempo para la familia, un permiso de maternidad más largo, mejoras educativas y menos competencia económica (Dalton y Wolfe, 2012). Por ejemplo, Lyubomirsky et al. (2003) en un estudio poblacional, afirmaron que las personas felices tienen menos probabilidades de divorciarse, más probabilidades de tener matrimonios gratificantes, de persistir en actividades de voluntariado en la comunidad, de recibir mejores calificaciones de los supervisores en el trabajo, de ganar más dinero y de tener mejor salud física.

Otra estrategia es buscar donde “la felicidad abunda”. En un sondeo de Gallup realizado en 2015 y 2016 que contó con 147000 encuestas a adultos de 140 países, solo en tres lugares obtuvieron puntuaciones más altas de felicidad: Costa

Rica, Dinamarca y Singapur. Se destaca que en Costa Rica se obtuvo una puntuación especialmente alta en "disfrutar de la vida día a día la vertiente del placer de la felicidad". Sobre Singapur, sus habitantes ejemplifican hoy la tercera vertiente de la felicidad, llamada satisfacción vital. Se puntúa alto cuando se viven los valores y se está orgulloso de lo que has logrado. Se tiende a tener seguridad económica, un alto grado de estatus y sentir un sentido de pertenencia (Buettner, 2017).

La psicología humanista también contribuyó al estudio de la felicidad. La jerarquía de necesidades de Maslow es coherente con el enfoque eudaimónico de Aristóteles, que sugería que, para alcanzar la felicidad, se necesita algo más que placeres momentáneos; las personas deben sentirse seguras y tener oportunidades de superación. De esto se deriva la idea de la psicología positiva, que adopta un enfoque integrado, proponiendo que la felicidad incluye las áreas de compromiso con los demás y el placer (Peterson y Seligman, 2004; Seligman, 2002) y que la mayor felicidad se produce con una vida que incluye las tres, y que el sentido y el compromiso con los demás son los más importantes de las tres, más que el placer.

En el ámbito de la investigación psicológica de la Asociación Americana de Psicología (en adelante, APA), gran parte de lo que algunos denominan felicidad se ha estudiado como "emociones positivas" y "estado de ánimo". La Comisión de Acreditación de la APA sugiere el término "afecto". Afecto se define como emociones y/o estado de ánimo. Un ejemplo es la propuesta de Diener y Oishi (2004) que hablan del bienestar subjetivo (SWB) como las evaluaciones de personas sobre la calidad de sus vidas, que las evalúan de varias maneras. En

primer lugar, las personas hacen juicios sobre si sus vidas son satisfactorias y significativas. Las personas también evalúan aspectos específicos de sus vidas, como sus matrimonios, su salud, su trabajo y su tiempo libre. Además, las personas reaccionan a los acontecimientos con afecto positivo o agradable cuando las cosas van bien, y afecto negativo o desagradable cuando las cosas van mal.

Para Alarcón, el término felicidad lo describe como estado afectivo que una persona experimenta y siente satisfacción plena subjetiva ante la posesión de algo anhelado. Al analizar la definición de felicidad nos muestra propiedades diferentes de la conducta feliz: a) la felicidad se puede entender como un “sentimiento” que aflora a partir de las vivencias de la persona y si esta las considera como “satisfactorias”, y sólo desde su perspectiva, en su mente interior; la subdimensión subjetiva caracteriza la felicidad entre las personas; b) otra característica es la perecibilidad de la felicidad, la cual puede ser duradera pero tiene un inicio y un fin, de acuerdo a las características de la conducta como “estado”; c) poseer un “bien” como objeto anhelado por la persona y que le provoca felicidad también puede ser considerado; d) se pueden establecer categorizaciones sobre los bienes que generan la felicidad (materiales, religiosos, sociales, estéticos, psicológicos, éticos, etc.), (Alarcón, 2006, p.101).

Esta definición que propone Alarcón y la teoría general que plantea en cuanto a su conceptualización fue el centro para iniciar la construcción del instrumento de “Escala de Felicidad de Lima”. A través de ella se expresa lo expuesto conceptualmente y considerando la felicidad como bienestar-subjetivo y expone cuatro factores de ella. (a) “Sentido positivo con la vida” aquí se trata de abordar el

análisis subjetivo de una persona con vivencias positivas y negativas. (b) “Satisfacción con la vida”, aquí se analiza a la persona, su satisfacción con la vida en el momento presente. (c) “Realización personal”, en esta dimensión se evalúa la satisfacción de una persona sobre sus objetivos relevantes logrados. (d) “Alegría de vivir”, en esta última dimensión se ejemplifica a sentimientos vinculados con la satisfacción de sentirse “vivo”. (Alarcón, 2006, p.104).

2.2.3.1.1 Modelo teórico de Martin Seligman

En el desarrollo histórico de su modelo teórico y las actualizaciones que incorporó, Seligman tiene presente que el centro especial de la Psicología Positiva reemplaza con la variable “bienestar” en lugar de la variable “felicidad”; con lo cual los protocolos de medida y la meta cambian por “la satisfacción con la vida” para denominarse a partir de este momento “el crecimiento personal”. Entonces, el constructo “bienestar” en el desarrollo moderno, está constituido por cinco factores que se resumen en el acrónimo PERMA en inglés: Positive.emotion (emoción positiva), Meaning and purpose (sentido), Engagement (entrega), Relationships (relaciones).y Accomplishment (logros). Seligman (2002) presenta una propuesta de estructura teórica donde se indican las variadas vías que conducen al “bienestar” y la “felicidad”. Aunque este proyecto no se considera una teoría, ni un modelo a seguir, lo toman como una manera estructural de dar inicio a los estudios aplicados en esta área y con proyección futura (Duckworth, Steen et al., 2005).

Para Seligman, existe tres vías fundamentales por lo cual una persona puede acercarse a conseguir la felicidad; (a) “La vida placentera” (pleasant.life), donde señala la durabilidad corta de este tipo de felicidad y se consigue

maximizando los estados emocionales positivos y minimizando emociones negativas en relación con pasado, presente y futuro. (b) “La vida comprometida” (engaged.life), que significa la puesta en práctica frecuente de las fortalezas que tiene la persona con la finalidad de lograr desarrollar un elevado número de experiencias óptimas («flow»). Finalizamos con, (c) “La vida significativa” (meaningful.life), esta representa la que dura más frecuentemente de las tres, e incluye el logro de metas que trascienden lo establecido por uno mismo y las convenciones institucionales positivas (familia, democracia, educación, etc.) (Seligman, 2002).

2.2.4 Relación entre ansiedad y felicidad

En la literatura científica se puede encontrar estudios sobre la relación entre la ansiedad, la felicidad y variables muy similares a las principales de este estudio. Por ejemplo, Karaşar y Baytemir (2018) sugirieron que la ansiedad social (donde la fuente de la ansiedad proviene de las interacciones sociales) puede actuar como mediadora en la relación entre las necesidades de aprobación social y la felicidad. Además, se observó que aquellas personas que se clasificaron con alta necesidad de aprobación social tenían más puntos de calificación para la ansiedad social que aquellos con baja necesidad de aprobación social, así concluyeron que las personas con ansiedad social pueden experimentar uno o más trastornos psicológicos a lo largo de su vida, perjudicando su felicidad. Entre los problemas o trastornos consecuencias de la ansiedad se puede encontrar a la depresión, la baja autoestima, los frecuentes sentimientos de soledad y la perspectiva negativa de la vida.

En general, Lyubomirsky et al. (2005) afirman que en la literatura sobre el tema de la felicidad se sabe que el aumento de la misma trae consigo múltiples beneficios en la vida de una persona, incluyendo una mejor salud mental. Por ejemplo, en la Base de Datos Mundial de la Felicidad, se puede ver que en numerosos estudios se ha correlacionado la felicidad con la salud mental. También se asumen que los conceptos de satisfacción con la vida y bienestar están entrelazados dentro de la definición de felicidad, se expondrán algunos resultados con estas variables y cómo se relacionan con la salud mental. Por ejemplo, la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) está correlacionada de manera inversa con la ansiedad, la depresión y el malestar psicológico (Diener et al., 1985a). También se halló una correlación de -0.41 entre su escala de satisfacción con la vida y una lista de comprobación de síntomas psicopatológicos. Además, al comparar el SWLS con la escala de Neuroticismo del Inventario de Personalidad de Eysenck, encontraron una correlación de -0.48.

En general, los ítems que indican sentimientos positivos o la ausencia de emociones negativas deben ser incluidos para evaluar la gama completa de una emoción. Al igual que hay preguntas dentro de los tests psicológicos que miden la ausencia de ansiedad, el argumento es que también deberíamos medir la posible presencia de felicidad en los individuos y la relación de ambos para recoger una perspectiva más amplia de la salud mental de una persona, y así poder detectar el problema y aplicar un enfoque de psicología comunitaria con prevención y promoción de la salud, junto con un enfoque de psicología positiva, que reconozca

los aspectos de ventaja positivos y déficits de una persona, en lugar de sólo centrarse en los "problemas" o "déficits".

2.3 Definición de términos

La ansiedad: Es un estado psicofísico que se caracteriza por una sensación intranquilidad, inquietud, desosiego o inseguridad ante la amenaza inminente. La ansiedad como respuesta positiva se considera importante para estar alerta. Pero, la ansiedad vuelve patológica aguda y severa cuando se desproporciona ante una situación muy extensa, llega a ser nociva paralizando al sujeto que la padece, pasando a un cuadro de pánico (Beck et al.,1988).

Ansiedad y angustia: De acuerdo al origen lingüístico y el uso idiomático posee su propio concepto, Ansiedad proviene del latín "anxietas", con significado "estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo" y la palabra "angustia" que viene del latín "ángor", incorpora sentidos tales como "Angostura, dificultad, aflicción, congoja, temor opresivo sin causa precisa, estrechez del lugar o del tiempo (Diccionario de la Real Academia)".

Niveles de Ansiedad: Se define en cuatro niveles en función de sus efectos:

Ansiedad Leve: Aquí el sujeto se mantiene alerta, puede percibir con los sentidos sin problema, puede tener mejor dominio con la situación que enfrenta; es decir, su capacidad de percepción aumenta, y su observación se agudiza. debido a que canaliza su energía al foco de atención causante de este proceso ansioso. La conocen como la ansiedad benigna o reacción fisiológica, puede presentar, agitación, ritmo cardiaco acelerado y tensión, algunas veces acompañado de

problemas gástricos leves, movimientos involuntarios en la cara y temblores en los labios.

Ansiedad Moderada: Aquí las percepciones disminuyen, es más limitada el dominio de la situación por la que pasa, pero su observación periférica se mantiene, reacción fisiológica, en ocasiones presenta, respiración agitada frecuente, se acelera la frecuencia cardiaca, incremento de tensión arterial, sequedad en la boca, problemas estomacales, vómitos, diarrea o constipación, temblor del cuerpo, palidez y expresión de temor, tensión muscular, desesperación, con dificultad de poder tener calma que lo lleva a no conciliar el sueño.

Ansiedad Grave: En este nivel la ansiedad, el individuo disminuye su nivel perceptivo con notoriedad, perdiendo la noción de lo que pasa a su alrededor, incapaz de diferenciar su medio llegando a no reconocer a quienes lo rodean y si le hablan o tratan de ayudar. Su atención es dispersa, no entra en razón con facilidad, perdiendo la secuencia lógica de su ambiente. Reacción fisiológica: Puede presentar dificultades para respirar, ahogo o sofoco, disminuye su tensión arterial, se presentan movimientos repentinos involuntarios, temblor corporal, su expresión es de profundo miedo.

Angustia: Aquí el sujeto presenta, temor, miedo, terror. Siendo incapaz de realizar ninguna actividad, aun teniendo alguien que lo dirija. Este estado provoca desorganización de la personalidad y puede ser letal, porque al tener períodos continuos de angustia puede derivar al agotamiento y posteriormente la muerte.

La Felicidad

Felicidad es el termino informal de bienestar subjetivo, es un conjunto amplio de interpretaciones y juicios que un sujeto tiene sobre su vida. Este bienestar subjetivo se identifica cuando se percibe emociones positivas que conducen a un resultado agradable, logrando que la persona pueda sentir satisfacción con su propia vida (Diener, Suh et al., 1999).

La felicidad destaca a partir de un punto de vista perceptual donde analiza el valor que se adquiere del conjunto de las diferentes experiencias de la vida. Así es como surge la importancia a las relaciones intrafamiliares y a lo vivido en el ámbito laboral son el principal eje para dar esa valoración, también se incluye otros campos como las relaciones sociales, una buena salud, el ocio, etc., también se torna importante incluir específicos desencadenantes, tales como eventos extraordinarios como por ejemplo ganar la lotería. A partir de lo observado, se puede determinar que la felicidad es una perspectiva donde el ser humano deberá manejar situaciones en la vida o circunstancias que puedan influir en ella, buscando como finalidad conseguir sensaciones satisfactorias para sí mismos llegando a vivir con ellos sin que intervenga en su bienestar psicológico.

Así mismo, podemos definir “felicidad” como un requisito emocional-afectivo de gozo y plenitud que siente un sujeto al lograr lo que anhela. Sobre esto, se distingue cinco propiedades de la conducta “feliz”: (a) Es una experiencia singular y personal. (b) Tiene cierta durabilidad en una situación. (c) Se dirige a un bien anhelado y se produce en tanto se lo posea. (d) Los bienes-objetivos son variados y

tienen características asignadas por las personas. (e) Pueden surgir anhelos colectivos según el tiempo y contexto.

Según Seligman (2002) la felicidad se puede conceptualizar como un estado de gratificación, que surge ante las acciones que uno ejecuta y disfruta hacerlas, además que, sean naturales estas sensaciones y no por el uso de sustancias o técnicas que estimulen placer corporal. Para Seligman el sentir felicidad deriva del reconocimiento y desarrollo de habilidades importantes de una persona y la manifestación de esta en su trabajo, el ocio, el amor y la educación de sus vástagos.

Alarcón (2009) afirma que la felicidad se puede lograr en el momento que el ser humano vivencia estados emocionales de satisfacción placentera, teniendo una característica causal, individual y que puede ser duradero o no duradero, pero tiene un final o perece. Así mismo, se percibe cuando la persona logra tener un bien anhelado, los que pueden ser variados (psicológicos, religiosos, materiales, etc.). Alarcón identifica 4 dimensiones en el constructo Felicidad:

“Sentido Positivo de la Vida”: Según Alarcón (2006) esta dimensión se puede conceptualizar como la no existencia de estados. depresivos, pesimismo, fracaso, intranquilidad y vacío, mostrando rangos de felicidad con actitudes y vivencias positivas de la vida y lograr tener un sentimiento agradable hacia su yo-personal y a la vida.

“Satisfacción de la vida”: Así mismo, Alarcón (2006) define este factor con tener satisfacción con lo logrado a nivel personal-profesional y la persona se siente en la meta de sus anhelos “esta donde tiene que estar” o está bastante cerca de

alcanzar la meta.

“Realización personal”: Alarcón (2006) define este factor como la expresión de la felicidad plena; señala “autosuficiencia, autarquía, tranquilidad emocional, placidez; todas son condiciones para mantener un estado de felicidad completa y debe atenderse no como un estado temporal”.

“Alegría de vivir”: Alarcón (2006) define al factor alegría de vivir como “optimismo, alegría, como la expresión de felicidad y lo maravillosos que es vivir”. Esto nos señala que la alegría de vivir expresará las experiencias positivas y sentirse bien.

2.4 Hipótesis

De acuerdo con Hernández et al. (2014) la hipótesis, “son explicaciones tentativas del fenómeno investigado que se formulan como proposiciones” (p. 92).

2.4.1 Hipótesis general

Existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

2.4.2 Hipótesis específicas

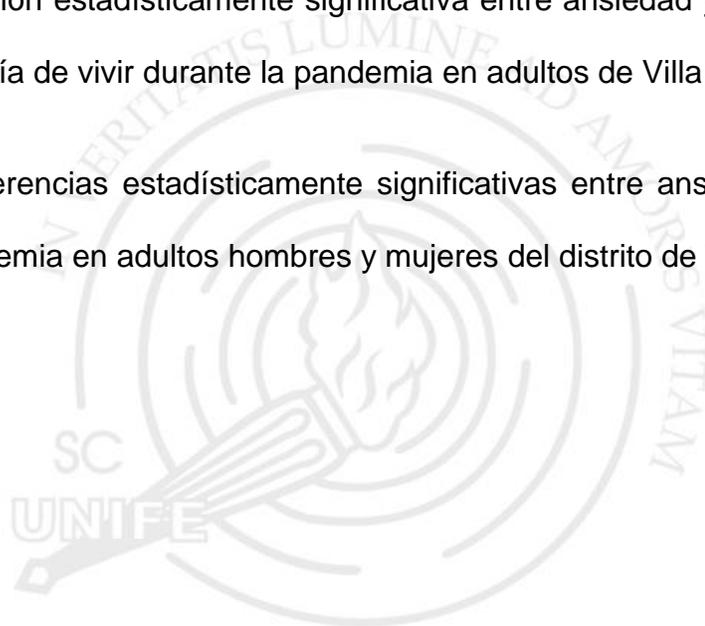
H.1 Existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad, en su dimensión sentido positivo de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

H.2 Existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad, en su dimensión satisfacción de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

H.3 Existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad, en su dimensión realización personal durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

H.4 Existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad, en su dimensión alegría de vivir durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

H.5 Existen diferencias estadísticamente significativas entre ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos hombres y mujeres del distrito de Villa El Salvador.



CAPÍTULO III: MÉTODO

3.1 Paradigma, tipo, nivel y diseño de investigación

El paradigma de este estudio se encuentra incluido en el paradigma positivista, el cual afirma que los eventos y sucesos de la realidad se pueden estudiar a través de la investigación empírica. En tal sentido en este estudio se buscó recolectar información objetiva sobre las variables, empleando el método científico (Sánchez y Reyes, 2015).

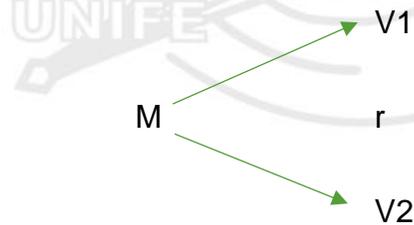
El enfoque utilizado fue cuantitativo porque se recurrió a la evaluación con escala numérica y posteriormente se aplicó un análisis estadístico para evaluar las variables propuestas; ansiedad y felicidad, en paralelo se inició con un objetivo y formulaciones de preguntas de investigación, se revisó literatura para un claro marco teórico, se planteó una hipótesis principal y otras específicas en relación a las variables, estas serán medidas en una situación determinada procediendo a detallar los resultados y las conclusiones. “El enfoque cuantitativo usa la recolección de datos para probar hipótesis, con un soporte en la medición numérica y una exploración estadística, estableciendo patrones de comportamiento y corroborar teorías” (Hernández et al., 2014).

El nivel de este estudio es descriptivo, donde se detalló las características de los sujetos investigados respecto a las variables ansiedad y felicidad, sin pretender realizar cambios en su realidad (Hernández et al., 2014).

En cuanto al tipo de estudio o investigación es “básico” porque a través de ella se buscó generar conocimientos nuevos acerca de las variables investigadas en una muestra determinada. No posee fines prácticos-tecnológicos ni pretende cambios instantáneos en la realidad (Sánchez y Reyes, 2015).

En cuanto al diseño, la investigación pertenece al tipo no-experimental porque al realizar este tipo de investigación se procede a observar sucesos en su contexto natural tal como se manifiestan, para luego proceder en análisis (Hernández et al., 2014).

Además, su diseño es transversal, porque la medición aborda una o más atributos de las variables en un tiempo especificado. Así mismo, es correlacional, por lo que se analizó la relación entre las variables (Hernández et al., 2014).



Leyenda:

M=Muestra

V1=Ansiedad

V2=Felicidad

r=Coefficiente de correlación

3.2 Participantes

3.2.1 Población: Está conformada por adultos habitantes del Sector 3, Grupo 18 del distrito de Villa El Salvador siendo elegidas 125 personas de ambos sexos, entre 18 a 50 años.

3.2.2 Muestra: El método de recolección de esta muestra fue no-probabilístico e intencional, es así que se eligió a los individuos con mayor probabilidad a ser incluidos (Hernández et al., 2014). La muestra está conformada por 125 personas adultas de ambos sexos entre 18 y 50 años, que residen en el Sector 3, Grupo 18 del distrito de Villa El Salvador, representada por 40% hombres (50) y 60 % mujeres (75). Así se muestra en la tabla siguiente.

Tabla 1:
Muestra de investigación

Participantes	N°	Porcentaje
Hombres	50	40%
Mujeres	75	60%
Total	125	100%

Criterios de inclusión: Personas adultas de ambos sexos entre 18 y 50 años que residen en el Sector 3, Grupo 18 del distrito de Villa El Salvador.

Criterios de exclusión: Personas adultas de ambos sexos mayores a 50 años o menores de 18 años, así también que no vivan en el Sector 3, Grupo 18 del distrito de Villa El Salvador.

3.3 Variables de investigación

Definición conceptual:

Las variables que se emplearon en la investigación son las siguientes:

Ansiedad: Se contextualiza y se aborda ansiedad como una psicopatología mental bastante importante en la modernidad, que abarca cuadros clínicos de extrema sintomatología patológica que presenta múltiples disfunciones y desajustes a nivel cognitivo, conductual. y psicofisiológico (Virues, 2005).

Felicidad: El termino felicidad es la manera informal de decir bienestar subjetivo, es la agrupación amplia de interpretaciones y juicios sobre la vida que tiene un sujeto. Este bienestar subjetivo es identificado por una persona cuando percibe emociones positivas como resultado de algo agradable, logrando que la persona pueda sentir satisfacción con su propia vida (Diener et al., 1999).

Definición operacional:

Variable ansiedad: Se tomo la medición a través del Inventario de ansiedad de Beck, es una escala unidimensional, contiene 21 ítems, con puntuación de 0 a 3, por cada uno, con 4 opciones (0 = en absoluto; 1 = levemente; 2 = moderadamente; 3 = severamente, con la finalidad de obtener el nivel de ansiedad.

Tabla 2

Operacionalización de la variable ansiedad medido por el Inventario de Ansiedad de Beck.

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles de escala
Ansiedad: “Se considera ansiedad como un sistema complejo de respuesta conductual, fisiológico, cognitivo y afectivo que se enciende al presentir circunstancias o hechos impredecibles e inevitables que podría amenazar la vida de un sujeto”. (Barlow, 2002; Beck et al, 1985)	Unidimensional	<ul style="list-style-type: none"> •Entumecimiento muscular u hormigueo • Acalorado • Con temblor en las piernas • Incapaz de relajarse • Con temor de que pase lo peor • Mareado • Con latidos del corazón fuerte y acelerado • Inestable • Atemorizado o asustado • “Nervioso • Con sensación de asfixia” • Con temblores en las manos” • “Inquieto o inseguro • “Con miedo a perder el control” • Con sensación de ahogo • Con temor a morir • “Con miedo •” Con problemas digestivos • Con desvanecimiento o debilidad • Con rubor facial • Con sudores fríos o calientes (no debido a la temperatura del ambiente) 	21 ítems	No ansiedad: 0 – 7 Leve: 8 -15 Moderado: 16 – 25 Grave: 26 - 63

Variable felicidad: Creada por Reynaldo Alarcón, denominada “Escala de Felicidad de Lima”, está compuesta de 27 ítems, con una forma de respuesta- opciones Likert de 5 puntos y conformada por cuatro dimensiones: sentido positivo con la vida, satisfacción con la vida, realización personal y alegría de vivir, se

codifican según resultados por cada dimensión y el resultado del nivel de bienestar subjetivo general de la muestra.

Tabla 3

Operacionalización de la variable Felicidad medido por la escala de felicidad en Lima de Reynaldo Alarcón

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles de escala
Felicidad: Es un conjunto amplio de interpretaciones y juicios que un sujeto tiene sobre su vida, este bienestar subjetivo se identifica cuando se percibe emociones positivas que conducen a un resultado agradable, logrando que la persona pueda	Sentido positivo con la vida	Relativos a la expresión de satisfacción por los logros alcanzados, la creencia de que se está donde se tiene que estar. Indican ausencia de estados depresivos, pesimismo y el vacío existencial.	2, 7, 8, 14, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 26	Muy baja: 27 – 87
			26	Baja: 88 – 95
	Satisfacción con la vida	Indican ausencia de estados depresivos, pesimismo y el vacío existencial.	1,3,4,5,6,10	Media: 96 – 110
		Señala lo que se puede llamar felicidad plena y no estado temporal de la misma.		Alta: 111–
	Realización personal	Los reactivos de este factor trasuntan estados subjetivos de satisfacción por la posesión de los bienes deseados.	9, 21, 24, 25, 27	118 Muy alta:

sentir		Indican depresión, fracaso,	119 –
satisfacción con		pesimismo y vacío	135
su propia vida.	Alegría de	existencial. Las respuestas	11, 12, 13,
(Diener, 2000).	vivir	del repudio expresan	15, 16
		felicidad plena y no estados	
		temporales de estar feliz,	
		también auto eficiencia.	

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.4.1 Inventario de ansiedad de Beck

Ficha técnica

Nombre: “Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)”

Autores: “Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R.

Año: 1988

Adaptación: “Jesús Sanz, Frederique Valler, Elena de la Guía y Ana Hernández”

Fecha de adaptación: 2011

Objetivo: “Evaluar el grado de ansiedad presente en la persona”

Administración: Se puede aplicar tanto de forma individual como de forma colectiva.

Duración: 5 a 10 minutos, aproximadamente.

Materiales: Cuestionario, ya sea en formato papel o como encuesta virtual.

Edad de aplicación: Desde los 13 años de edad que describan variados síntomas de ansiedad.

Características: Es un cuestionario que los individuos pueden auto aplicarse, contiene 21 ítems y la escala es Likert que presenta 4 opciones (de 0 que es en absoluto; hasta el 3 que es severamente).

Validez y confiabilidad del inventario de Ansiedad de Beck (BAI): La consistencia interna se estimó a través del coeficiente Alfa Cronbach, alcanzando 0.90. La validez convergente fue mayor a 0,50. La evidencia de validez convergente que aporta y que se obtuvieron en muestras que contestaron a la versión original, donde se observaron correlaciones con otras evaluaciones de constructos de ansiedad donde hay valores entre 0.41 y 0.58.

Adaptación peruana: Castillo (2018) realizó una adaptación en una muestra de 182 alumnos universitarios, obtuvo un índice de Alfa Cronbach de 0.894 indicando un nivel de confiabilidad favorable.

3.4.1. Escala de Felicidad de Lima

Fue creado por Alarcón y publicado en el año 2006. Tiene puntaje general (escala de felicidad general) y cuatro dimensiones-factores: (a) sentido positivo con la vida, (b) satisfacción con la vida, (c) realización personal y (d) alegría de vivir. Está conformado por 27 ítems y tiene una escala de Likert de 5 niveles. Las clasificaciones son: infeliz, medianamente feliz, feliz y altamente feliz. En cuanto a la calificación de la escala de felicidad general se consideran estos rangos: muy bajo, bajo, medio, alto y muy alto.

Tabla 4*Asociación de ítems de dimensiones de la Escala de Felicidad de Lima*

Dimensión	Ítems
D1: Sentido positivo con la vida	2,7,11,14,17,18,19,20,22,23,26
D2: Satisfacción con la vida	1,3,4,5,6,10
D3: Realización personal	8,9,21,24,25,27
D4: Alegría de vivir	12,13,15,16

Fuente: Alarcón, R. (2006, p. 6).

Tabla 5*Normas de interpretación de las dimensiones de la Escala de Felicidad de Lima*

Categoría	Infeliz	Medianamente feliz	Feliz	Altamente feliz
D1: Sentido positivo con la vida	52 a más	39 a 51	25 a 38	Menos de 24
D2: Satisfacción con la vida	6 a 12	13 a 18	19 a 24	25 a más
D3 Realización personal	6 a 12	13 a 18	19 a 24	25 a más
D4: Alegría de vivir	4 a 8	9 a 12	13 a 16	17 a más

Fuente: Alarcón, R. (2006, p. 10).

Tabla 6*Norma estándar para evaluar los niveles de felicidad*

Categoría	Muy bajo	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
Felicidad	27 – 87	88 - 95	96 - 110	111 - 118	119 – 135

Fuente: Alarcón, R. (2006, p. 10).

Tabla 7

Coefficiente de fiabilidad del instrumento de ansiedad

Ansiedad		Felicidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos	Alfa de Cronbach	N de elementos
,953	21	,643	27

El coeficiente Alfa Cronbach del instrumento de ansiedad presenta un coeficiente de 0.953 con 21 ítems, mientras que el cuestionario de felicidad presenta 0.843 con 27 ítems, lo cual indica un nivel de confiabilidad favorable por superar el 0.700, manifestando estabilidad en la aplicación a la muestra de investigación para la detección de los datos.

3.5 Técnicas de procesamiento y análisis de datos

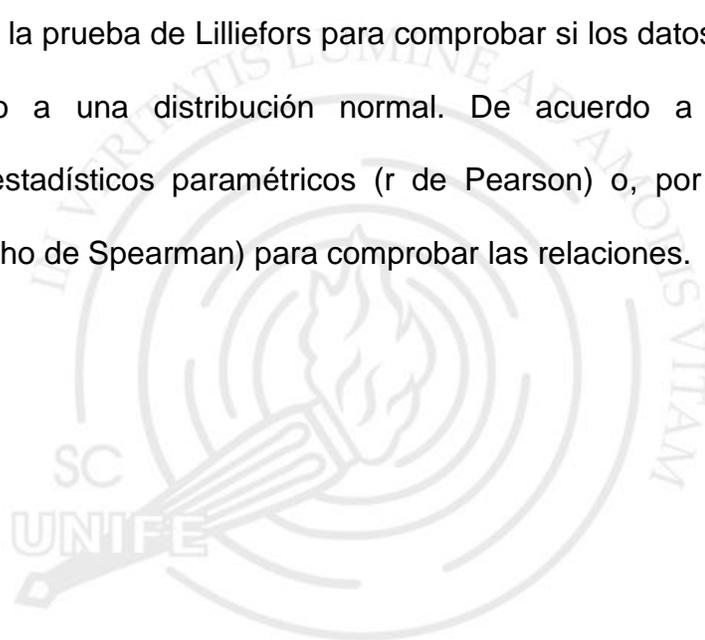
Para hacer efectiva la investigación se solicitó los permisos respectivos a las instituciones inmersas en el estudio, los consentimientos informados previo a la evaluación y se brindó la información necesaria para resolver las preguntas de cada prueba.

En la etapa de procesamiento y análisis de los datos de las mediciones realizadas para estudiar las variables empleamos técnicas de encuesta mediante la aplicación de los cuestionarios que son escalas de tipo Likert, con la finalidad de identificar los puntajes de ansiedad y estrés percibido los cuales fueron sometidos a un análisis porcentual, para ello se realizó lo siguiente:

Se codificaron los cuestionarios y se digitó las respuestas en una base de datos preparada a través del software Microsoft Excel 2016. Luego la base de datos

fue trasladada al programa de operaciones estadísticas SPSS V. 27.00 que nos permitió realizar los análisis psicométricos, descriptivos e inferenciales de las variables antes explicadas.

Para el análisis descriptivo se procedió a utilizar cuadros y gráficos para mostrar los resultados según los objetivos planteados. Para el análisis inferencial se aplicó la prueba de ajuste a la curva de normalidad de Kolmogorov-Smirnov con la corrección de la prueba de Lilliefors para comprobar si los datos presentaban un patrón ajustado a una distribución normal. De acuerdo a este ajuste se seleccionaron estadísticos paramétricos (r de Pearson) o, por otra opción, no paramétricos (Rho de Spearman) para comprobar las relaciones.



CAPÍTULO IV RESULTADOS

En este capítulo se presentan los hallazgos del estudio, estos se detallan de la siguiente manera: primero los análisis descriptivos de las variables de investigación, luego con la comprobación de “Kolmogorov-Smirnov” con la corrección de “Lilliefors” para analizar el ajuste a la normalidad de los datos, y por último, la contratación de las hipótesis.

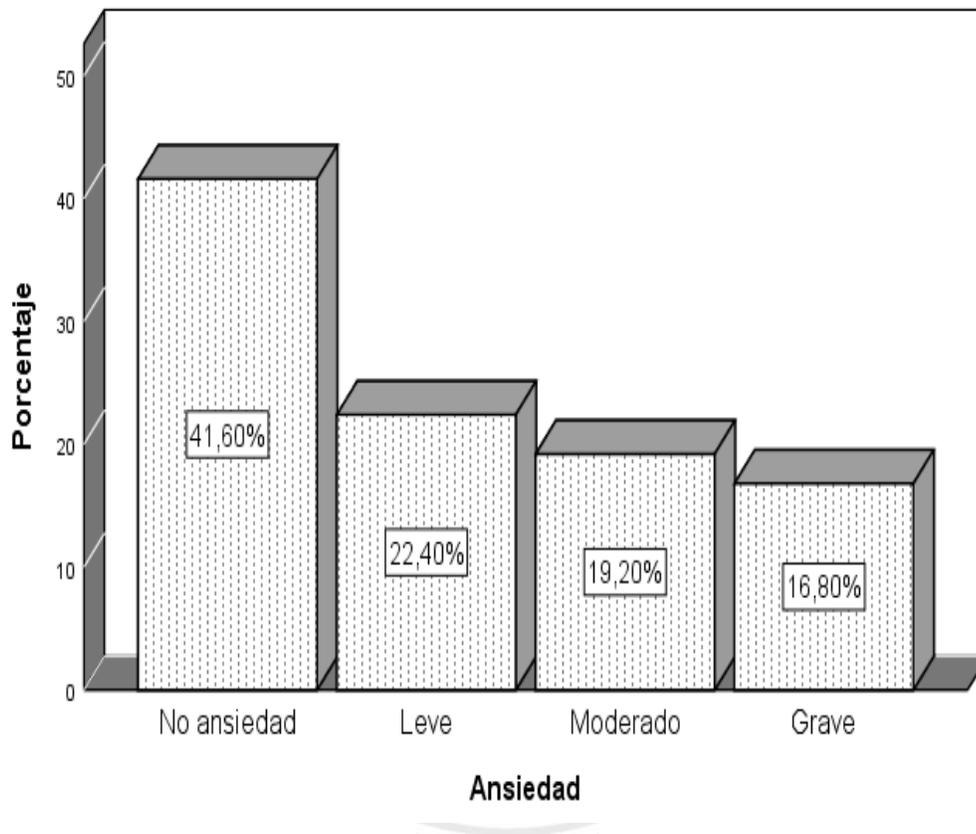
4.1 Descripción de resultados

Se procesaron los resultados a partir de las puntuaciones de la ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador, posteriormente se aplicó el proceso de transformación de las puntuaciones para obtener las calificaciones de los niveles.

Con respecto al análisis que se observan en la siguiente figura, se puede identificar los niveles de la ansiedad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador, se aprecia que el 41.60% de los encuestados no presentan ansiedad, mientras que en el 22.4% presenta ansiedad leve, en el 19.2% el nivel es moderado y el 16% presenta un nivel grave esto en cuanto a los niveles de ansiedad.

Figura 1

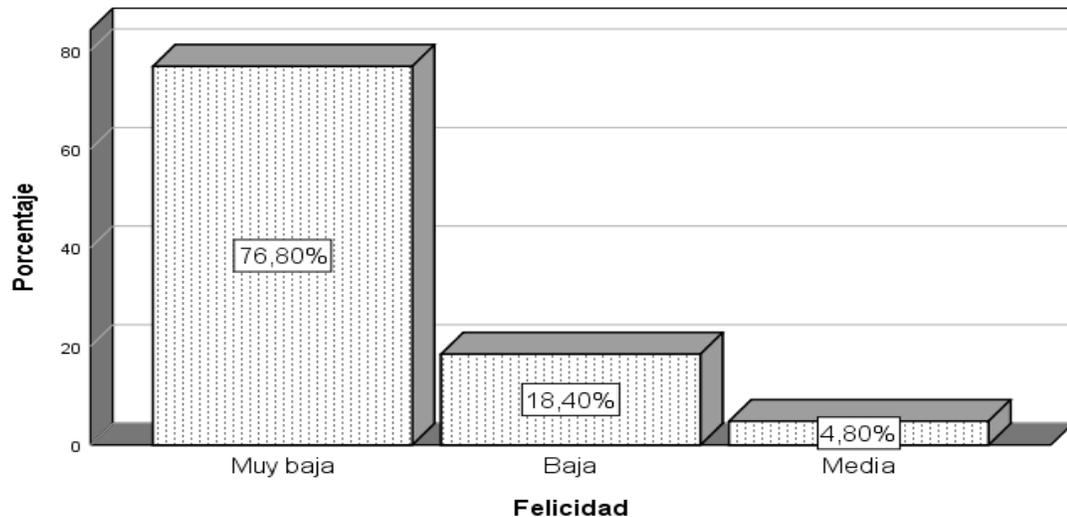
Niveles porcentuales de la ansiedad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.



En cuanto a los niveles de la variable felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador, se tiene que un 76.8% de los encuestados presentan muy bajo nivel de felicidad, el 18.4% presenta bajo nivel de felicidad y el 4.80% presentan un nivel medio de felicidad, así como se visualiza en el siguiente gráfico.

Figura 2

Distribución de frecuencias por nivel de la felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.



En cuanto a los factores de la felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador, se aprecia a la dimensión alegría de vivir como una de las dimensiones con más bajo nivel, de los cuales el 7.2% presenta muy bajo nivel, mientras que el 9.6% bajo nivel, el 25.6% medio nivel, así mismo, el 35.2% alto nivel y el 22.4% presenta muy alto nivel de alegría de vivir.

En cuanto a la dimensión realización personal, el 4.8% presenta un nivel muy bajo, mientras que el 19.2% su nivel es bajo, el 44.8 % está en el nivel medio, el 26.4% presenta alto nivel y el 4.8% perciben muy alto nivel.

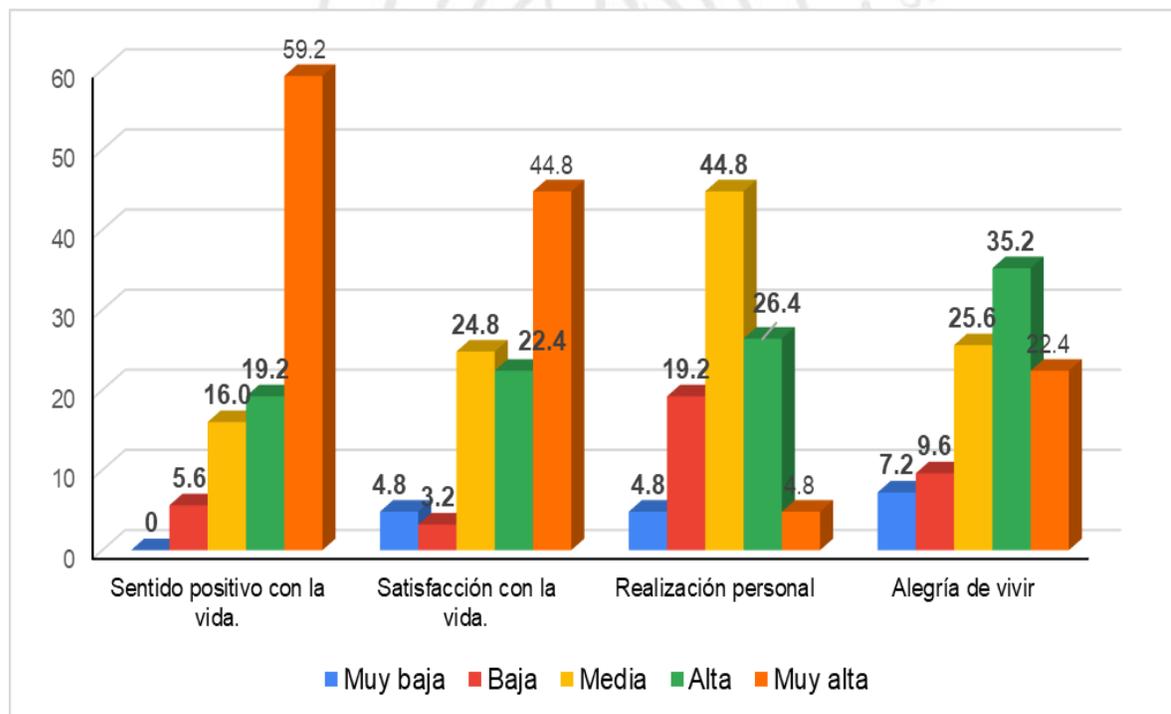
En cuanto al factor satisfacción con la vida, se tiene un 4.8% que perciben muy bajo nivel, mientras que el 3.2% el nivel es bajo, en el 24.8% mantiene un nivel

medio, mientras que el 22.4% de los encuestados perciben alto nivel y el 44.8% presentan el nivel muy alto en cuanto a satisfacción con la vida.

Finalmente, en cuanto al factor sentido positivo con la vida, donde 0 % se muestra en el nivel muy bajo, el 5.6% de los encuestados presentan bajo nivel, mientras que el 16% percibe un nivel medio, el 19.2% presentan alto nivel y el 59.2% de los encuestados perciben muy alto nivel en cuanto al sentido positivo con la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador

Figura 3

Niveles de las dimensiones de la felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.



4.2 Prueba de normalidad

Tabla 8

Evaluación de ajuste a la normalidad de las variables ansiedad y felicidad y de sus dimensiones

	Kolmogorov-Smirnov-Lilliefors		
	Estadístico	gl	Sig.
Ansiedad	,165	125	,000
Felicidad	,100	125	,004
Sentido positivo con la vida.	,102	125	,003
Satisfacción con la vida.	,101	125	,003
Realización personal	,088	125	,019
Alegría de vivir	,149	125	,000

Hipótesis

Ho. Los datos presentan distribución normal

Ha. Los datos no presentan distribución normal

Nivel de significación estadística $\alpha = 0.05$

Decisión de prueba

P valor < 0.05 rechazar la hipótesis nula

P valor ≥ 0.05 aceptamos la hipótesis nula

En conclusión, los resultados que muestra la tabla, permiten detectar que los datos no presentan distribución normal puesto que $p_valor < 0.05$ (sig. < 0.05) implica descartar la hipótesis nula, por lo que se asumirán pruebas no paramétricas para la contratación de la hipótesis; para el efecto del estudio se asumirán al coeficiente de correlación de Spearman.

4.3 Contrastación de hipótesis

4.3.1 Hipótesis general de la investigación

Los resultados numéricos que se exponen en la tabla 9, muestran el uso de estadísticos para comprobar el rango de correlación entre los constructos, hallándose una Rho de Spearman = -0.245 representando una baja correlación inversa frente al (grado de significación estadística) $p < 0,05$, por lo que la decisión es rechazar la hipótesis nula y debemos conservar la hipótesis alterna, concluyendo que existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

H.o No existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

H.g Existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

Nivel de significación estadística: $\alpha = 0.05$

Por las cualidades métricas del instrumento-encuesta y la evaluación de la hipótesis de datos no normales, se utilizó al estadístico de prueba Rho de Spearman de acuerdo con Vallecillos (1996).

Tabla 9

Grado de correlación y nivel de significancia entre ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

			Ansiedad	Felicidad
Rho de Spearman		Coeficiente de correlación	1,000	-,245*
	Ansiedad	Sig. (bilateral)	.	.006
		N	125	125
		Coeficiente de correlación	-,245*	1,000
Felicidad		Sig. (bilateral)	,006	.
		N	125	125

4.3.2 Hipótesis específica

Hipótesis específica 1

H.0 No existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad, en su dimensión: sentido positivo de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

H.1 Existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad, en su dimensión: sentido positivo de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

Continuando con la comprobación de objetivos específicos, se muestra en la tabla 10 adjunta, el grado de correlación entre la variable “Ansiedad” y dimensión “Sentido positivo con la vida” obteniéndose una el Rho de Spearman de - 0.411 confirmando una moderada relación negativa, frente al (grado de significación estadística) $p < 0,05$, por lo que la decisión a tomar es rechazar la hipótesis nula y se opta por conservar la hipótesis alterna, afirmando que existe relación significativa inversa entre ansiedad y felicidad en su dimensión: sentido positivo de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

Tabla 10

Grado de correlación y nivel de significación relación entre la ansiedad y felicidad, en su dimensión: sentido positivo de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

			Ansiedad	Sentido positivo con la vida.
Rho de Spearman	Ansiedad	Coefficiente de correlación	1,000	-,411**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	125	125
	Sentido positivo con la vida	Coefficiente de correlación	-,411**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	125	125

Hipótesis específica 2

H.0 No existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad en su dimensión: satisfacción de la vida, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

H.2 Existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad en su dimensión: satisfacción de la vida, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

En la tabla 11 que se muestra el grado de correlación entre la variable “ansiedad” y dimensión “Satisfacción con la vida” medida con una Rho de Spearman de -0.480 confirmando una relación negativa entre los constructos y con significación estadística $p < 0,05$, rechazando la hipótesis nula y aceptando la hipótesis alterna, por lo que se puede afirmar que existe relación estadísticamente

significativa e inversa entre ansiedad y felicidad en su dimensión: satisfacción de la vida, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

Tabla 11

Grado de correlación y nivel de significación relación entre ansiedad y felicidad, en su dimensión: satisfacción de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

			Ansiedad	Satisfacción con la vida.
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	1,000	-,480**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	125	125
	Satisfacción con la vida	Coeficiente de correlación	-,480**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	125	125

Hipótesis específica 3

H.0 No existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad en su dimensión: realización personal, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

H.3 Existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad en su dimensión: realización personal, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

En tabla 12 se muestra una Rho de Spearman -0.420 confirmando una moderada relación negativa entre las variables “ansiedad” y dimensión “realización personal”, con $p < 0,05$, por lo que se decide rechazar la hipótesis nula y conservar la hipótesis alterna, afirmando que existe relación estadísticamente significativa

entre ansiedad y felicidad en su dimensión: realización personal, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

Tabla 12

Grado de correlación entre ansiedad y felicidad, en su dimensión: realización personal durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

			Ansiedad	Realización personal
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	1,000	-,420**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	125	125
	Realización personal	Coeficiente de correlación	-,420**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	125	125

Hipótesis específica 4

H.0 No existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad en su dimensión: alegría de vivir, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

H.4 Existe relación estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad en su dimensión: alegría de vivir, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

Finalmente, en la tabla 13 se muestra una Rho de Spearman -0.448 confirmando una mediana relación negativa entre la variable “ansiedad” y dimensión “alegría de vivir”, con $p < 0,05$, optando por rechazar la hipótesis nula y decidir la aceptación de la hipótesis alterna, afirmando que existe una relación

estadísticamente significativa entre ansiedad y felicidad en su dimensión: alegría de vivir, durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

Tabla 13

Grado de correlación entre ansiedad y felicidad, en su dimensión: alegría de vivir durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

			Ansiedad	Alegría de vivir
Rho de Spearman	Ansiedad	Coefficiente de correlación	1,000	-,448**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	125	125
	Alegría de vivir	Coefficiente de correlación	-,448**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	125	125

Los resultados muestran con respecto a la relación entre la felicidad y la ansiedad de los hombres muestra un coeficiente de -0.08, lo que evidencia una relación inversa muy baja y a la vez $p_valor > 0.05$, lo que significa que la relación no es estadísticamente significativa.

Mientras que la relación de la ansiedad y la felicidad en las mujeres, muestra un coeficiente de -0.347 detectándose una relación baja e inversa, además $p_valor < 0.05$ lo que evidencia que si existe una relación estadísticamente significativa en mujeres adultas con relación a las variables mencionadas.

Tabla 14

Coeficiente de correlación entre la felicidad y ansiedad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador

Estadísticos		Felicidad	
		Femenino	Masculino
Ansiedad	Coeficiente de correlación	-0.347	-0.081
	Sig. (bilateral)	0.002	0.577
	N	75	50



CAPÍTULO V: DISCUSIÓN DE RESULTADOS

De acuerdo con los hallazgos sobre la relación entre la felicidad y ansiedad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador, en el Sector 3, Grupo 18, se puede evidenciar la existencia de una relación inversa ($\rho = -0.245$) y estadísticamente significativa ($p = .006$), entre la ansiedad y felicidad. De esta manera contrastando los hallazgos estadísticos de la investigación actual con los antecedentes, en función del objetivo principal, Martinelli et al. (2021) hallaron también resultados más altos en la relación de ansiedad y felicidad ($r = -0.48$; $p < .01$), durante el periodo de confinamiento en varios países de Europa en simultaneo y otros países del resto del mundo, por lo que los participantes reportaban niveles inusuales en las emociones sentidas, el aburrimiento en las actividades realizadas, la calidad del sueño y el ritmo diario. Este escenario fue diferente al vivido por los adultos de Villa el Salvador durante el 2020 y 2021 porque el confinamiento no fue aplicado correctamente en este país y durante esos años, esto puede explicar porque la relación hallada en este estudio fue menor a la relación hallada por Martinelli et al. (2021). Así mismo, el resultado de este estudio se sustenta teóricamente a partir de la posición de Duckworth et al. (2005) quienes mencionan que existe tres vías fundamentales por las cuales una persona puede acercarse a conseguir la felicidad, que es de duración breve si se consigue maximizando estados emocionales positivos y minimizando estados emocionales negativos con relación con pasado, presente y futuro. También sugieren poner en práctica las habilidades personales destacadas con la finalidad de mejorar el número de

experiencias y finalmente los objetivos que van más allá de uno mismo estos generalmente logran una felicidad más duradera, de tal manera que la ansiedad será un motivador del cambio en los niveles de felicidad. Así también, para el teórico Martin Seligman, la felicidad, ya sea en sus variantes de vida placentera, vida comprometida o vida significativa, puede tener un efecto psicológico protector ante patologías del comportamiento humano (Seligman, 2002).

A continuación, ambas investigaciones mantuvieron una conceptualización similar del constructo de ansiedad, ya que aplicaron escalas provenientes de la teoría de Beck, quien señala que los individuos que padecen trastorno de ansiedad poseen una estructura cognoscitiva de tipo disfuncional que genera sesgos en muchas áreas del procesamiento de la información, que al ser aplicada para analizar e interpretar la realidad.

Continuando con la contrastación de los antecedentes y el resultado hallado en el presente estudio, Wang et al. (2021) tuvieron la oportunidad de evaluar en cuatro tiempos distintos la relación entre el bienestar subjetivo (felicidad) de las personas y la ansiedad por COVID-19, en adultos chinos durante los años 2020 y 2021. En comparación con las características sociales y condiciones de confinamiento con la muestra de esta investigación, se la compara con los tiempos 2 ($r = -0.79$) y tiempo 3 (r en tiempo 0 = -0.73) de la investigación de Wang et al. (2021) hallándose correlaciones altas ($r > 0.5$) el bienestar subjetivo (felicidad) y la ansiedad por COVID-19, destacando la similitud en las medidas con nuestra investigación.

También es importante y necesario señalar datos similares a la presente investigación en un estudio que evidencia la relación entre la ansiedad y la felicidad sin la presencia del contexto de COVID-19. Se ha encontrado esta relación en Milić, Skrlec et al. (2019) en una muestra de 562 estudiantes de medicina y enfermería provenientes de una universidad de Croacia ($r = -0.325$; $p < .01$); Silva y Figueiredo-Braga (2018) en una muestra de 410 estudiantes de farmacia de una universidad de Portugal ($R^2 = 0.367$); y Baltacı (2019) en una muestra de 312 estudiantes de una universidad de Turquía ($r = -0.457$; $p < .01$). Estos estudios fueron aplicados en adultos y usando instrumentos de similares características a los empleados en esta investigación.

En cuanto a la primera hipótesis específica, con respecto al grado de correlación entre la variable ansiedad y la dimensión sentido positivo de la vida de la variable felicidad, se evidenció un coeficiente de Rho de Spearman de -0.411 , lo cual indica una moderada relación negativa entre las variables mencionadas, con un grado de significación estadística. Este resultado nos muestra que a más ansiedad se disminuirá el sentido positivo de la vida y viceversa. Una explicación teórica a este hallazgo la podemos hallar en Alarcón (2009), quien menciona que este factor implica la no-presencia de estados depresivos, vacíos existenciales, intranquilidad, fracaso, pesimismo, etc., esto indica niveles de felicidad que se traducen en actitudes y experiencias positivas de la vida, considerando la felicidad, estar libre todo estado depresivo severo y lograr tener sentimiento positivo hacia sí mismo y hacia la vida. Para el caso de estudios empíricos, Yıldırım y Güler (2021) concluyeron en su principal hallazgo que la positividad media el vínculo entre el

riesgo percibido relacionado con COVID-19, la angustia por muerte y la felicidad. Esto quiere decir que, tener niveles más altos de positividad está relacionado con niveles más altos de felicidad y niveles más bajos de angustia psicológica.

Asimismo, en cuanto a la segunda hipótesis específica, con respecto al grado de correlación entre la variable ansiedad y la dimensión satisfacción de la vida, de la variable felicidad, se evidencio un coeficiente de Rho de Spearman de -0.480, significa que existe una relación inversa entre las variables antes mencionadas, con un grado de significancia estadística ($p < 0,05$). Al respecto, Alarcón (2006) sostiene que la persona debe tener un estado de equilibrio interno y de satisfacción plena para lograr tener felicidad. Así mismo, en un estudio mundial De Pedraza, Guzi et al. (2020) exploraron los determinantes relacionados con COVID-19 de la insatisfacción con la vida y los sentimientos de ansiedad utilizando datos recopilados en 25 países. Hallaron que las personas con mejor salud general, con un trabajo remunerado, viviendo con una pareja, haciendo ejercicio diario y aquellas que evitan la soledad reportan menos insatisfacción y menos ansiedad.

Así también, en cuanto a la tercera hipótesis específica, con respecto al grado de correlación entre la variable ansiedad y la dimensión realización personal de la variable felicidad, se evidencia un coeficiente del Rho de Spearman -0.420 que demuestra una moderada relación inversa negativa entre las variables antes mencionadas, con un grado de significación estadística $p < 0,05$. Alarcón (2006) define este factor como la expresión de la felicidad plena; menciona “autosuficiencia, autarquía, tranquilidad emocional, placidez; todas son condiciones para mantener un estado de felicidad completa” y debe atenderse no equivocadamente como algo

temporal. Queda claro que un mal estado emocional, intranquilidad e inseguridad etc., puede llevar a disminuir la realización personal de una persona. En cuanto a la evidencia, se halló un resultado similar en Silva y Figueiredo-Braga (2018), quienes mediante el método de regresión lineal estudiaron a la felicidad como variable predictora de la satisfacción académica, la ansiedad-depresión y el estrés, hallándose una R^2 de 0.367 y coeficientes B para la satisfacción académica (0.202) y la ansiedad-depresión (- 0.261).

Sobre la última dimensión, los resultados de la cuarta hipótesis específica del grado de correlación entre la variable ansiedad y la dimensión, alegría de vivir de la variable felicidad, se evidenció un coeficiente del Rho de Spearman -0.448, indicando una moderada relación negativa entre la variable y la dimensión mencionada, mostrando un grado de significación estadística $p < 0,05$. Para Alarcón (2006) la alegría de vivir, define este factor “optimismo, alegría que en buena cuenta es expresión de felicidad y lo maravillosos que es vivir”. Esto indica que la alegría de vivir expresa las experiencias percibidas como positivas y los ejemplos de la expresión “sentirse bien”.

Los resultados muestran con respecto a la relación entre la felicidad y la ansiedad de los hombres un coeficiente de -0.08, lo que evidencia una relación inversa muy baja y a la vez $p_valor > 0.05$, lo que significa que la relación no es estadísticamente significativa. Mientras que la relación de la ansiedad y la felicidad en las mujeres, muestra un coeficiente de -0.347 detectándose una relación baja e inversa, además $p_valor < 0.05$ lo que evidencia que si existe una relación estadísticamente significativa en mujeres adultas con relación a las variables

ansiedad y felicidad en hombres y mujeres adultos del distrito de Villa El Salvador. De Pedraza, Guzi et al. (2020) en su investigación con datos recopilados en 25 países, encontraron que las mujeres reportan sentimientos de ansiedad con más frecuencia que los hombres, coincidiendo con el presente estudio. Esto también concuerda con Pulido y Herrera (2018) quienes mencionan que el género funciona como una variable predictora de la Ansiedad, ya que las mujeres puntúan un nivel más alto en comparación de los varones.

Finalmente, se ha comprobado la relación entre ansiedad y felicidad en adultos del distrito de Villa el Salvador (Lima) y las investigaciones que han servido para comparar el estado de la investigación en otras muestras indican la participación de otras variables que pueden tomar un rol moderador o un rol predictor, por lo que se vuelve relevante explorar estas variables psicosociales y demográficas.

CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

En el capítulo final, se expone las conclusiones extraídas de los resultados y la discusión; asimismo, se expone las recomendaciones en el panorama investigativo y aplicativo.

6.1. Conclusiones

1. Se identificaron los niveles de la ansiedad en los adultos encuestados, donde se aprecia que el 41.60% no presentan ansiedad, en el 22.4% presentan ansiedad leve, en el 19.2% el nivel es moderado y en el 16% presenta un nivel grave.
2. Los Adultos encuestados de la muestra de estudio poseen en mayoría un nivel muy bajo en felicidad, correspondiente a un 76.8%, el 18.4% presenta bajo nivel de felicidad y el 4.8% presentan un nivel medio de felicidad.
3. En cuanto a las dimensiones de la felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador, se aprecia a la dimensión, alegría de vivir como una de las dimensiones con más bajo nivel, de los cuales el 7.2% presenta muy bajo nivel, mientras que el 9.6% bajo nivel, el 25.6% medio nivel, así mismo, el 35.2% alto nivel y el 22.4% presenta muy alto nivel de alegría de vivir.
4. En cuanto a la dimensión, realización personal, el 4.8% presenta un nivel muy bajo, mientras que el 19.2% su nivel es bajo, el 44.8 % está en el nivel medio el 26.4% presenta alto nivel y el 4.8% perciben muy alto nivel.

5. En cuanto a la dimensión satisfacción con la vida, se tiene un 4.8% que perciben muy bajo nivel, mientras que el 3.2% el nivel es bajo, en el 24.8% mantiene un nivel medio, mientras que el 22.4% de los encuestados perciben alto nivel y el 44.8% presentan el nivel muy alto en cuanto su satisfacción con la vida.
6. Finalmente, en cuanto a la dimensión sentido positivo con la vida, donde 0 % se muestra en el nivel muy bajo, el 5.6% de los encuestados presentan bajo nivel, mientras que el 16% percibe un nivel medio, el 19.2% presentan alto nivel y el 59.2% de los encuestados perciben muy alto nivel en cuanto al sentido positivo con la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.
7. Se halló una correlación estadísticamente significativa ($p < 0,05$), inversa y pequeña (Rho de Spearman = -0.245) entre ansiedad y felicidad durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.
8. Se halló una correlación estadísticamente significativa ($p < 0,05$), inversa y moderada (Rho de Spearman = -0.411) entre ansiedad y la dimensión, sentido positivo de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.
9. Se halló una correlación estadísticamente significativa ($p < 0,05$), inversa y moderada (Rho de Spearman = -0.480) entre ansiedad y la dimensión, satisfacción de la vida durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.

10. Se halló una correlación estadísticamente significativa ($p < 0,05$), inversa y moderada (Rho de Spearman = -0.420) entre ansiedad y la dimensión, realización personal durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.
11. Se halló una correlación estadísticamente significativa ($p < 0,05$), inversa y moderada (Rho de Spearman = -0.448) entre ansiedad y la dimensión, alegría de vivir durante la pandemia en adultos de Villa El Salvador.
12. Se halló una correlación estadísticamente no significativa ($p < 0,05$) y nula (Rho de Spearman = -0.08) entre ansiedad y felicidad en la muestra de hombres adultos del distrito de Villa El Salvador durante la pandemia.
13. Se halló una correlación estadísticamente significativa ($p < 0,05$), inversa y moderada (Rho de Spearman = -0.347) entre ansiedad y felicidad en la muestra de mujeres adultas del distrito de Villa El Salvador durante la pandemia.

6.2. Recomendaciones

1. Realizar más estudios sobre el tema dirigido a mujeres y posteriormente desarrollar programas de intervención que ayuden a la mujer a superar sus problemas de ansiedad, el manejo de sus emociones, empoderamiento para enfrentar situaciones estresantes y de esta manera evitar que sus niveles de felicidad o bienestar subjetivo disminuya.
2. Estudiar más la variable felicidad en nuestro contexto local, para generar programas de intervención que logren que los jóvenes puedan aprender a ser felices, superando obstáculos que evitan que obtenga este bienestar.
3. Proponer y ejecutar estudios más extensos con una muestra más grande y emplear instrumentos que tomen en cuenta otros aspectos relacionados a la ansiedad y con la felicidad así lograr resultados más certeros en diferentes estratos sociales, demográficos y culturales.
4. Capacitar competencialmente a los docentes y tutores a fin de que puedan ejecutar talleres fortalecimiento en manejo de emociones en las escuelas dirigidas a adolescentes para ir generando estilos de vida más saludables y afrontamiento a la ansiedad que contribuya al mejoramiento de la salud mental.

REFERENCIAS

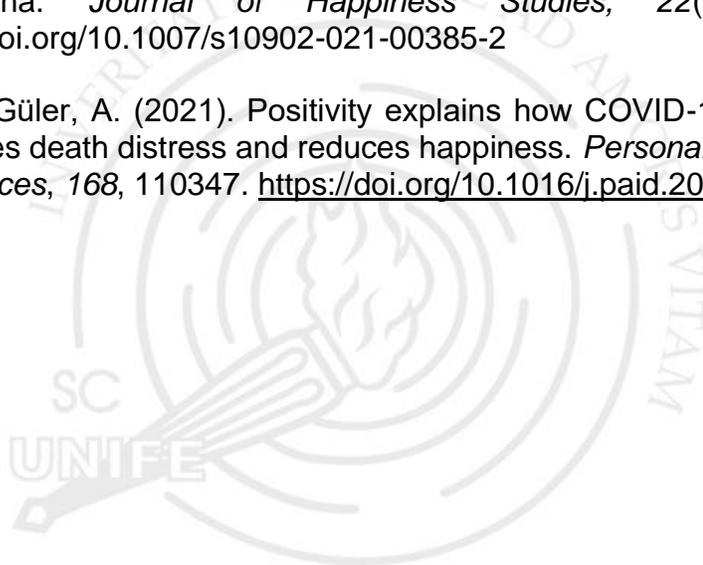
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 40(1), 99-106.
- Alarcón, R. (2009). *Psicología de la felicidad. Introducción a la psicología positiva*. Ed. Universitaria.
- American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000165-000>
- Baltacı, Ö. (2019). The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness. *International Journal of Progressive Education*, 15(4), 73-82. <https://doi.org/10.29329/ijpe.2019.203.6>
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. (1988). *Beck Anxiety Inventory* [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t02025-000>
- Bower, G. H. (1981). Mood and memory. *American psychologist*, 36(2), 129-148. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.36.2.129>
- Bonilla, A. (2019) *Felicidad en estudiantes universitarios voluntarios y no voluntarios de Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. <http://hdl.handle.net/20.500.11955/663>
- Buettner, D. (2017, Noviembre). The Search for Happiness: What we can learn from Costa Rica, Denmark, and Singapore – the most joyful places on the planet. *National Geographic*, 232(5), 30-59.
- Cantril, H. (1965). *The pattern of human concerns*. Rutgers University Press.
- Castillo, M. Y. (2019) *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de la carrera de psicología en una universidad privada de Lima Norte, 2018* (Tesis de licenciatura). Repositorio de la Universidad Privada del Norte. Recuperado de <http://hdl.handle.net/11537/23148>
- Capuccino, C. (2013). Happiness and Aristotle's Definition of Eudaimonia, *Philosophical Topics*, 41(1), 1-26.

- Dalton, J. & Wolfe, S. (2012). Joint Column: Education Connection and The Community Practitioner. *The Community Psychologist*, 45(4), 7-14.
- Domínguez, R. e Ibarra, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y palabra*, 21(96), 660-679. <https://www.redalyc.org/pdf/1995/199551160035.pdf>
- De Pedraza, P.; Guzi, M.; & Tijdens, K. (2020). *Life Dissatisfaction and Anxiety in COVID-19 pandemic* (MUNI ECON Working Paper N.º 2020-03). Masaryk University, Faculty of Economics and Administration. <http://hdl.handle.net/10419/237408>
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffen, Sharon. (1985a). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Suh E., Lucas, R. y Smith, H. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 267-302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Diener, E., & Oishi, S. (2004). Are Scandinavians happier than Asians? Issues in comparing nations on subjective well-being. En: F. Columbus (Ed.), *Asian economic and political issues*, 20, 1-25.
- Duckworth, A. L., Steen, T. A., & Seligman, M. E. (2005). Positive psychology in clinical practice. *Annual review of clinical psychology*, 1(1), 629-651.
- Flynn, D. M., & MacLeod, S. (2015). Determinants of happiness in undergraduate university students. *College Student Journal*, 49(3), 452-460.
- Karaşar, B., & Baytemir, K. (2018). Need for Social Approval and Happiness in College Students: The Mediation Role of Social Anxiety. *Universal Journal of Educational Research*, 6(5), 919-927.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana.
- León, M. (2018) *Felicidad en estudiantes universitarios de Psicología en una Universidad Privada de Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/2482>

- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803-855.
- Mahinay, I.K., Rollan, D., Punzalan, C., Reyes, J.M., Tus, J., (2022). La felicidad y su relación con la ansiedad de los estudiantes de secundaria durante la pandemia de COVID-19. *Psicología y educación: una revista multidisciplinaria*, 2(2), 143-148. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6565350>
- Martinelli, N., Gil, S., Belletier, C., Chevalère, J., Dezechache, G., Huguet, P., & Droit-Volet, S. (2021). Time and Emotion During Lockdown and the Covid-19 Epidemic: Determinants of Our Experience of Time?. *Frontiers in Psychology*, 11, 616169. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.616169>
- Ministerio De Salud. (2019) Análisis de la situación de salud del distrito de Villa El Salvador ASIS / DIRIS Lima Sur. <https://www.dge.gob.pe/portal/docs/asislina2019/>
- Ministerio De Salud. (2020) Guía técnica para el cuidado de la salud mental del personal de la salud en el contexto del COVID-19 (R.M. N° 180-2020-MINSA) / Ministerio de Salud. Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Salud Pública. Dirección de Salud Mental. Ministerio de Salud del Perú.
- Milić, J., Škrlec, I., Milić Vranješ, I., Podgornjak, M., & Heffer, M. (2019). High levels of depression and anxiety among Croatian medical and nursing students and the correlation between subjective happiness and personality traits. *International Review of Psychiatry*, 31(7-8), 653-660. <https://doi.org/10.1080/09540261.2019.1594647>
- Mowrer, O. H. (1960). *Learning theory and behavior*. John Wiley.
- Obando, R., Arévalo-Ipanaqué, J. M., Aliaga, R. & Obando, M. (2020). Ansiedad, estrés y depresión en enfermeros de emergencia Covid-19. *Index de Enfermería*, 29(4), 225-229.
- OIT, (2016). *Estrés en el trabajo: Un reto colectivo*. Organización internacional del Trabajo. https://www.ilo.org/safework/info/publications/WCMS_466549/lang-es/index.htm
- OMS. (2016). *La inversión en el tratamiento de la depresión y la ansiedad tiene un rendimiento del 400%*. 13 de abril de 2016. <https://www.who.int/mediacentre/news/releases/2016/depression-anxiety-treatment/es>

- OMS. (2019). *Salud mental en el lugar de trabajo*. mayo de 2019. <https://www.who.int/mental-health/in-the-workplace/es/>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. American Psychological Association/New York: Oxford University Press.
- Pineda, A. (2019) *Nivel de Ansiedad y Estrés Laboral en Trabajadores de Vigilancia Privada Asociados a Características Laborales. Tacna, 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada de Tacna]. <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/687>
- Pulido, F., & Herrera, F. (2018). Predictores de la ansiedad, la felicidad y la inteligencia emocional en un contexto multicultural. *Ciencias Psicológicas*, 12(2), 195-204. <https://doi.org/10.22235/cp.v12i2.1682>
- Rivera, C. (2022) *Positividad y felicidad en adultos del distrito de Los Olivos durante la pandemia por COVID-19* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1804>
- Sánchez, H. & Reyes, C. (2015). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. Editorial Bussines Suport
- Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M., & Benedek, D. M. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. *Psychiatry and clinical neurosciences*, 74(4), 281.
- Skinner, B.F. (1977). *Ciencia y conducta humana*. Fontanella
- Siegrist, J. (1996). Efectos adversos para la salud de las condiciones de alto esfuerzo/baja recompensa. *Revista de psicología de la salud ocupacional*, 1(1), 27-41.
- Silva, R. G., & Figueiredo-Braga, M. (2018). Evaluation of the relationships among happiness, stress, anxiety, and depression in pharmacy students. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 10(7), 903-910. <https://doi.org/10.1016/j.cptl.2018.04.002>
- Seligman, M. E. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Simon and Schuster.
- Thinley, J. (2012). *High level meeting on happiness and well-being: Defining a new economic paradigm*.

- Virues, R. (2005). Estudio sobre ansiedad. *Revista Psicología Científica.com*, 7(8), 1-6. <http://www.psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio/>
- Vila, J. (1984). Técnicas de reducción de ansiedad. In J. Mayor & F. J. Labrador (Eds.), *Manual de Modificación de conducta* (pp. 229- 264). Madrid: Alhambra
- Vallecillos, A. (1996). *Inferencia estadística y enseñanza: un análisis didáctico del contraste de hipótesis estadísticas*. Colección Mathema. Granada: Comares.
- Wang, Z., Luo, S., Xu, J., Wang, Y., Yun, H., Zhao, Z., Zhan, H., & Wang, Y. (2021). Well-Being Reduces COVID-19 Anxiety: A Three-Wave Longitudinal Study in China. *Journal of Happiness Studies*, 22(8), 3593-3610. <https://doi.org/10.1007/s10902-021-00385-2>
- Yıldırım, M., & Güler, A. (2021). Positivity explains how COVID-19 perceived risk increases death distress and reduces happiness. *Personality and Individual Differences*, 168, 110347. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110347>



APÉNDICE A

Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

“A continuación, se presenta una lista de síntomas comunes de ansiedad. Lea cuidadosamente cada ítem de la lista. Indique marcando con un aspa (x) cuánto le ha molestado cada uno de estos síntomas durante estos últimos 30 incluyendo el día de hoy.

ítem	Preguntas	En absoluto	Levemente	moderadamente	severamente
1	Entumecimiento muscular u hormigueo	0	1	2	3
2	Acalorado	0	1	2	3
3	Con temblor en las piernas	0	1	2	3
4	Incapaz de relajarme	0	1	2	3
5	Con temor de que pase lo peor	0	1	2	3
6	Mareado	0	1	2	3
7	Con latidos del corazón fuertes y acelerados	0	1	2	3
8	Inestable	0	1	2	3
9	Atemorizado o asustado	0	1	2	3
10	Nervioso	0	1	2	3
11	Con sensación de asfixia	0	1	2	3
12	Con temblores en la mano	0	1	2	3
13	Inquieto o inseguro	0	1	2	3
14	Con miedo a perder el control	0	1	2	3
15	Con sensación de ahogo	0	1	2	3
16	Con temor de morir	0	1	2	3
17	Con miedo	0	1	2	3
18	Con problemas digestivo	0	1	2	3
19	Con desvanecimiento o debilidad	0	1	2	3
20	Con rubor facial	0	1	2	3
21	Con sudores fríos o calientes (no debido a la temperatura del ambiente)	0	1	2	3

APÉNDICE B

Escala de Felicidad de Lima - Alarcón 2006

Examine cuidadosamente cada oración y luego marque con una X, en la columna de la derecha, el número que corresponda en base a la siguiente escala:

5	Totalmente de acuerdo	4	De acuerdo	3	Ni de acuerdo ni desacuerdo
2	En desacuerdo	1	Totalmente en desacuerdo		
1.-	En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.				
2.-	Siento que mi vida está vacía.				
3.-	Las condiciones de mi vida son excelentes.				
4.-	Estoy satisfecho con mi vida.				
5.-	La vida ha sido buena conmigo.				
6.-	Me siento satisfecho con lo que soy.				
7.-	Pienso que nunca seré feliz.				
8.-	Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes.				
9.-	Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en 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.				