



---

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**RELACIÓN ENTRE AUTOESTIMA Y EL BIENESTAR  
PSICOLÓGICO EN LOS ESTUDIANTES DEL TERCER  
GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA REPÚBLICA DEL PERÚ-TUMBES 2016.**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
PSICÓLOGO

AUTOR:

ERWING CRISMAR HELGUERO ALVAREZ

ASESORA:

LIC. LAIDY MABEL IRAZÁBAL ALAMO

TUMBES – PERÚ

2017

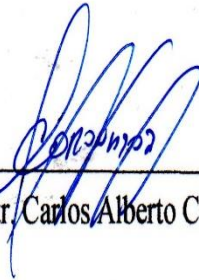
**JURADO EVALUADOR DE TESIS**



---

Mgtr. Pedro Fré Infante Sanjinéz

**Presidente**



---

Mgtr. Carlos Alberto Coronado Zapata

**Secretario**



---

Lic. Consuelo del Rosario Barreto Espinoza

**Miembro**



---

Lic. Laidy Mabel Irazábal Álamo

**Asesora**

## **AGRADECIMIENTO**

A la directora y estudiantes de la Institución Educativa “República del Perú”:

Por su apoyo incondicional brindado durante la ejecución de mi trabajo de investigación.

A mi asesora:

Por su valiosa contribución durante la elaboración del informe final de tesis.

Y a todas las personas que colaboraron para que este trabajo de tesis se haga realidad.

## **DEDICATORIA**

### **A mi Padre Celestial:**

Por darme la oportunidad de vivir y estar siempre conmigo en cada paso que doy y por fortalecer mi corazón, iluminar mi mente y haber puesto en mi camino a aquellas personas que han sido mi soporte y compañía durante todo el periodo de estudios universitarios.

### **A mis padres: Norma y Erwing.**

Por haberme apoyado en todo momento.

Por sus sabios y valiosos consejos.

Por sus valores.

Por la motivación constante que me ha permitido ser una persona de bien, pero más que nada, por su amor.

## RESUMEN

La investigación ejecutada se orientó a evaluar dos aspectos muy importantes de los estudiantes que se relacionan con el desempeño y rendimiento académico: la autoestima y el bienestar psicológico; tuvo como objetivo general, determinar la relación entre el nivel de autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” en Tumbes – 2016. Se utilizó una investigación de tipo descriptiva correlacional, la muestra estuvo constituida por 80 estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”, a quienes se les aplicó la escala de Rosenberg y la escala de bienestar psicológico.

La prueba Tau C de Kendall utilizada para establecer la correlación entre la autoestima y el bienestar psicológico de los estudiantes, permite concluir que no existe relación entre el nivel de autoestima y el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” en Tumbes. Los resultados que se obtuvieron son los siguientes: El nivel de autoestima en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” se encuentra en nivel alto con una participación del 60% y el nivel de bienestar psicológico se encuentra también en nivel alto, pero con una menor participación del orden del 51%. En relación con las dimensiones de la variable bienestar psicológico, se ha encontrado que estas se ubican en nivel alto. Así, el control tiene el 76,3%; la aceptación el 71,3%; vínculo el 65.0% y proyecto con el 60%.

**Palabras clave:** Autoestima, bienestar psicológico y estudiantes.

## **ABSTRACT**

The research carried out was oriented to evaluate two very important aspects of the students that are related to the performance and academic performance: the self-esteem and the psychological well-being; Had as a general objective to determine the relationship between the level of self - esteem and psychological well - being in third - grade students of the "Republic of Peru" educational institution in Tumbes - 2016. A correlational descriptive research was used, the sample was constituted by 80 students of the third grade of the educational institution "Republic of Peru", who were applied the Rosenberg scale and the scale of psychological well-being.

The Kendall Tau C test used to establish the correlation between self-esteem and the psychological well-being of the students allows us to conclude that there is no relation between the level of self-esteem and the level of psychological well-being in the third-grade students of the institution Educational "Republic of Peru" in Tumbes.

The results obtained are as follows: The level of self-esteem in the students of the third grade of the educational institution "Republic of Peru" is high level with a participation of 60% and the level of psychological well-being is also In high level, but with a smaller participation of the order of 51%. In relation to the dimensions of the psychological well-being variable, it has been found that these are located at a high level. Thus, the control has 76.3%; Acceptance 71.3%; Link 65.0% and project with 60%.

Key words: Self-esteem, psychological well-being and students.

# CONTENIDO

Pág.

<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>iii</b>
<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>iv</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>CONTENIDO</b> .....	<b>vii</b>
<b>INDICE DE TABLAS</b> .....	<b>ix</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b> .....	<b>x</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>1</b>
<b>II. REVISIÓN DE LA LITERATURA</b> .....	<b>10</b>
<b>2.1 Antecedentes</b> .....	<b>10</b>
<b>2.2. Bases teóricas de la investigación</b> .....	<b>17</b>
<b>2.2.1 Autoestima</b> .....	<b>17</b>
<b>2.2.1.1 Definición.</b> .....	<b>17</b>
<b>2.2.1.2 Características de la autoestima.</b> .....	<b>19</b>
<b>2.2.1.3 Importancia de la autoestima.</b> .....	<b>19</b>
<b>2.2.1.4 Elementos de la autoestima.</b> .....	<b>20</b>
<b>2.2.1.5 Desarrollo de la autoestima.</b> .....	<b>21</b>
<b>2.2.1.6 Tipos y niveles de Autoestima.</b> .....	<b>21</b>
<b>2.2.1.6.1. Alta autoestima.</b> .....	<b>22</b>
<b>2.2.1.7 Estados de la autoestima.</b> .....	<b>25</b>
<b>2.2.1.8 Factores que aportan al Desarrollo de Autoestima.</b> .....	<b>27</b>
<b>2.2.2 Bienestar psicológico</b> .....	<b>29</b>
<b>2.2.2.1 Concepciones.</b> .....	<b>29</b>
<b>2.2.2.2 Teorías.</b> .....	<b>33</b>
<b>2.2.2.3. Dimensiones</b> .....	<b>36</b>
<b>2.2.2.4 Escala de bienestar psicológico para adolescentes.</b> .....	<b>40</b>
<b>III. HIPÓTESIS</b> .....	<b>41</b>
<b>IV. METODOLOGÍA</b> .....	<b>42</b>
<b>4.1 Tipo y nivel de la Investigación</b> .....	<b>42</b>
<b>4.2 Diseño de investigación</b> .....	<b>42</b>

<b>4.3 Población y muestra</b> .....	<b>43</b>
<b>4.3.1 Población</b> .....	<b>43</b>
<b>4.3.2 Muestra</b> .....	<b>43</b>
<b>4.4. Definición y operacionalización de variables</b> .....	<b>44</b>
<b>4.4.1 Definición conceptual</b> .....	<b>44</b>
<b>4.4.2 Operacionalización de variables</b> .....	<b>45</b>
<b>4.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos</b> .....	<b>46</b>
<b>4.5.1 Técnicas</b> .....	<b>46</b>
<b>4.5.2 Instrumentos</b> .....	<b>46</b>
<b>4.6 Plan de análisis de datos</b> .....	<b>49</b>
<b>4.7 Principios éticos</b> .....	<b>50</b>
<b>V. RESULTADOS</b> .....	<b>51</b>
<b>5.2 Análisis de los resultados</b> .....	<b>56</b>
<b>VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b> .....	<b>60</b>
<b>6.1 Conclusiones</b> .....	<b>60</b>
<b>6.2 Recomendaciones</b> .....	<b>61</b>
<b>ASPECTOS COMPLEMENTARIOS</b> .....	<b>62</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>64</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>70</b>
<b>Anexo 1. ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG. (Cuestionario para medir el nivel de autoestima)</b> .....	<b>70</b>
<b>Anexo 2. Escala de BIEPS-J (Cuestionario para medir el bienestar psicológico)</b> .....	<b>71</b>
<b>Anexo 3. Validez y confiabilidad de la Escala de Autoestima de Rosenberg</b> .....	<b>72</b>
<b>Anexo 4. Validez y confiabilidad de la escala de BIEPS-J</b> .....	<b>73</b>
<b>Anexo 5: Consentimiento informado</b> .....	<b>74</b>
<b>Anexo 6: Autorización de la Dirección de la Institución Educativa “República del Perú”</b> .....	<b>75</b>
<b>Anexo 7: MATRIZ DE CONSISTENCIA</b> .....	<b>76</b>



## INDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>	
Tabla 1	Operacionalización de las variables	60
Tabla 2	Clasificación de los ítem de las dimensiones de la variable bienestar psicológico (Escala de bienestar psicológico BIEPS-J).	62
Tabla 3	Puntajes directos y percentiles de la Escala de bienestar psicológico BIEPS-J -J, según la muestra	62
Tabla 4	Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de autoestima en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.	66
Tabla 5	Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.	68
Tabla 6	Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de las dimensiones del bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.	70
Tabla 7	Tabla cruzada de la distribución de los niveles de autoestima y bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.	71
Tabla 8	Correlación de la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016. (Prueba Tau C de Kendall)	73

## ÍNDICE DE FIGURAS

		<b>Pág.</b>
Figura 1	Gráfico circular de la distribución porcentual del nivel de autoestima en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.	67
Figura 2	Gráfico circular de la distribución porcentual del nivel de bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.	69
Figura 3	Gráfico de barras de la distribución porcentual de los niveles de las dimensiones del bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.	70
Figura 4	Gráfico de columnas apiladas sobre la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico según sus niveles en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.	72

## I. INTRODUCCIÓN

El presente estudio, se deriva de la línea de investigación: variables psicológicas asociada a la pobreza material de los pobladores de los asentamientos humanos. La educación básica en los tiempos actuales no responde a los retos que plantea el mundo, situación que pone de relieve deficiencias de nuestro sistema escolar. Ello conlleva a sostener que las instituciones educativas, no se inserten a la comunidad en forma eficiente, no contribuyan con el desarrollo de capacidades, habilidades para vincular la vida de los estudiantes con el mundo laboral, de modo tal que les permita afrontar exitosamente los incesantes cambios que demanda la sociedad.

Sendos estudios de corte nacional e internacional realizados en las últimas décadas, tanto por la autoridad educativa y organismos no gubernamentales, nos conllevan a establecer que los niveles de rendimiento académico en las instituciones de Educación Básica Regular, principalmente en las áreas curriculares fundamentales: comprensión lectora y razonamiento lógico matemático han descendido significativamente; situación que no es ajena a la institución educativa “República del Perú”. Dentro de las diversas causas que provocan esta situación, se enlistan la falta de adaptación al sistema escolar de los estudiantes con una baja autoestima.

La autoestima, al ser definida por la OMS (citado por Castañeda, 2013) como la percepción personal que tiene un individuo de su situación vivir, en el cual influye los valores y la cultura que vive a sus expectativas e intereses; como la autovaloración de uno mismo, de la propia personalidad, de las actitudes y de las habilidades, que son los aspectos que constituyen la base de la identidad personal y que, además, se construye desde la infancia y depende de la forma de relación con las personas significativas, principalmente los padres.

Según Carl Rogers (citado por Barba, 2013), la autoestima es el resultado de una larga secuencia de sucesos que permiten configurar al individuo durante el transcurso de la vida, lo cual constituye el núcleo básico de la personalidad del individuo. Para Álvarez (citado por Angulo y León, 2015), la autoestima forma parte importante del desarrollo de la personalidad de un individuo, en consecuencia es un factor determinante en la conducta y forma de comportarse de la persona ante la sociedad. Es adquirida y modificada de acuerdo a la interacción con diversos factores, entre estos, están: los emocionales, los socioculturales, los económicos y la comunicación con otras personas.

Se ha demostrado que la autoestima influye en el rendimiento académico y en la capacidad general para el aprendizaje, el bagaje de conocimientos, la vocación y los hábitos de estudio. La educación cada día está en un constante cambio, buscando despertar en el estudiante su sentido crítico, capacidad creativa y mejora de su autoestima para que pueda desenvolverse a cabalidad en una sociedad determinada. Sin embargo, esto no llega a cumplirse, pues existen muchos factores que impiden su desarrollo intelectual y social.

En consecuencia, la autoestima relacionada con el rendimiento escolar, debe ser entendida como factor que permite la superación personal, puesto que se encuentra ligada a todas las manifestaciones humanas. El fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes debe ser responsabilidad compartida de docentes y padres de familia.

En la actualidad existe plena conciencia de que la autoestima es un factor clave de éxito o de fracaso personal. Los sentimientos que uno tiene respecto a sí mismo afectan el ajuste emocional y cognitivo, la salud mental y las relaciones sociales.

La autoestima está presente en todos los aspectos de la vida, mediando permanentemente entre los estímulos que la persona recibe y las respuestas que da. De

ahí que los estudiantes se desenvuelven en medio de vivencias complejas. La pobreza y las diferentes manifestaciones de la violencia no son favorables para su desarrollo armónico y mellan el logro de una adecuada autoestima e identidad. Céspedes (citado por Barba, 2013).

Los estudiantes de la institución educativa “República del Perú” están inmersos en este contexto (de pobreza y violencia) que dificultan su normal desarrollo y desempeño a nivel personal y escolar.

La experiencia y los estudios realizados señalan, que cuando un niño se siente y se sabe valioso e importante, su autoestima se manifiesta en la manera cómo actúa. En la escuela, se muestran responsables, creativos, activos, tienen iniciativas, establecen mejores relaciones con sus compañeros y profesores, mostrándose más tranquilos y a su vez exigentes en su desempeño escolar y social, por lo que se logran avances tanto en el desarrollo socio-afectivo como en el intelectual. Céspedes (citado por Barba, 2013). Por el contrario, otros estudios confirman el hecho de que una pobre autoestima en niños y niñas se relaciona significativamente con un bajo rendimiento académico, con problemas de integración social en el aula y con graves problemas de disciplina.

La autoestima en los estudiantes es un tema importante, puesto que puede llegar a ser un factor determinante en el rendimiento académico, aunque quienes se ven inmiscuidos en el quehacer educativo, saben que existen otros factores, como: el ambiente universitario, el propio docente y su metodología, la misma participación de la familia y su estatus económico, el nivel cultural de éstas, pero un factor con gran peso lo tienen las mismas capacidades, habilidades, sentimientos, destrezas de los alumnos y la valoración

que ellos tengan de sí mismos, puesto que pueden llegar a favorecer el aprendizaje o constituir una barrera (Bonet, 1997).

Históricamente, el bienestar se asocia a estados emocionales positivos; pero el bienestar es un constructo mucho más amplio que la simple estabilidad de estados emocionales positivos a lo largo del tiempo. Es una dimensión evaluativa, que vincula la valoración que cada persona hace de acuerdo con el estilo de vida. Considera que el bienestar no es ausencia de malestar o de trastorno psicológico; por el contrario tiene otros componentes como la autorrealización, el significado vital, ciclo vital y el funcionamiento mental óptimo (Ryff y Keyes, 1995).

De igual manera, según Shek (citado por Carranza, 2015); otros autores relacionan, el bienestar psicológico con variables como la personalidad, la calidad de las interacciones sociales, las relaciones familiares positivas y la autoestima.

Al considerar lo anterior surge la inquietud de estudiar con profundidad al ser humano, específicamente a adolescentes en el ámbito psicológico y que estos sean evaluados en el nivel de bienestar psicológico y autoestima que posean, puesto que dichos factores contribuyen a comprenderle de mejor manera y por lo tanto a beneficiarlos en el desarrollo personal, de manera tal, que se cuente con una sociedad sana, ya que lo que se piensa de sí mismo; eso es como persona, pues actúa dirigido por los propios pensamientos.

Este aspecto importante del campo de la Psicología, es decir, el bienestar psicológico surgió en Estados Unidos y se fue precisando a partir del desarrollo de las sociedades industrializadas y del interés por las condiciones de vida. Es un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, que se define por su naturaleza subjetiva vivencial y que se relaciona estrechamente con

aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social. Se trata de un estado de funcionamiento pleno del sujeto, enfatizando el aspecto cognitivo además del afectivo. El término bienestar psicológico según Vázquez (citado por Casullo, 2002), incluye también elementos cognitivos (reflexivos y valorativos), así como reacciones y estados emocionales que experimentamos en el uso cotidiano de nuestras vidas y que estaría centrado en el desarrollo personal, en el estilo y manera de afrontar los retos vitales, en el esfuerzo y el afán por conseguir metas personales.

El bienestar psicológico y la autoestima, son importantes indicadores de salud y bienestar. El bienestar psicológico se define generalmente como una actitud o sentimiento positivo o negativo hacia la persona, basada en la evaluación de sus propias características, e incluye sentimientos de satisfacción consigo mismo. Se sabe que entre los aspectos más importantes de la autoestima se encuentran todas aquellas conductas promotoras de salud, la que actuaría por medio de un efecto directo a través del enfrentamiento a retos y amenazas o indirectos a través del afrontamiento al estrés, por tal motivo es trascendental su mantención y promoción para mantener niveles de bienestar adecuados.

Desde esta perspectiva, la autoestima y el bienestar psicológico constituyen aspectos fundamentales de las personas, más aún si se trata de estudiantes que se encuentran en pleno proceso de formación y consolidación de su personalidad.

Por estas razones, resultó relevante que el presente trabajo de investigación abordara las variables autoestima y bienestar psicológico en estudiantes, encontrando que no existe relación alguna entre estas variables.

Las razones expuestas nos conllevan a plantear el problema en los siguientes términos: ¿Existe relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en los

estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” de Tumbes - 2016?.

Para dar respuesta al problema planteado, se determinó el siguiente objetivo general: Establecer la relación entre el nivel de autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” en Tumbes – 2016.

Los objetivos específicos el estudio, que se orientan hacia el logro del objetivo general son los siguientes: a) Identificar el nivel de autoestima en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” en Tumbes-2016. b) Identificar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” en Tumbes-2016. c) Identificar el nivel de las dimensiones de la variable bienestar psicológico: aceptación, proyectos, vínculos y control en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” en Tumbes-2016. d) Determinar el factor de correlación entre el nivel de autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” en Tumbes -2016

El trabajo de investigación adquiere relevancia y se justifica en la medida que ha permitido conocer la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico de los estudiantes, ofreciendo información valiosa y datos acerca del comportamiento que presentan una determinada cantidad de alumnos que poseen, de alguna manera algún impedimento para desenvolverse y actuar de forma eficiente con respecto al proceso de enseñanza – aprendizaje en el que están inmersos. Estos datos, serán de gran utilidad para todos aquellos docentes que necesitaran indagar acerca de muchas problemáticas que



surgen en la actualidad, tales como el comportamiento que pudieran adquirir o no sus alumnos.

La importancia de la autoestima radica en que es un factor clave en el desarrollo de un buen ajuste emocional, cognitivo y práctico, afectando de un modo importante todas las áreas de la vida. La autoestima es uno de los elementos psicológicos más importantes en la valoración de la persona, sobre la cual se requiere especial atención y fortalecimiento en el trabajo diario. Además se debe estimular la investigación al respecto para conocer cuál es la realidad en nuestro país y de acuerdo a nuestras características socioculturales.

Para la institución educativa, esta investigación resulta relevante, dado que dentro de la experiencia en la práctica pedagógica y docente, se observa continuamente dificultades en el desempeño académico de los estudiantes, en especial durante períodos de exámenes, lo que se refleja en el rendimiento académico. El estudio, aporta conocimientos a los docentes, quienes tienen a su cargo la formación integral de los estudiantes. De otro lado, la importancia y justificación del estudio se sustenta porque: los factores exclusivamente intelectuales y actitudinales no explican de manera absoluta las causas del rendimiento académico, sino que son factores de orden afectivo-emocional.

Respecto la metodología utilizada en la presente investigación, el estudio corresponde a una investigación de tipo descriptivo correlacional y a un nivel cuantitativo, porque permite estudiar y describir las relaciones entre dos variables en un momento determinado, proporciona la descripción de los hechos tal como se dan y correlacionan la variable predictora con la variable criterio.

En cuanto al diseño de investigación seguido para el estudio, corresponde a una investigación no experimental en tanto no se manipulan las variables de estudio: autoestima y bienestar psicológico.

Asimismo, la metodología se complementa con la población y muestra del estudio, la definición y operacionalización de las variables, las técnicas e instrumentos de recolección de datos empleados, así como el procesamiento y el análisis de los datos.

Finalmente, para nuestra profesión resulta importante conocer el nivel de autoestima y bienestar psicológico de los estudiantes, ya que conociendo la real situación que viven, se puede intervenir en este grupo en forma integral, con el fin de obtener alumnos con una alta autoestima y buen nivel de bienestar psicológico, con un alto índice de responsabilidad en sus quehaceres educativos y autocuidado, para convertirse en personas activas y participativas dentro de la sociedad. Del mismo modo, obliga a reflexionar sobre el papel que desempeña el psicólogo en torno a la percepción del sentirse bien y al desarrollo de las potencialidades humanas, ya que todas nuestras actividades (educativas, administrativas y asistenciales) van dirigidas a favorecer, desarrollar y restablecer el bienestar del individuo. Como resultado de nuestras intervenciones tendremos un mayor número de estudiantes motivados, con las herramientas necesarias para enfrentar acontecimientos estresantes propios de su edad, mostrando actitudes de autocuidado y estrategias de afrontamientos necesarias para aquellos cambios físicos o psicológicos propios de la edad.

El acápite denominado resultados, está referido a la presentación de los resultados alcanzados, los cuales a su vez permiten la verificación de la hipótesis de trabajo que se ha planteado en el estudio.

En la discusión se realiza el análisis de los resultados obtenidos y se discuten según las bases teóricas y en relación con antecedentes de la investigación.

Las conclusiones exponen de manera resumida; los resultados permitieron comprobar que no existe relación entre la autoestima y el bienestar psicológico de los

estudiantes de tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú, Tumbes 2016”.

Las recomendaciones exponen las políticas, estrategias y medidas de acción a tomar por la institución y los entes competentes para dar solución al problema que se investigó.

Las referencias bibliográficas presentan las fuentes de información a las que se consultó oportunamente para la realización del trabajo de investigación y finalmente, en los anexos se incluyen los instrumentos utilizados en el estudio y valiosa información complementaria que sustentan el trabajo de investigación.

## **II. REVISIÓN DE LA LITERATURA**

### **2.1 Antecedentes**

De la revisión bibliográfica de trabajos de investigación que tienen relación con el estudio, se han encontrado los siguientes estudios y resultados:

#### **2.1.1 A nivel internacional**

Angulo y León (2015), llevaron a cabo una investigación denominada: Nivel de bienestar emocional en la dimensión de autoestima y su relación con el rendimiento académico. El caso de un grupo de estudiantes de secundaria costarricense, con la intención de conocer la relación entre el bienestar emocional en la dimensión autoestima y el rendimiento académico en la asignatura de ciencias naturales. Se realizó un estudio en un centro educativo académico público de Costa Rica. La investigación se fundamenta en el paradigma naturalista y una metodología que asume un tipo de investigación mixta, donde se contrastan datos cuantitativos y cualitativos a partir de la utilización de la encuesta y un test propuesto por Villalobos y Campos. Para recopilar la información se contó con el aporte de un grupo de estudiantes de noveno constituido por 21 jóvenes, quienes en el momento del estudio cursaban noveno año, la selección fue intencionada por las características.

El estudio evidencia la relación entre el nivel de bienestar (autoestima) y el rendimiento académico, de tal manera que las personas con un mayor nivel de autoestima presentan mejor rendimiento, dentro de los factores que interfieren en esta relación son: económicos, sociales, familiares y pedagógicos.

Garalza (2013), realizó la investigación denominada: “Niveles de autoestima y su relación con estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de primer año de bachillerato de los centros educativos fiscales de la parroquia Celiano Monge del cantón Ambato durante el año lectivo 2012-2013”. Tuvo como objetivo general determinar la relación existente entre niveles de autoestima y estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes de 1ro de bachillerato de las Unidades Educativas Fiscales de la Parroquia Celiano Monge. La muestra estuvo constituida por 282 individuos de las diferentes Unidades Educativas que ofertan bachillerato, son: Instituto Tecnológico Superior “Juan Francisco Montalvo”, Instituto Superior Tecnológico “María Natalia Vaca”, Colegio Universitario “Juan Montalvo”, Instituto Tecnológico Agropecuario Luís A. Martínez. Los resultados obtenidos fueron un porcentaje elevado de la muestra total encuestada presentó autoestima alta el 72%, seguido del 23% que presenta autoestima media y el 5% niveles de autoestima baja. Resultados que indican que la población no presenta dificultades significativas en cuanto a sus niveles de autoestima.

En la escala de estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes ACS muestran que un 56% de la población total opta como estrategias principales aquellas basadas en el afrontamiento directo al problema para reducir la tensión, el 16% de la población presentan estrategias dirigidas a la búsqueda de afecto o apoyo de las demás personas, el 28% de la población tiende a enfrentar situaciones de tensión de forma improductiva siendo este un porcentaje importante. Se evidencia que existe relación directa entre los elementos autoestima y estrategias de afrontamiento al estrés.

Coppari y cols. (2012) realizaron una investigación referente al nivel de bienestar psicológico de estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas (pública y

privada) de Asunción. Tuvo como objetivo general, determinar y comparar el nivel de bienestar psicológico (subjetivo y material) de estudiantes de dos instituciones educativas de la educación media (pública y privada) de Gran Asunción evaluado a través de la escala de bienestar psicológico (EBP). La población estuvo compuesta por 173 estudiantes de un colegio público y 113 estudiantes de un colegio privado de Gran Asunción, correspondiente al período académico 2011. La muestra, conformada por adolescentes del nivel medio (1° al 3° grado), con 119 participantes pertenecientes al colegio público y 87 al colegio privado.

Se obtuvo como resultados que el nivel alto de bienestar subjetivo fue mayor en estudiantes del colegio público (55.6%) que en el colegio privado (24.1%); en tanto que en los resultados del bienestar material se invirtieron las tendencias, ya que fue mayor el número de integrantes del colegio privado (49.4%) que del colegio público (32.2%). Los resultados obtenidos no son concluyentes y en algunos casos contradictorios.

López, Madera y Ramírez (2012) realizaron un trabajo de investigación denominado: “Implementación de un programa de bienestar psicológico y su relación con el rendimiento académico de estudiantes de séptimo grado de básica secundaria en la ciudad de Barranquilla-Colombia. Esta investigación está basada en el modelo teórico de Ryff sobre Bienestar Psicológico, utilizó un diseño correlacional y tuvo como propósito establecer la relación entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico de estudiantes de 7° grado de básica secundaria después de la aplicación de un programa de Bienestar psicológico. Para medir el bienestar en una muestra de 38 estudiantes, se utilizó la escala de bienestar psicológico de Ryff y para valorar el rendimiento académico, se utilizó el promedio del primer y del segundo semestre 2011. Los análisis estadísticos

mostraron una correlación positiva entre los niveles de bienestar psicológico y el rendimiento académico.

### **2.1.2 A nivel nacional**

Carranza (2015) realizó un estudio denominado; “Bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de la escuela académico profesional de psicología de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2014”. El objetivo de este estudio fue determinar la relación que existe entre bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto. La muestra de estudio estuvo compuesta por 210 estudiantes de Psicología. Los resultados evidencian que existe una relación directa y altamente significativa entre bienestar psicológico y rendimiento académico ( $r = 0.300$ ,  $p < 0.01$ ) en los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto. Esto quiere decir que cuanto mayor sea el bienestar psicológico mejor será el rendimiento académico.

Condori (2013) realizó un estudio sobre “Relación de: Autoeficacia ante el estrés, personalidad, percepción del bienestar psicológico y de salud con el rendimiento académico en universitarios. La presente investigación tuvo como objetivo principal establecer la relación entre la Autoeficacia para el afrontamiento del estrés, las Reacciones interpersonales, el Bienestar psicológico y la Percepción de salud en estudiantes universitarios, y cómo estas, están correlacionados con el Rendimiento académico, en un grupo de 521 universitarios de la ciudad de Trujillo. Los resultados fueron: Se hallaron correlaciones significativas entre el Rendimiento académico con la Autoeficacia para el Afrontamiento del estrés, el Bienestar psicológico (subescalas

Control/aceptación y Proyectos) y las Reacciones interpersonales (directo en Tipo 4A, e inversos en Tipo 3 y 6). Asimismo correlaciones significativas entre las escalas: Autoeficacia para el Afrontamiento del estrés, el Bienestar psicológico y la Percepción de la salud (correlación inversa con las otras). También se encontró mayormente relación significativa inversa entre las Reacciones interpersonales con las otras escalas, salvo en el Tipo 5 que sólo tiene relación con el Bienestar psicológico (subescalas Vínculos psicosociales)

Velásquez, Montgomery, Montero, Pomalaya y Dioses (2008) realizaron un estudio sobre “Las relaciones entre el bienestar psicológico, la asertividad y el rendimiento académico en los estudiantes de la Universidad de San Marcos”. El objetivo fue determinar si existe relación entre el nivel de bienestar psicológico y el grado de asertividad, entre el nivel de bienestar psicológico y el nivel de rendimiento académico, y entre el grado de asertividad y el nivel de rendimiento académico. La muestra estuvo conformada por 1244 alumnos que comprenden sexos masculino (551) y femenino (693) de facultades representativas de las diversas áreas de estudio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, comprendiendo Medicina, Derecho y Educación, Matemáticas, Ingeniería Industrial, Administración. Obtuvo como resultados que existe correlación significativa positiva entre el bienestar psicológico y la asertividad, siendo altamente positiva tanto en los varones como en las mujeres. La edad, esta relación también es positiva y altamente significativa en adolescentes y jóvenes, pero poco significativa en los adultos. Así, con el avance en la edad, la asociación entre el bienestar psicológico y la asertividad se va haciendo más débil. También se verifica que en todas las facultades



la relación es significativa entre las variables en estudio, excepto en la Facultad de Ingeniería Industrial.

El bienestar psicológico y el rendimiento académico se relacionan significativamente, tanto en género como en las diferentes facultades, en los jóvenes y adultos, pero no en los adolescentes. No se registra asociación entre la asertividad y el rendimiento académico, ni en el género ni en las diferentes facultades consideradas, ni en los distintos grupos etarios. No hay diferencia significativa en la asertividad, según sexo, por lo que puede decirse que el sexo no está relacionado con la asertividad. Pero sí hay diferencia significativa en el bienestar psicológico según el sexo de los sujetos.

### **2.1.3 A nivel local**

Rodriguez (2014) realizó un estudio denominado: Relación entre el clima social familiar y la autoestima en los estudiantes de 2do año del nivel secundario de la institución educativa N° 001 “José Lishner Tudela” en Tumbes; cuyo objetivo general fue determinar la relación entre el clima social familiar y la autoestima en 100 estudiantes utilizando como instrumentos la Escala del Clima Social Familiar (FES) de R. H Moos y E.J Trickett y el inventario de Autoestima de Coopersmith para escolares. Los resultados indican que el 62 % de los estudiantes se ubican entre el nivel alto del clima social familiar, seguido por el 19% que se ubican en el nivel muy alto, el 17% se ubica en el nivel promedio. Sólo 2% se ubica en el nivel muy bajo. En cuanto al nivel de autoestima se evidencia que un porcentaje de 72 % de estudiantes se ubican en el nivel promedio alto, seguido por 21 % que se ubican en el nivel promedio bajo. Además, el 6% se ubica en el nivel alto. Sólo 1% se ubica en el nivel bajo. La investigación concluye que no existe una relación significativa entre el clima social familiar y la autoestima de los estudiantes

de 2do año del nivel secundario de la Institución Educativa N° 001 “José Lishner Tudela”  
- Tumbes, en el año 2014.

Mendoza, D. (2014) realizó la investigación sobre la “Relación entre autoestima y el rendimiento académico en los estudiantes del cuarto año del nivel secundario de la institución educativa “7 de Enero” del distrito de Corrales – Tumbes, 2014”. El objetivo general fue determinar la relación entre la autoestima y el rendimiento académico en los estudiantes del 4to año del nivel secundario de la Institución Educativa “7 de Enero”. La muestra estuvo conformada por 94 estudiantes. Los resultados obtenidos sobre el nivel de autoestima fueron el (100%) se encuentra en el nivel medio bajo; manifestándose en niveles de la siguiente manera: El 57.4% de estudiantes se encuentran con autoestima baja y 42.6% de estudiantes presentan una autoestima media. Sí existe relación significativa (0,82) entre autoestima y rendimiento académico, en los estudiantes del cuarto año del nivel secundario de la Institución Educativa “7 de enero” del distrito de Corrales – Tumbes, 2014. Con los resultados encontrados, podemos afirmar que a mayor autoestima mayor será el grado de rendimiento académico en los estudiantes del cuarto año del nivel secundario de la Institución Educativa “7 de enero” del distrito de Corrales-Tumbes, 2014.

Mendoza, A. (2014) realizó una investigación sobre la “Relación entre el clima social familiar y el nivel de autoestima en estudiantes del cuarto año del nivel secundario de la institución educativa particular “Juan Valer Sandoval”, Puyango-Tumbes. El objetivo general fue conocer la relación entre el clima social familiar y autoestima de los estudiantes del 4ª año del nivel secundario de la institución educativa particular “Juan Valer Sandoval”; la muestra estuvo constituida por 55 estudiantes.

En la presente investigación se encontró que existe una relación significativa entre el clima social familiar y el nivel de Autoestima, teniendo como conclusión que el 50%, se ubica en una categoría promedio en el nivel de autoestima.

Así mismo se analizaron los niveles alcanzados, en cuanto a la dimensión relaciones del clima social familiar, encontrándose que el 44% de los estudiantes se ubica en un nivel promedio, evidenciando que se encuentran en una relación estable en cuanto a su entorno familiar. De la misma manera se analizó los niveles alcanzados en la dimensión desarrollo del clima social familiar encontrándose que el 56% se ubica en un nivel promedio, evidenciando que los estudiantes se han desenvuelto en un ambiente donde muestran su gran interés por las actividades de tipo político, intelectual, cultura, social, dándole mayor importancia a los valores de tipo ético y religioso.

## **2.2. Bases teóricas de la investigación**

### **2.2.1 Autoestima**

#### **2.2.1.1 Definición.**

Rodas & Sánchez (2006) citan a Coopersmith quien determina que la autoestima evalúa al sujeto el amor a sí mismo. Es esta autoestima la que se manifiesta en una actitud de aceptación o de rechazo en la que se refleja si el sujeto cree o no en si mismo, en donde el individuo se siente capaz, útil, fundamental y merecedor. Es por ello que la autoestima implica el descendimiento personal y merecedor las cuales expresamos en las conductas y sentimientos que el individuo tiene para con sí mismo. (p.2).

Paqui, 2015 (cita a Yagosesky) quien manifiesta que la autoestima tiene funciones tanto como con el organismo como con el desarrollo personal Incorpora aspectos biopsicosociales, que influyen positiva o negativamente en la salud,

relaciones y productividad del individuo. Explica, además que es considerada como la capacidad y la existencia, de estar conscientes de su potencial y de sus necesidades reales, de amarse incondicionalmente y confiar en sí mismo para lograr objetivos, independiente de las limitaciones que se pueda tener o de las circunstancias externas generadas por otras personas.

Tecca, 2004 (cita a Smith, p. 21), quien afirma “ser uno de los pilares fundamentales de la estructura psíquica del individuo, que se internaliza durante la infancia a través del contacto con sus progenitores, en donde comienza a relacionarse adecuadamente con los demás por contactos íntimos que le imprimen seguridad emocional”.

De otro lado, Peña-Herrera (citado por Barba, 2013) según el autor manifiesta que la autoestima es la valoración que tenemos cada persona que nos permite desarrollar que se desarrolla desde niños, esto se debe a que el niño debe sentirse seguro, amado, sentir que su familia le da aliento lo cual lo recibe desde el ambiente social y familiar. Rodas & Sánchez (citados por Barba, 2013) precisan que las anteriores definiciones también son consideradas por Rosenberg (citado por Chapa y Ruiz, 2012) que manifiesta que la autoestima es positiva o negativa si se apoya en una base afectiva y cognitiva, es aquí donde el individuo se siente como piensa de si mismo. La autoestima es el amarse y valorarse así mismo, aceptando que son criaturas creadas a la imagen Dios, únicos, con dones y limitaciones. Debido a que somos inteligentes con capacidad de amar y perdonar como también ser dueños de nuestro yo.

### **2.2.1.2 Características de la autoestima.**

Bonet (1997) dice que el individuo que se quiere y valora las siguientes características:

1. El apreciarse tal y como son sin ponerle énfasis en las cosas materiales que pueda tener.
2. El aceptarse como son con sus límites, habilidades, defectos y oportunidades que pueda tener.
3. El sentirse una persona capaz de brindar amor, cariño y empatía.
4. Cada persona debe tener en cuenta el cuidado fraternal de sus necesidades reales, tanto físicas, psíquicas, intelectuales y espirituales.

- Coopersmith (citado por Carranza, 2015) nos dice que hay varias características de la autoestima: la primera característica es relativamente estable en el tiempo, donde la autoestima es susceptible de variar, pero esta variación es difícil, porque es el resultado de la experiencia, por lo cual solo otras expectativas pueden lograr cambiar la autoestima.

### **2.2.1.3 Importancia de la autoestima.**

- a) Condiciona el aprendizaje. Alumnos que tienen una autoimagen positiva de sí mismo se hallan en mejor disposición para aprender.
- b) Facilita la superación de las dificultades personales. Una persona con autoestima alta, se siente con mayor capacidad para enfrentar los fracasos y los problemas que se le presentan.
- c) Apoya la creatividad. Una persona puede trabajar para crear algo si confía en sí mismo.
- d) Determina la autonomía personal. Si la persona tiene confianza en sí mismo, podrá tomar sus propias decisiones.

- e) Posibilita una relación social saludable. La persona que se siente segura de sí misma, puede relacionarse mejor.
- f) Es la clave del éxito o del fracaso para comprendernos y comprender a los demás. Es requisito para una vida plena.
- g) Es la suma de confianza y el respeto por uno mismo.
- h) Es sentirse apto, capaz y valioso para resolver los problemas cotidianos.

#### **2.2.1.4 Elementos de la autoestima.**

Las bases de la autoestima son los elementos fundamentales sobre las cuales surge y se apoya su desarrollo. La autoestima se fundamenta en tres bases esenciales:

1. Aceptación total, incondicional y permanente. Entenderse como una persona única e irreplicable. Tiene cualidades y defectos.
2. Amor: Afecto dirigido hacia los demás.
3. Valoración: Elogiar el esfuerzo.

Walsh y Vaughan (citados por Angulo y León, 2015) añaden que la autoestima se desarrolla al experimentar cuatro condiciones de manera positiva:

- Vinculación: resultado de la satisfacción que se obtiene al establecer vínculos que son importantes y también los demás reconocen como importantes.
- Singularidad: conocimiento y respeto que siente por aquellas cualidades o atributos que le hacen único.
- Poder: capacidad para modificar las circunstancias de su vida de manera significativa.
- Modelos o pautas: puntos de referencia que sirven para establecer su escala de valores, sus objetivos, ideales y modales propios.

### **2.2.1.5 Desarrollo de la autoestima.**

Coopersmith (citado por Carranza, 2015) señala el proceso de formación de la autoestima:

- A los seis meses el individuo comienza a distinguir su cuerpo como un todo absoluto diferente del ambiente que lo rodea. En este momento se comienza a elaborar el concepto de objeto, iniciando su concepto de sí mismo, concepto base de la autoestima.
- En la edad de seis años se inician las experiencias escolares y la interacción con otros individuos o grupos de pares, desarrolla la necesidad de compartir para adaptarse al medio ambiente, el cual es de suma importancia para el desarrollo de la apreciación de sí mismo.
- A los ocho y nueve años, ya el individuo establece su propio nivel de auto apreciación y lo conserva relativamente estable en el tiempo.
- Después de los 11 años se inicia y consolida las habilidades de socialización, ligadas al desarrollo de la autoestima.

Teóricos como Sherman y Sears (citado por Bonet, 1997) plantean que el punto de vista de la autoestima inicia cuando el infante es capaz de plantearse objetivos y predecir el tener éxito de ellos es lo que sucede a los cinco años de edad.

### **2.2.1.6 Tipos y niveles de Autoestima.**

Según Rosenberg (citado por Chapa y Ruiz, 2012) la autoestima posee tres niveles:

1. Alta autoestima: donde el sujeto se define como bueno y se acepta plenamente.

2. Mediana autoestima: el sujeto no se considera superior a otros, ni tampoco se acepta a sí mismo plenamente.
3. Baja autoestima: el sujeto se considera inferior a los demás y hay desprecio hacia sí mismo.

Rodríguez, 2014 (cita a Ortuño) quien en sus estudios revisados, refiere que las personas que presentan una autoestima alta, muestran un mayor control de sus impulsos, con frecuencia se auto refuerzan, ante los otros, se auto afirman. Son persistentes en la búsqueda de soluciones constructivas, poco agresivos y muestran una actitud positiva hacia su propio cuerpo. Aunado a esto, Toro, Rosen y Ramírez (citados por Mendoza, A. 2014) destacan que la baja autoestima es uno de los principales síntomas presentes en las personas que sienten insatisfacción por su imagen corporal, expresándose con inseguridad, falta de aprobación y de respeto hacia sí mismas.

#### **2.2.1.6.1. Alta autoestima.**

El término autoestima alta es el sentirse bien consigo mismo tanto con su cuerpo como con su manera de ser, la autoestima se establece por sentimientos que han sido aprendidos de los padres debido a que son con ellos con los cuales vivimos los primeros cinco años de nuestra vida pero aun así nuestra autoestima sigue desarrollándose en la cual se le enseña a ser positivo y haber e intentar solucionar los problemas de la mejor manera.

La mejor manera de lograr una autoestima alta es el poder aceptar de manera responsable los defectos, habilidades, aptitudes y el interés de ser quienes son.



"El amor a los demás y el amor a nosotros mismos no son alternativas opuestas.

Todo lo contrario, una actitud de amor hacia sí mismos se halla en todos aquellos que son capaces de amar a los demás".

**2.2.1.6.1.1. Características del joven con alta Autoestima:**

- a) Se sentirá orgulloso de sus logros y metas.
- b) Procederá independientemente, donde elegirá y decidirá como emplear el tiempo, dinero. Buscará sus amistades y entretenimientos por sí solo.
- c) la manera de pensar del estudiante de si mismo
- d) Tomará sus decisiones en su vida diaria.
- e) Enfrentará nuevas metas con entusiasmo.
- f) Vivirá con orgullo las metas que realiza.
- g) Manifestará en su totalidad sus sentimientos
- h) sabrá superar la frustración.
- i) se sentirá bien por ayudar a los demás.

**2.2.1.6.2. Baja autoestima**

Por el contrario la baja autoestima es el rechazo o el sentir mal con sí mismo el rechazar su cuerpo por ver demasiados defectos en él. El individuo no respeta su cuerpo se avergüenza de ser quien es.

El individuo con autoestima baja presenta los siguientes síntomas:

- Autocrítica rigorista, tendiente a crear un estado habitual de insatisfacción consigo misma.
- Hipersensibilidad a la crítica, que la hace sentirse fácilmente atacada y a experimentar resentimientos pertinaces contra sus críticos.
- Indecisión crónica, no tanto por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
- Deseo excesivo de complacer: no se atreve a decir «no», por temor a desagradar y perder la benevolencia del peticionario.
- Perfeccionismo, o autoexigencia de hacer «perfectamente», sin un solo fallo, casi todo cuanto intenta; lo cual puede llevarla a sentirse muy mal cuando las cosas no salen con la perfección exigida.
- Culpabilidad neurótica: se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y delitos y/o los lamenta indefinidamente, sin llegar a perdonarse por completo
- Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, siempre a punto de estallar aun por cosas de poca importancia; propia del supercrítico a quien todo le sienta mal, todo le disgusta, todo le decepciona, nada le satisface.
- Tendencias defensivas, un negativo generalizado (todo lo ve negro: su vida, su futuro y, sobre todo, su sí mismo) y una inapetencia generalizada del gozo de vivir y de la vida misma.

Martín Ross (citado por Barba, 2013) manifiesta que el “Mapa de la Autoestima”, indaga el ambiente del sujeto debido a que la autoestima baja crea aislamiento, ansiedad e incluso hasta depresión por quien nos ha dejado, lo cual puede agravar la autoestima baja.

Según Bonet (1997) dice que por medio de la autoestima, el ser humano puede pensar en sí mismo y de su conducta en la manera de comportarse.

Un joven con baja Autoestima presenta las siguientes características:

- Indicará “No puedo hacer esto o aquello....no sé cómo se hace....no lo aprenderé nunca”.
- Considerará que no lo valoran los demás.
- El sujeto se deja influenciar por otros.
- Actuará a la defensiva y fracasará con facilidad.
- De sus debilidades, culpara a otros.
- En ocasiones aceptará los errores o debilidades y mayormente culpara a otros de su mala suerte o dificultades.

#### **2.2.1.7 Estados de la autoestima.**

Postula Martin Ross (citado por Barba, 2013) en el “Mapa de la Autoestima”, tenemos los siguientes estados de la autoestima:

a. Autoestima Derrumbada, es el estado de la persona que no se estima a sí misma, se detesta a sí misma. Usualmente, quien tiene la Autoestima Derrumbada se auto-describe con el nombre de una anti-hazaña. El ejemplo sería la adolescente creyente que tener un peso superior a la moda es una grave anti-hazaña y se describe a sí misma como "una gorda". O el hombre que piensa que no alcanzado

suficiente éxito en la vida suponiendo esto como una anti-hazaña y se considera a sí mismo como "un perdedor". Se observa que tanto la edad como el género cambian la situación en el Mapa de la Autoestima: mientras que para la adolescente mujer el exceso de peso puede ser una anti-hazaña muy grave, para el hombre de edad.

a. esta Autoestima puede notar en individuos deprimidas, que se auto-critican, se tienen compasión, necesitan de iniciativas, y están presas de sentimiento de culpa y de rencor hacia sí mismas.

b. Autoestima vulnerable, la persona se respeta a sí misma, pero posee una Autoestima demasiado frágil a la posible venida de anti-hazañas (derrotas, vergüenzas, motivos de desprestigio) y por ello siempre permanece nervioso y maneja mecanismos de defensa.

Un representativo mecanismo de defensa de quienes tienen Autoestima Vulnerable es la de evitar tomar decisiones: en el fondo se tiene mucho miedo a tomar la decisión equivocada (anti-hazaña) ya que esto podría colocar en riesgo su Autoestima Vulnerable.

a. Autoestima fuerte, se presenta en aquellas personas que tienen una buena imagen de sí y la fortaleza para que las anti-hazañas no la derrumben. Aquí se consideran a las personas caracterizadas por el menor miedo al fracaso. Son las personas que se ven humildes, alegres, y esto demuestra cierta fortaleza para no presumir de las hazañas y no tenerle tanto miedo a las anti-hazañas. Puede animarse a luchar con todas sus fuerzas para alcanzar sus proyectos porque, si le sale mal, eso no compromete su Autoestima. Puede reconocer un error propio justamente porque su imagen de sí es fuerte y este reconocimiento no la compromete. Viven con

menos miedo a la pérdida de prestigio social y con más felicidad y bienestar general. Sin embargo, ninguna Autoestima es indestructible, y por situaciones de la vida o circunstancias, se puede caer de aquí y desembocar a cualquier otro de los estados de la Autoestima.

#### **2.2.1.8 Factores que aportan al Desarrollo de Autoestima.**

##### **A. La familia:**

La manera en la que el medio influye en la autoestima es muy notable para que el desarrollo de la autoestima sea notable y poder decir que es una adecuada autoestima. Algunos estudios manifiestan que cuando en un hogar se evidencia lo que es la violencia doméstica la familia es el primer ente social en el cual el individuo puede desarrollar su autoestima de una buena manera ya que los padres son los que motivan y enseñan valores a sus hijos.

López & Gonzales (2016) manifiestan que quienes forman la autoestima son los padres, familiares y personas que los rodean debido a que son con estas personas con quienes interactúa el niño y luego al pasar el tiempo empiezan a satisfacer sus necesidades básicas lo cual permite que confíen e interactúen con los demás. A través de las experiencias vividas se refuerzan los conceptos de ser humano. Durante la infancia el trato debe ser pacífico, calmado y un trato de calidad debido a que esto influye en cómo se valore durante toda su vida. El trato debe de ser amoroso, respetuoso, empático, y siempre aceptando al niño tal y como es sin juzgar sus actitudes para que así se pueda formar una base que fortalece la manera en la que el individuo se relaciona con su medio, un individuo con una buena autoestima

tiene claras sus habilidades el cual se sentirá que merece el éxito teniendo un buen autocontrol y podrá construir buenas relaciones no solo consigo mismo sino también con individuos externos. El tener una autoestima alta es la base de un proyecto de vida.

## **B. Influencia en la sociedad**

La sociedad en la que vivimos desempeña unas funciones muy importantes para el desarrollo del niño porque a partir del ambiente de la familia se podrá desarrollar una buena y alta autoestima, la sociedad ha marcado ciertos estándares y es aquí en donde le sujeto quiere verse bien sentirse bien..

**C. Influencia en la escuela:** aquí no solo los docentes son los que influyen aquí se puede observar esencial que los padres y los docentes, sean capaces de transmitir valores claros. Es de vital importancia que se eduque y puedas date a tus hijos lo que se necesita y son tridimensionales:

- La primera dimensión se relaciona con la imagen que el alumno tiene de sí mismo
- La segunda dimensión se vincula con la opinión que el niño tiene de sí mismo en relación con otras personas.
- La tercera dimensión se relaciona con la imagen de sí mismo como es
- Hay que saber cómo crear un ambiente que permita encontrar oportunidades dentro del mismo, donde cada niño pueda sentirse importante.

- Se deben reconocer y valorar los puntos fuertes de cada niño.
- Hay que tener conciencia de los sentimientos y las imágenes que los niños tienen en mente cuando van a la escuela.
- Hay que ser relativamente tolerante con las conductas inadecuadas de los niños, porque son seres aún inestables y en proceso de formación, se rigen a través de posturas agresivas o incorrectas.

## **2.2.2 Bienestar psicológico**

### **2.2.2.1 Concepciones.**

García (2006) el hombre a través de los tiempos ancestrales ha mostrado demasiado en los intereses por lo que el interés del tema del bienestar, sin embargo se ha convertido de interés científico para la Psicología desde unas décadas atrás.

En los inicios de los estudios de si mismo, las predisposiciones de conceptualizarlo eran acentuadamente positivistas, se concentraba la atención en factores “objetivos” que admitían “medir” la calidad de vida que tenía un individuo.

Numerosas investigaciones desde el principio esta en el área de conocimiento se concentraron en aspectos externos. Se acogió el término “nivel de vida” para hacer reseña a estas condiciones que, en un inicio, se ceñían puramente a lo económico (ingresos, las condiciones del entorno, empleo y vivienda). Esta orientación permitió la entrada del término “calidad de vida”, inicialmente cuantitativo.

García, (2006). Pronto aparecieron variables personales, pero focalizando aún en aspectos también objetivos, como la edad, sexo, clase social y otros. Un modelo de este enfoque sobre las características personales que forman a la felicidad, refiere: “La persona feliz se muestra como una persona joven, saludable,

con una buena educación, bien remunerada, extrovertida, optimista, libre de preocupaciones, religiosa, casada, con una alta autoestima, una gran moral del trabajo, aspiraciones modestas, de uno u otro sexo y con una inteligencia de amplio alcance”.

Poco a poco, los estudios empezaron a incluir los aspectos subjetivos en el concepto de bienestar. Actualmente, se sabe que éste se relaciona fundamentalmente con estos aspectos.

El Bienestar Psicológico nace en EE.UU. y empezó a desarrollarse en la sociedad de la industria y en la preocupación de la vida hubo estudios que pretendieron solucionar o quisieron darle respuesta a las preguntas como: ¿el porqué de las personas que se sienten bien consigo mismo y lo que tienen y otras personas no? Y ¿Qué factor o factores afectan tanto al bienestar psicológico? En la actualidad el bienestar psicológico no solo puede afectar en la satisfacción sino también se ve inmiscuido en la motivación en la autoestima. De este modo el bienestar psicológico puede decir que tiene 3 elementos importantes la dimensión global, el carácter subjetivo y la valoración de si mismo. (Diener y Larsen, 1991).

Son varios investigadores los que han intentado darle un concepto al bienestar y tenemos la aportación de tema,

Son varios los autores que han tratado de definir la felicidad o el bienestar.

Chávez, 2006 da el concepto de La preponderancia de los sentimientos o afectos positivos sobre los negativos. Este punto de vista fue iniciado por Bradburn (citado a Diener y Larsen (1991) con el desarrollo de su Escala de Balance Afectivo. Se entiende que una persona es más feliz cuando en su vida predomina la experiencia afectiva positiva sobre la negativa.



Si bien son muchas, las definiciones sobre bienestar no son precisas y generalmente se ven restringidas por el instrumento utilizado para medirlo.

García, (2006).quien cita a Veenhoven quien define el bienestar subjetivo como el grado en que una persona califica de un manera general o global su vida en términos positivos o, en otras palabras, en qué medida la persona está satisfecha con la vida que lleva.

Diener & Larsen (1991) ellos manifiesta que el modo del individuo en la que el sujeto puede evaluar su existencia de vida, El componente afectivo se relaciona fundamentalmente a la felicidad.

El componente cognitivo o satisfacción con la vida, establece la discrepancia percibida entre las aspiraciones y los logros. Su rango va desde la realización personal hasta la experiencia vital de fracaso o frustración. Constituye una valoración global, es decir, la evaluación sobre la propia vida entendida como un todo. Hay autores que ampliaron el término y estudiaron la satisfacción en distintas áreas vitales: amor, trabajo, ocio, etc. Así pues, una persona puede sentir varios grados de satisfacción según el dominio que se trate. Este componente cuenta con una mayor estabilidad que el anterior.

Las relaciones vinculares están establecidas por las necesidades, actitudes, y estilos de respuestas que un sujeto conserva constantes en sus interacciones con los demás. Cuando una persona evalúa su vida irremediamente incluye junto a los componentes de la satisfacción personal, los referidos a los vínculos: la calidad de los mismos, las experiencias de integración y pertenencia a una red social. No se puede pensar en el bienestar humano sin incluir la dimensión interpersonal y por consiguiente, su carácter fundamentalmente social.

Dentro de la comunidad científica no existe un consentimiento sobre su definición, puesto que las definiciones del bienestar existentes sobre el tema no resultan del todo claras y en general están asociadas con los instrumentos utilizados para su medición (Diener y Larsen, 1991). Pero de las diferencias y limitaciones conceptuales, una de las definiciones más consentidas y utilizadas de bienestar psicológico es la que define al bienestar subjetivo como el grado en que un individuo califica su vida como un todo en términos positivos, es decir, en qué medida un sujeto se halla satisfecho con la vida que lleva. Conforme al autor, la persona utilizaría dos componentes para realizar esta evaluación: sus pensamientos, llamado componente cognitivo, y sus afectos, llamado componente afectivo. El componente cognitivo se relaciona directamente con la satisfacción con la vida y representa la discrepancia percibida entre las aspiraciones y los logros. El rango de satisfacción en este ámbito varía gradualmente desde la sensación de realización personal hasta la experiencia vital de fracaso. Este componente es más estable, se conserva en el tiempo e impregna la vida global de los sujetos. Por su parte, el componente afectivo comprende el plano hedónico y es el que contiene el agrado experimentado por la persona con sus sentimientos, emociones y estados de ánimo más frecuentes. Este componente mucho más frágil, momentáneo y cambiante. Ambos componentes se hallan interrelacionados. Por el contrario, los sujetos infelices serían aquellos que valoran la mayor parte de sus acontecimientos vitales como perjudiciales y negativos. Tanto el componente cognitivo como el componente afectivo del bienestar subjetivo tienden a correlacionar, ya que ambos están influidos por la valoración

que realiza el sujeto acerca de los sucesos, actividades y circunstancias en los que se desarrolla su vida.

#### **2.2.2.2 Teorías.**

En el campo de la Psicología es muy sabido que el bienestar psicológico a través de muchas investigaciones, tanto nacionales como internacionales, han constituido un tema bastante estudiado y contrastando varios términos tales como bienestar subjetivo, felicidad, satisfacción vital. El marco de referencia básico operacionalizó el bienestar en términos de “afectos” positivos y negativos. Estos eran estimados como una unión de sentimientos, humor y respuestas emocionales del individuo a una diversidad de sucesos gustosos y disgustosos de la vida diaria. Así un sujeto calificaría alto en bienestar psicológico si tuviera una demasía de afecto positivo sobre el negativo.

Ryff & Keyes (1995), plantearon el “Modelo de la Multidimensionalidad Constructora” o “Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico”. En 1985, Keyes, diseñó seis dimensiones en el modelo planteado: auto-aceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.

*La primera dimensión, se entiende como la apreciación o actitud positiva de uno mismo, a pesar de las propias limitaciones.*

*La segunda dimensión, implica poder establecer relaciones estables con los demás, basadas en la confianza y en la capacidad de amar.*

*La tercera dimensión, es considerada como la autodeterminación que posibilita a la persona no dejarse llevar por las presiones sociales y tomar el control de su propio comportamiento.*

*La cuarta dimensión, refleja la capacidad de la persona para manejar el medio, sintiéndose capaz de influir en el mismo, y adecuarlo a sus necesidades y deseos.*

*La quinta dimensión, el propósito en la vida se evidencia a través de metas concretas y realistas, que le otorgan sentido a las experiencias pasadas y futuras.*

*La sexta y última dimensión, se refiere a la puesta en marcha de estrategias para fortalecer las propias capacidades y potencial, que derivan en un crecimiento y madurez del individuo. También, plantearon que el bienestar obedece a ciertas variables como la edad, el género y la cultura de las personas.*

Estos autores han determinado que, a medida que las personas adquieren la edad adulta, tienen mayor autonomía, mando del medio y perciben sentimientos positivos de crecimiento personal. Se considera que la satisfacción vital es un tema dentro de un campo más amplio como es la “calidad de vida”, expresándola con dos significados básicos: a) condiciones de vida dignas para un buen vivir, y b) la práctica de una buena vida entendida como tal. La “satisfacción vital” es uno de los indicadores de esta aparente calidad de vida. Este concepto también ha sido estudiado en relación con otras variables tales como la valoración en las distintas culturas, el temperamento individual, o variables demográficas tales como edad, sexo, educación y estado civil. Para que el bienestar psicológico sea evaluado con firmeza y de una manera significativa debe ser entendido como un juicio que corresponde a un estado subjetivo que es estable y que está influenciado por factores tales como salud a largo plazo, condiciones de vida y rasgos de personalidad que influyen los modos en los cuales el sujeto interactúa con el mundo. Uno de los descubrimientos más notables ha sido que el bienestar

subjetivo posee una fuerte relación con la personalidad. Concretamente, se ha encontrado una tendencia en las personas emocionales, impulsivas y temerosas (neuroticismo) a experimentar mayor afectividad negativa

La percepción del bienestar psicológico y la calidad general de vida están relacionadas con el logro actual de los objetivos vitales en estudiantes universitarios. En su investigación, concluyeron que aquellos individuos que se perciben como más saludables psicológicamente, consideran que han tenido más logros vitales y esperan conseguir otras metas en un futuro. Habría una interdependencia entre salud física y psicológica y entre estas últimas con la satisfacción general con la propia vida. A su vez, esta satisfacción, junto con los vínculos satisfactorios con pares, lleva a determinar el logro actual de los objetivos de vida. Los autores que han investigado la relación entre personalidad y BP aún no han podido establecer si esta relación es producto de determinantes ambientales, atribuibles al contexto, o si depende de los componentes biológicos disposiciones (Casullo, 2002). Modelo Multidimensional de Carol Ryff (1989) y Ryff y Keynes (1995) se fundamenta en las investigaciones sobre desarrollo humano óptimo, considera el ciclo vital, la autorrealización, el funcionamiento mental positivo y el significado vital. Plantea que el funcionamiento psicológico se conformaría por variadas dimensiones y el bienestar psicológico (BP) no podría dejar de tomar en cuenta la Autoaceptación, el crecimiento de una persona, los propósitos de vida, las relaciones positivas con otros, el dominio medioambiental y la autonomía. Luego, considera que el BP es un constructo mucho más extenso que la simple permanencia de los afectos positivos sobre los negativos a lo largo del tiempo (lo que popularmente se conoce como felicidad). Aquí el bienestar se

relaciona con la valoración de lo conseguido a través de una expresa forma de haber vivido (Cuadra y Florenzano, 2003).

María Martina Casullo y colaboradores se basaron en este último modelo para indagar sobre el bienestar en Iberoamérica. La autora creyó necesario introducir en Argentina una técnica local, válida y confiable, breve y de fácil conocimiento para investigar acerca del bienestar. Construyeron la escala “BIEPS-A” (Adultos), Evaluación del Bienestar Psicológico, que presenta cinco dimensiones. Estas dimensiones se presentan en el siguiente ítem.

### **2.2.2.3. Dimensiones**

- **CONTROL DE SITUACIONES:** es una sensación de control y auto competencia. Cuando se presenta esta dimensión, las personas pueden organizar o formar los contextos, para acomodarlos a sus necesidades e intereses. Las personas que poseen una baja sensación de control, tienen problemas en manipular las situaciones cotidianas y se creen incompetentes de cambiar las circunstancias en función de sus necesidades.

- **ACEPTACIÓN DE SÍ MISMO:** implica admitir los múltiples aspectos de sí mismo, tanto los buenos como los malos. Considerarse bien sobre los efectos que han tenido las situaciones pasadas. Cuando uno no se acepta a uno mismo siente decepción en relación a su pasado y quiere ser diferente a lo que es.

- **VÍNCULOS PSICOSOCIALES:** involucra la capacidad para instaurar buenas relaciones interpersonales, contar con calidez, seguridad, empatía y afecto hacia los demás. Los malos vínculos se convierten en pocas relaciones y sentimientos de encierro y fracaso. A esto se suma, la incapacidad para comprometerse con los otros.

- **AUTONOMÍA:** implica libertad en la toma de decisiones, ser asertivo y confiar en el juicio propio. Estar pendiente de los demás para tomar decisiones y preocuparse por lo que otros piensan, sienten y dicen es ser poco independiente.

- **PROYECTOS:** contar con metas y proyectos trascendentales. Darle significado a la vida y asumir valores que manifiesten sentido a la misma.

El bienestar psicológico desde este punto de vista es considerado como la percepción que una persona posee sobre los resultados alcanzados en su vida, del grado de complacencia personal con lo que hizo, hace o puede hacer, desde una perspectiva rigurosamente personal o subjetiva (Cuadra y Florenzano, 2003).

En líneas generales se considera que la percepción del bienestar no es transitoriamente estable. Los individuos evalúan constantemente su escenario personal, tanto a nivel individual como social.

No es sólido en diferentes situaciones. Las personas no son igual de felices en mejores o peores condiciones. El BP promedio es superior en los países que tienen mejores condiciones de vida.

El incremento en los últimos años de las investigaciones sobre el bienestar ha conducido a la identificación de sus componentes o dimensiones. Sin embargo, la mayoría de los investigadores coinciden en que el bienestar psicológico es multidimensional.

Por otra parte Victoria y López (citados por Morales, 2011) consideran que el bienestar psicológico comprende cuatro dimensiones: la satisfacción con la vida (congruencia entre lo aspirado y lo logrado), el afecto negativo (ansiedad,

depresión), el afecto positivo y la felicidad, que consiste en el resultado del conjunto de afectos negativos y positivos.

Congruente con lo anterior, Rice (citado por Morales, 2011) afirma que la mayor parte de los psicólogos aceptan que el bienestar psicológico es un concepto abstracto y multidimensional que incluye componentes como la satisfacción con la vida, el ánimo, la felicidad, la congruencia y el afecto.

Así mismo, Diener y Larsen (1991) consideran, como ya se ha mencionado, que el bienestar comprende tanto juicios valorativos-cognitivos, como reacciones afectivas; además, afirman que aún no se sabe mucho acerca de las relaciones entre personalidad y bienestar psicológico, si éste es fruto de determinantes ambientales, aplicables al contexto, o si está relacionado con mecanismos biológico-temperamentales. Así mismo, consideran que los individuos que están satisfechos con su vida tienen, en general, un buen ajuste y están libres de psicopatología. Para estos autores el bienestar se manifiesta en diferentes áreas de la vida como trabajo, familia, tiempo libre, salud, finanzas, sí mismo, grupo social y presenta diferentes componentes:

- Satisfacción con la vida: Satisfacción con la vida actual, satisfacción con el pasado, satisfacción con el futuro, visión que tienen los “otros significativos” acerca de la vida de uno.
- Componentes de afectos positivos (afectividad placentera): Alegría, regocijo, orgullo, apego, felicidad.
- Afectos negativos (afectividad di placentera reducida): Culpa, vergüenza, tristeza, ansiedad, preocupación, ira, estrés, depresión y envidia.



Casullo (2002), hace referencia a las primeras publicaciones de Ryff. Esta autora, de corte cognitivo-conductual, vincula las teorías del desarrollo humano óptimo con el ejercicio mental positivo, y las teorías del ciclo vital; además, cree que el bienestar tiene variaciones como la edad, el sexo, la cultura y define seis dimensiones del bienestar:

- 1) apreciación positiva de sí mismo,
- 2) la capacidad para manejar de forma efectiva el medio y la propia vida,
- 3) la alta calidad de los vínculos personales,
- 4) la creencia de que la vida tiene propósito y significado,
- 5) el sentimiento de que cada uno va creciendo y desarrollándose a lo largo de la vida, y
- 6) el sentido de autodeterminación.

Al mismo tiempo, afirma que en el bienestar psicológico deben ser considerados tres aspectos: satisfacción en las diferentes áreas, alegría y angustia, que a su vez, comprende la ansiedad y la depresión. El bienestar psicológico está determinado socio-culturalmente, existiendo una interrelación razonable entre lo biológico, lo social y lo psicológico, donde la personalidad como sistema regulador desempeña un importante papel (Victoria y López, 2003). Para estos autores el bienestar es una experiencia humana vinculada al presente, también con proyección al futuro, pues se produce justamente por el logro de bienes. En este sentido el bienestar surge del balance entre las expectativas (proyección de futuro) y los logros (valoración del presente), lo que muchos autores llaman satisfacción, en las áreas de mayor interés para el ser humano que son el trabajo, la familia, la

salud, las condiciones materiales de vida, las relaciones interpersonales, y las relaciones sexuales y afectivas con la pareja.

En resumen, se puede afirmar que el bienestar psicológico es componente de la salud, en su sentido más general y se manifiesta en todas las áreas de la actividad humana, como lo sugieren los citados indicadores y se define como la vivencia subjetiva relativamente estable, que se produce en relación con un juicio de satisfacción con la vida (balance entre expectativas y logros) en las áreas de mayor significación para cada individuo en particular.

#### **2.2.2.4 Escala de bienestar psicológico para adolescentes.**

La escala está conformada por 13 ítems, los cuales pueden utilizarse de manera individual o grupal, de manera auto administrado. Los sujetos han de leer cada ítem y manifestar sobre lo que sintieron y pensaron durante el último mes.

Las alternativas de respuesta son:

- ***DE ACUERDO (3 PUNTOS)***
- ***NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO (2 PUNTOS)***
- ***EN DESACUERDO (1 PUNTO).***

Interpretación de la escala, en puntuaciones inferiores al percentil 25 se considera que la persona tiene un bajo nivel de bienestar psicológico en diferentes áreas vitales. Un nivel de bienestar psicológico promedio se observa en puntuaciones mayores al percentil 50, mostrando que el sujeto se siente satisfecho con diferentes aspectos de su vida.

Las puntuaciones correspondientes al percentil 95 muestran un alto nivel de bienestar, señalando que el sujeto se siente muy satisfecho con su vida en general.

### **III. HIPÓTESIS**

#### **Hipótesis alternativa:**

Hi: Si existe relación significativa entre autoestima y el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” en Tumbes – 2016.

#### **Hipótesis nula:**

Ho: No existe relación entre autoestima y el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” en Tumbes – 2016.

## IV. METODOLOGÍA

### 4.1 Tipo y nivel de la Investigación

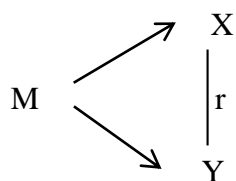
Corresponde a una investigación descriptiva, correlacional y de enfoque o nivel cuantitativo. Permite estudiar y describir las relaciones entre dos variables en un momento determinado, proporciona la descripción de los hechos tal como se dan y correlacionan la variable predictora con la variable criterio (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

### 4.2 Diseño de investigación

El diseño seguido en la investigación, corresponde a un diseño no experimental, toda vez que no se realiza manipulación o experimentación con las variables de estudio. Se ha procedido con la recolección de la información en las condiciones propias y naturales de los elementos de la muestra.

En concordancia con los objetivos establecidos se ha seguido un diseño no experimental, de corte transversal, puesto que los datos recolectados se darán en un solo momento y tiempo único (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

### 4.3. El diseño de la investigación, queda representado en el siguiente esquema:



Donde:

M: Representa la muestra de estudio

X: La variable Autoestima

Y: La variable Bienestar Psicológico

r: El grado de correlación entre ambas variables.

### 4.3 Población y muestra

#### 4.3.1 Población

La investigación se realizó en la Institución Educativa República del Perú durante el año 2016.

El universo o población del estudio, estuvo conformado por los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” pertenecientes a las secciones “A”, “B”, “C” y “D”, que totalizan 100.

#### 4.3.2 Muestra

Para el cálculo del tamaño de muestra se recurrió a la fórmula para poblaciones finitas.

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

Donde:

N: Total de la población (N=100)

z: 1,96 para una seguridad del 95%

p: proporción esperada. Se trabajó con p=0,5

q: 1-p complemento de p. q=0,5

d: precisión o error cometido (5%, o sea d= 0,05)

Reemplazando los valores resulta que n=80

El tamaño de la muestra estuvo constituido por 80 estudiantes.

#### **Criterios de inclusión.**

- Alumnos matriculados en el tercer año académico 2016.
- Estudiantes con asistencia regular que no sobrepase el porcentaje de inasistencia reglamentaria.
- Estudiantes que den su consentimiento informado para participar en el estudio.

#### **Criterios de exclusión**

- Alumnos matriculados en el primer, segundo, cuarto y quinto año académico 2016.
- Estudiantes con asistencia irregular.

**Muestreo:** Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia conformada por todos los alumnos del tercer grado de secundaria que asistieron a la institución educativa durante los meses que duró la investigación.

### **4.4. Definición y operacionalización de variables**

#### **4.4.1 Definición conceptual**

**Autoestima.** Es una apreciación positiva o negativa hacia sí mismo, que se apoya en una base afectiva y cognitiva, puesto que el individuo siente de una forma determinada a partir de lo que piensa de sí mismo, siendo una valoración global que se hace el individuo sobre los sentimientos de satisfacción que experimenta hacia sí mismo. Rosenberg (citado por Chapa y Ruiz, 2012).

**Bienestar psicológico.** Percepción que una persona tiene sobre los logros alcanzados en su vida, del grado de satisfacción personal con lo que hizo, hace o puede hacer, desde una mirada estrictamente personal o subjetiva Casullo (2002).

Esta variable, tiene las siguientes dimensiones:

- **Control de situaciones:** contempla la sensación de control y auto competencia de las personas.
- **Vínculos:** capacidad para establecer buenos vínculos con los demás. Tener calidez, confianza en los demás y capacidad empática y afectiva
- **Proyectos:** incluye tener proyectos y metas en la vida que le den un significado. Se refiere a asumir valores que otorgan sentido y significado a la vida
- **Aceptación de sí mismo:** poder aceptar los múltiples aspectos de sí mismo, incluyendo los buenos y los malos

#### **4.4.2 Operacionalización de variables**

- **Nivel de autoestima** Fue medido a partir del test estandarizado de Rosenberg.
- **Grado de bienestar psicológico:** Fue medido a través de la escala de BIEPS para Jóvenes y adolescentes, creado por Casullo (2002).

**Tabla 1**

*Operacionalización de las variables*

<b>VARIABLE</b>	<b>TIPO</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>ESCALA DE MEDIDA</b>	<b>VALORES</b>
Nivel de autoestima	Dependiente	-	Ordinal	Alto ; 30-40 Medio: 26-29 Bajo: <26
Nivel de bienestar psicológico	Independiente	Control Vínculos Proyecto Aceptación	Ordinal	Alto: 39 Medio:33-38 Bajo :28-32

**Fuente:** Helguero, E. Relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”-Tumbes 2016.

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

##### **4.5.1 Técnicas**

La técnica utilizada en la presente investigación fue la encuesta, la misma que fue aplicada a los 80 estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”.

##### **4.5.2 Instrumentos**

Los instrumentos utilizados, fueron los cuestionarios referidos a test especializados, que permitieron medir el nivel de autoestima y el nivel de bienestar psicológico de los elementos de la muestra del estudio, los cuales a continuación se detallan:



#### ***4.5.2.1. Escala de autoestima de Rosenberg***

Para determinar el nivel de autoestima se utilizó el test estandarizado de la escala de Autoestima de Rosenberg constituido por diez ítems; en los cuales cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de aquiescencia auto administrado.

De los ítems del 1 al 5 las respuestas A - D se puntúan de 4 a 1. De los ítems 6 a 10, las respuestas A - D se puntúan de 1 a 4.

- De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada considerada como autoestima normal
- De 26 a 29 puntos: Autoestima media. No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarlas.
- Menos de 26 puntos autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

**Validación y confiabilidad:** La escala ha sido traducida y validada en castellano. La consistencia interna de la escala se encuentra entre 0,76 y 0,87. La fiabilidad es de 0,8.

#### ***4.5.2.2 Escala de bienestar psicológico BIEPS-J***

Para medir el bienestar psicológico se utilizó la “Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J” (Jóvenes Adolescentes) de María Martina Casullo y colaboradores (2002).

Esta escala consta de 13 ítems, que evalúan el Bienestar Psicológico desde una perspectiva multidimensional.

Tienen tres opciones de respuesta:

- De acuerdo (se asignan 3 puntos)
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo (se asignan 2 puntos)
- En desacuerdo (se asigna un punto)

La escala tiene todos sus ítems directos, obteniéndose una puntuación total que es la suma de las puntuaciones asignadas a cada ítem. La escala no admite respuestas en blanco. La puntuación global directa se transforma a un nivel percentil (Ver anexo 2).

**Tabla 2**

*Clasificación de los ítem de las dimensiones de la variable bienestar psicológico*

*(Escala de bienestar psicológico BIEPS-J).*

<b>Dimensiones</b>	<b>Ítems</b>
Control	13, 5, 10, 1
Vínculos	8, 2, 11
Proyectos	12, 6, 3
Aceptación	9, 4, 7

**Fuente:** Escala de bienestar psicológico BIEPS-J .

**Tabla 3** *Puntajes directos y percentiles de la escala BIEPS-J, según la muestra*

<b>Puntaje Directo</b>	<b>Percentil</b>
28	5
33	35
35	50
37	75
39	95

**Fuente:** Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J .

### **Interpretación de la escala de bienestar psicológico BIEPS-J.**

En puntuaciones inferiores al percentil 25 se considera que la persona posee un bajo nivel de bienestar psicológico en varias de sus áreas vitales. Un nivel de bienestar psicológico promedio se observa en puntuaciones mayores al percentil 50, indicando que el sujeto se siente satisfecho con distintos aspectos de su vida. Las puntuaciones correspondientes al percentil 95 indican un alto nivel de bienestar, señalando que el sujeto se siente muy satisfecho con su vida en general.

Los resultados de esta escala se trabajaron en relación a las medias de los puntajes directos de la misma, los cuales se clasifican de la siguiente manera:

28- 32 Bienestar Psicológico Bajo

33- 38 Bienestar Psicológico Medio

39 Bienestar Psicológico Alto

**Validación y confiabilidad:** La escala ha sido validada en Argentina en población adulta por Casullo (2002). En función del análisis factorial, la escala quedó conformada por cuatro factores que explicaban el 53% de la varianza de las puntuaciones. Los factores encontrados mediante el análisis fueron: proyectos, autonomía, vínculos y control de situaciones que aparecía solapado con aceptación de sí mismo, configurando un mismo factor. La confiabilidad total de la escala fue aceptable, alcanzando valores de 0,70. Si bien la confiabilidad de cada una de las escalas es menor (proyectos: 0,59; autonomía: 0,61; vínculos: 0,49 y control/aceptación: 0,46), los autores plantean que se debe fundamentalmente a la reducida cantidad de elementos (Casullo, 2002).

#### **4.6 Plan de análisis de datos**

Previo a la recolección de datos se coordinó y realizaron los trámites administrativos correspondientes con la dirección de la institución educativa “República del Perú”, así como con los docentes tutores del tercer grado de estudio, determinando las fechas y horarios de aplicación de los instrumentos y la recolecta de la información o datos de campo.

Luego de concluida la recolección de datos, estos fueron procesados en forma manual previa elaboración de la tabla de códigos. Los datos fueron ingresados al programa de Excel a través de dos matrices una para el nivel de autoestima y otro para el nivel bienestar psicológico. Luego fueron ingresados al Programa SPSS para su procesamiento y la obtención de los cuadros y gráficas estadísticos, así como para el cálculo del factor de correlación.

Se utilizó la prueba Tau C de Kendall para relacionar el nivel de autoestima y el nivel de bienestar psicológico.

La Tau C de Kendall, es una prueba estadística para evaluar la hipótesis respecto de la relación entre dos variables categóricas. Alcanza valores extremos en tablas que no son cuadradas, por lo que su uso es recomendable en tablas de tipo rectangular. Para calcular la Tau C, hay que calcular los casos concordantes, discordantes y empatados.

#### **4.7 Principios éticos**

Los lineamientos y procedimientos que se siguieron durante el desarrollo de la investigación no afectaron ni atentaron contra la dignidad de los estudiantes. Sus objetivos y resultados son transparentes y abiertos a las comisiones de ética y supervisión de la comunidad científica.

- Respeto a la persona: el respeto a la persona según Belmont Report, considera que los participantes tienen derecho a decidir voluntariamente si participan o no en el estudio sin el riesgo de exponerse a represalias o un trato precipitado. Además tiene derecho a ser informado y tomar voluntariamente la decisión de participar en dicho estudio, lo cual implica que el investigador describa detalladamente la naturaleza del mismo.
- Consentimiento informado: cuando los participantes de un estudio se encuentran debidamente informados acerca de la naturaleza de éste y de los costos y beneficios potenciales que entrañan para poder tomar una decisión razonada sobre su participación.
- Respeto a la privacidad: a través del anonimato donde inclusive, ni siquiera el investigador conoce la identidad de los sujetos. Los resultados no serán divulgados a personas ajenas o a expertos de valoración y calificación.

## V. RESULTADOS

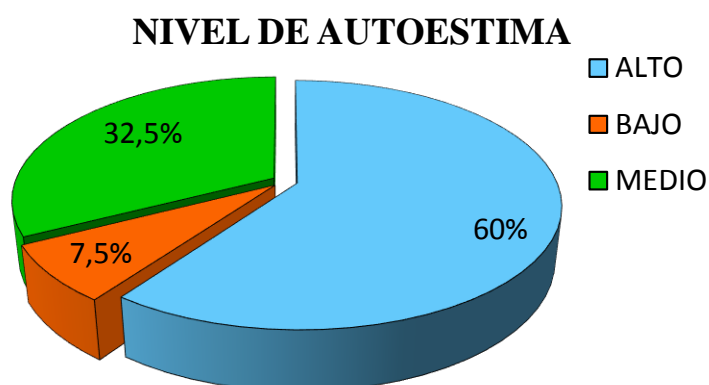
**Tabla 4**

*Distribución de frecuencia y porcentaje de autoestima en estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.*

AUTOESTIMA			
NIVEL DE AUTOESTIMA	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
ALTO	48	60,0	60,0
MEDIO	26	32,5	92,5
BAJO	6	7,5	100,0
Total	80	100,0	

**Fuente:** Helguero, E. Relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”-Tumbes 2016.

**GRAFICO 1**



**Figura 1.** Gráfico circular de la distribución porcentual del nivel de autoestima en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.

**Fuente:** *Tabla 4* De acuerdo con los resultados obtenidos, se observa que el nivel de autoestima que predomina en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” es alto, tal como lo refieren el 60% de los encuestados. Asimismo, la tercera parte de los elementos de la muestra de estudio y que equivalen al 32,5%, presentan un nivel de autoestima medio; y, el restante 7,5% poseen un bajo nivel de autoestima.

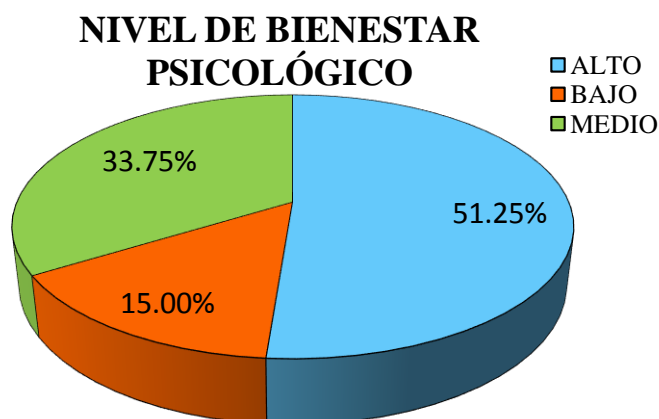
**Tabla 5**

*Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de bienestar psicológico en estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.*

<b>BIENESTAR PSICOLOGICO</b>			
<b>NIVEL DE BIENESTAR PSICOLÓGICO</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
ALTO	41	51.25%	51,25%
MEDIO	27	33.75%	85,00%
BAJO	12	15.00%	100,0%
Total	80	100.00%	

**Fuente:** Fuente: ídem a la Tabla 4

**GRAFICO 2**



*Figura 2.* Gráfico circular de la distribución porcentual del nivel de bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.

**Fuente:** *Tabla 5* En relación al nivel de bienestar psicológico de los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”, los resultados obtenidos refieren que más de la mitad, es decir el 51,25% poseen un nivel alto; en tanto que aproximadamente la tercera parte de los encuestados representados por el 33,75% cuentan con un nivel medio y el 15,00% poseen un nivel bajo.

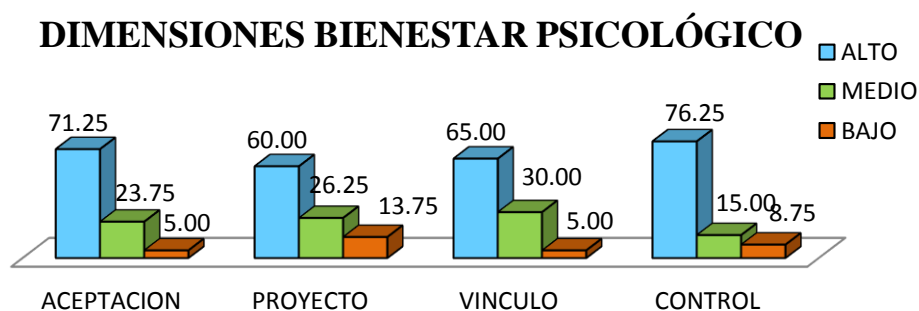
**Tabla 6**

Distribución de frecuencia y porcentaje del nivel de las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.

DIMENSIONES	BIENESTAR PSICOLÓGICO							
	ALTO		MEDIO		BAJO		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
ACEPTACIÓN	57	71.25	19	23.75	4	5	80	100
PROYECTO	48	60	21	26.25	11	13.75	80	100
VÍNCULO	52	65	24	30	4	5	80	100
CONTROL	61	76.25	12	15	7	8.75	80	100

**Fuente:** Ídem a la Tabla 4.

**GRAFICO 3**



*Figura 3.* Gráfico de barras de la distribución porcentual de los niveles de las dimensiones del bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.

**Fuente:** *Tabla 6*

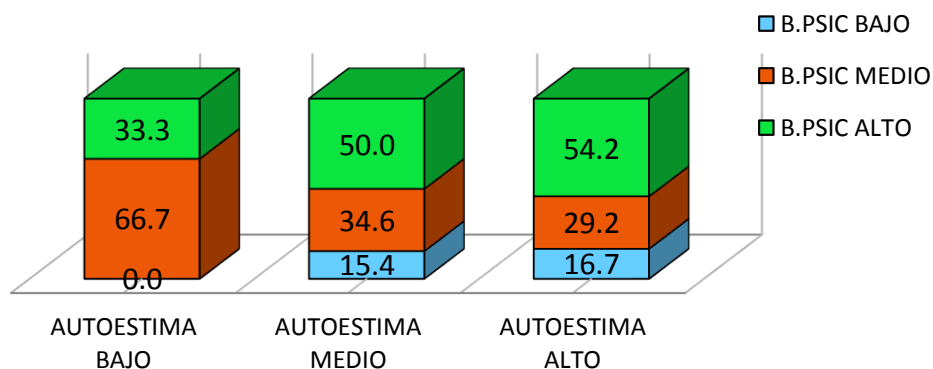
En la tabla 6 y figura 3 se observa los niveles de las dimensiones de la variable bienestar psicológico reflejan un contundente predominio del nivel alto para cada una de ellas, siendo superior en la dimensión control con el 76,25%, seguido por la dimensión aceptación con el 71,2% en segundo lugar. La dimensión vínculos se ubica en el tercer lugar con un significativaivo 65% y por ultimo la dimensión proyectos alcanza un 60%. En general, el nivel medio para cada una de las dimensiones resulta sigficativo al alcanzar un promedio alrededor del 20%.

**Tabla 7** Tabla cruzada de la distribución de los niveles de autoestima y bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. 2016. Tumbes – Perú.

BIENESTAR PSICOLÓGICO	AUTOESTIMA						Total	
	BAJA		MEDIA		ALTA		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
<b>BAJO</b>	0	0.00%	4	15.38%	8	16.67%	12	15.00%
<b>MEDIO</b>	4	66.67%	9	34.62%	14	29.17%	27	33.75%
<b>ALTO</b>	2	33.33%	13	50.00%	26	54.16%	41	51.25%
<b>TOTAL</b>	6	100.00%	26	100.00%	48	100.00%	80	100.00%

**Fuente:** Ídem a la Tabla 4.

**GRAFICO 5** NIVEL DE AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO



*Figura 4.* Gráfico de columnas apiladas sobre la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico según sus niveles en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016.

**Fuente:** Tabla 7

Del 100% (48) de los estudiantes que están en el nivel de autoestima alto el 54.16% (26) se encuentran ubicados en un nivel alto, el 29.17% (14) se encuentran ubicados en un nivel medio y el 16.67% (8) se encuentran ubicados en un nivel bajo de bienestar psicológico. Del 100% (26) de los estudiantes que están en el nivel medio de autoestima el 50.00% (13) se encuentran ubicados en un nivel alto, el 34.62% (9) se encuentran ubicados en un nivel medio y el 15.4% (4) se encuentran ubicados en un nivel bajo de bienestar psicológico. Del 100% (6) de los estudiantes que están en el nivel bajo de autoestima el 66.67% (4) se encuentran ubicados en un nivel medio y el 33.33% (2) se encuentran ubicados en un nivel alto de bienestar psicológico.



**Tabla 8**

*Correlación de la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”. Tumbes, 2016. (Prueba Tau C de Kendall).*

		<i>Valor</i>	<i>Aprox. Sig.</i>
<i>Ordinal por ordinal</i>	<i>Tau-c de Kendall</i>	<i>0.041</i>	<i>0.695</i>
<i>N de casos válidos</i>		<i>80</i>	

**Fuente:** Ídem a la Tabla 4.

En la tabla 8 prueba estadística de correlación Tau C de Kendall, se ha encontrado un grado de correlación muy bajo de  $r = ,041$ , con un nivel de significancia estadística de  $*p = ,695$ , (dos colas) a un  $p\_valor$  de  $*p < ,05$  (dos colas) establecido, se concluye que no existe correlación significativa entre la Autoestima y el Bienestar Psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”, 2016. Tumbes – Perú

## **5.2 Análisis de los resultados**

En la presente investigación podemos observar que según la encuesta aplicada a los 80 elementos de la muestra, representados por estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”, que el nivel de autoestima se encuentra en nivel alto representando el 60%, el 32,5% se encuentra en un nivel medio, y el restante 7,5% en nivel bajo (Ver figura 1).

Existe similitud con el estudio realizado por Campo (2009) sobre el autoestima en estudiantes de primer semestre del programa de psicología de una Universidad Privada de la Costa Caribe Colombiana, donde el 72,9% obtuvo un nivel alto; el 22,9% se encuentra en un nivel medio y el 4,3% nivel bajo. Por el contrario la investigación realizada por Mendoza, D. (2014), difiere con los datos obtenidos, quien obtuvo el nivel de autoestima en los estudiantes del cuarto año del nivel secundario de la institución educativa “7 de enero” del distrito de Corrales-Tumbes, como nivel bajo en el 57.4% y de nivel medio el 42.6%.

De esta manera podemos afirmar que los estudiantes poseen una valoración de sí mismo, estabilidad, confianza y atributos personales, habilidad para construir defensas hacia la crítica y designación de hechos, opiniones, valores y orientaciones favorables respecto de sí mismo; que revela la posibilidad de mantener una autoevaluación de sí mismo muy alta. Pero en una situación dada, esta evaluación podría ser realmente baja y presenta necesidad de mejorar su autoestima general al presentar puntajes bajos que se interpretan a partir de sentimientos adversos hacia sí mismos, inestabilidad y contradicción, lo cual indica que mantienen constantemente actitudes negativas hacia sí mismo, se preocupa de lo que los demás piensan de él o de sus actos.

En cuanto al nivel de bienestar psicológico que poseen los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú”, se encontró que el 51,25% tienen un nivel de bienestar psicológico alto, seguido del nivel medio en un 33,75% y con nivel bajo, el 15% (Ver figura 2). Estos resultados concuerdan con la investigación realizada por Carranza (2015), donde los estudiantes de Psicología Unión Filial Tarapoto de la Universidad Peruana “La Unión” se encontraron con un nivel alto al promedio de bienestar psicológico. Sin embargo, existe diferencia significativa con el estudio realizado por Coppari & col. (2012), donde obtuvo como resultados que el nivel alto de bienestar subjetivo fue mayor en estudiantes del colegio público (55.6%) que en el colegio privado (24.1%).

El análisis descriptivo del bienestar psicológico indica que los estudiantes de la institución educativa “República del Perú”, tienen un alto nivel bienestar psicológico; lo que significa que tienen una percepción positiva de los logros alcanzados en la vida y un alto grado de satisfacción personal con lo que hicieron, hacen y pueden hacer. En este sentido son personas que, desde un punto de vista estrictamente personal, se sienten seguras de sí mismas (Casullo 2002); por lo tanto, evalúan positivamente los recursos psicológicos que tienen para alcanzar los objetivos propuestos.

Cabe señalar que la medición de esta variable ha considerado sus cuatro dimensiones, las cuales fueron enunciadas y expuestas por Casullo (2002), quien categoriza el bienestar psicológico que incluyen la aceptación de sí mismo, los vínculos psicosociales, el control de situaciones y el proyecto de vida de los individuos. En la figura 3, se puede observar que el bienestar psicológico se encuentra en nivel alto en todas sus dimensiones, como

son el control en 76.25%, aceptación en 71.25%, vínculos 65.00% y proyecto en el 60,00%.

Los resultados obtenidos concuerdan con el estudio realizado por Garcia (2006) sobre las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de primer y segundo semestre académico, donde las dimensiones evaluadas, presentaron alta percepción en relación a las dimensiones, como aceptación/control, obtuvo una media de 7,92 (SD=1,08); autonomía, de 6,58 (SD=1,38); vínculos 7,82 y proyectos 10.9 (SD=1.41).

Con relación al análisis descriptivo por factor, los puntajes obtenidos fueron altos, las dimensiones control/ aceptación reflejan los niveles más alto de bienestar psicológico, lo que sugiere que los estudiantes en mención presentan una alta habilidad para crear y modificar contextos, para adecuarlos a sus necesidades e intereses, al tiempo que se caracterizan por aceptar los diversos aspectos de sí mismos, lo que les permite asimilar de buen modo las consecuencias de sus actos pasados.

La dimensión vínculos por su parte obtuvo el tercer lugar de porcentaje de nivel alto de bienestar psicológico, lo que se interpreta como una alta tendencia por parte de los estudiantes para confiar en los demás y establecer vínculos positivos que se caracterizan por ser cálidos, empáticos y afectivos.

Por último, la dimensión proyectos, obtuvo el 60%. Lo que sugiere que los estudiantes se proponen metas y proyectos para alcanzar y lograr en la vida, con lo que le otorga sentido a esta; además, asumen los valores como una forma de dotar la vida de significado y direccionarla para garantizar el éxito.

En la figura 4, se analiza la relación entre el nivel de autoestima y el bienestar psicológico de los estudiantes de la institución educativa “República del Perú”, los datos reflejan que de los estudiantes que poseen nivel de autoestima alto, el bienestar psicológico de igual forma se encuentra en nivel alto (54,16%). En el nivel de autoestima medio, el bienestar psicológico se encuentra en nivel alto con el 50,00%, y en el nivel de autoestima bajo, predomina el bienestar psicológico en un nivel medio con el 66.67%

Para demostrar estadísticamente si existe asociación o no entre las variables de estudio, se utilizó la prueba Tau C de Kendall, encontrándose un grado de correlación de .041, con un nivel de significancia (p valor) de .695; el cual es mucho mayor al  $p < 0.05$ , que nos dice que no existe correlación significativa entre los niveles de la autoestima y del bienestar psicológico de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” – Tumbes, 2016.

## **VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **6.1 Conclusiones**

Luego de culminado el presente estudio de investigación se arribó a las siguientes conclusiones:

1. No existe relación significativa entre el nivel de autoestima y el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa República del Perú de Tumbes (Tau C de Kendall  $r = .041$ ;  $p = .695$ ).
2. El nivel de autoestima en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” se encuentra en un nivel alto con el 60,0%, seguido del nivel medio con el 32,5% y nivel bajo con el 7,5%.
3. El nivel de bienestar psicológico en estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” se encuentra en nivel alto con el 51,25%, seguido del nivel medio con el 33,75% y nivel bajo con el 15%.
4. En el nivel de las dimensiones del bienestar psicológico, predomina el nivel alto, resultando la dimensión control con el 76,25%; seguido de la aceptación con el 71,25%; vínculos con el 65,00% y proyectos con el 60,00%.

## **6.2 Recomendaciones**

1. La institución educativa debe fomentar actividades de motivación recreativas a los estudiantes para reforzar sus niveles de autoestima y bienestar psicológico.
2. Se deben diseñar, implementar y ejecutar programas de “Escuelas para Padres” en la Institución educativa, con la intención de informar, sensibilizar y concientizar a los padres de familia en la formación integral de sus hijos.
3. Elaborar, implementar y ejecutar programas y talleres de “Desarrollo de la Personalidad” para aquellos alumnos que reflejen problemas de conducta inadecuada, baja autoestima y desequilibrio emocional como producto de un clima familiar inadecuado, con la intención de brindarles orientación, a la vez que desarrollan su autoestima y potencian sus capacidades y habilidades psicosociales.
4. Los docentes de la institución educativa deben identificar y apoyar a los estudiantes en su formación académica poniendo énfasis en mejorar su autoestima y consecuentemente su bienestar psicológico.
5. Los padres de familia deben potenciar e intervenir directa y activamente en el proceso de formación integral de sus hijos, brindándoles los espacios y condiciones adecuados para una buena comunicación y seguridad para ellos, de modo tal que consoliden un buen estado psicoemocional.

## ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

### Glosario.

- a. **Autoestima:** es la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a su mismo. Esta autoestima se expresa a través de una actitud de aprobación o desaprobación que refleja el grado en el cual el individuo cree en sí mismo para ser capaz, productivo, importante y digno.
- b. **Autoestima alta:** también llamada autoestima positiva, es el nivel deseable para que una persona logre sentirse satisfecha en la vida, sea consciente de su valía y de sus capacidades y pueda enfrentarse a los inconvenientes de forma resolutiva.
- c. **Autoestima media:** esta autoestima media o relativa supone cierta inestabilidad en la percepción de uno mismo. Si bien en algunos momentos la persona con autoestima media se siente capaz y valiosa, esa percepción puede cambiar al lado opuesto, a sentirse totalmente inútil debido a factores variados, pero especialmente a la opinión de los demás.
- d. **Autoestima baja:** Se trata de un estado de autoestima que debemos evitar en nuestro camino hacia la felicidad. Ineptitud, incapacidad, inseguridad y fracaso son los términos que acompañan a una persona con autoestima baja.
- e. **Problemas de autoestima:** los problemas de autoestima se observan en todos los ámbitos de la vida, desde las relaciones sociales, hasta la vida sentimental, pasando por el ámbito laboral. Una autoestima baja puede llevarnos a un menor rendimiento en el trabajo, a una inseguridad personal que genere trastornos emocionales o a mantener relaciones de pareja dependiente y autodestructivo. Para evitarlo, practicaremos con la autoestima hasta que logremos llevarla a los niveles adecuados.



- f. **Bienestar psicológico:** es la percepción que una persona tiene sobre los logros alcanzados en su vida, del grado de satisfacción personal con lo que hizo, hace o puede hacer, desde una mirada estrictamente personal o subjetiva.
- g. **Control de situaciones:** dimensión del bienestar psicológico, que se refiere a la sensación de control y auto competencia de las personas.
- h. **Vínculos:** dimensión del bienestar psicológico, que consiste en la capacidad para establecer buenos vínculos con los demás.
- i. **Proyectos:** dimensión del bienestar psicológico. Una persona se propone tener proyectos y metas en la vida que le den un significado. Se refiere a asumir valores que otorgan sentido y significado a la vida
- j. **Aceptación de sí mismo:** dimensión del bienestar psicológico. Se refiere a la capacidad de poder aceptar los múltiples aspectos de sí mismo, incluyendo los buenos y los malos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Angulo, K. y León, G. (2015). *Nivel de bienestar emocional en la dimensión de autoestima y su relación con el rendimiento académico: el caso de un grupo de estudiantes de secundaria costarricense*. [Tesis]. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador.
- Barba, D. (2013). “*Relación del clima social familiar y la autoestima de los estudiantes de 4to y 5to año de educación secundaria en la I. E. Inmaculada Concepción, Tumbes-2013*”.
- Bonet, J. (1997). *Sé amigo de ti mismo: manual de autoestima*. 1997. Ed. Sal Terrae. Maliaño (Cantabria, España). ISBN 978-84-293-1133-4. Recuperado de: <https://books.google.com.pe/books?id=iTwVTnXcuBcC&printsec=frontcover&dq=isbn:8429311335&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwjGxp71q9vRAhXBRyYKHYE4A8MQ6AEIGjAA>
- Campo, L. y Martínez, Y. (2009). *Autoestima en estudiantes de primer semestre del programa de psicología de una Universidad Privada de la Costa Caribe Colombiana*. Universidad Simón Bolívar, Colombia. Recuperado de: <http://publicaciones.unisimonbolivar.edu.co/rdigital/ojs/index.php/psicogente/article/view/1112/1122>
- Carranza, R. (2015). *Bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de la escuela académico profesional de psicología de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2014*. [Tesis]. Universidad Peruana Unión. Perú.

- Castañeda, A. (2013). *Autoestima, claridad de autoconcepto y salud mental en adolescentes de Lima metropolitana*. Tesis de licenciada en Psicología. Universidad Pontificia Católica del Perú. Lima. Perú.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.
- Chapa, S. y Ruiz, M. (2012). *Presencia de violencia familiar y su relación con el nivel de autoestima y rendimiento académico en estudiantes de secundaria de la I.E. N° 0031 María Ulises Dávila Pinedo Morales*. Octubre- diciembre 2011. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto, Perú.
- Chávez, A. (2006). *Bienestar Psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de niveles medio superior*. Tesis de maestría, Universidad de Colima. México.
- Coppari, N. y cols. (2012). *Nivel de bienestar psicológico de estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas (pública y privada) de Asunción*. [Tesis]. CDID Centro de Documentación. Investigación y Difusión de la Carrera de Psicología”2 Universidad Católica “Ntra. Sra. De la Asunción. Paraguay.
- Condori, L. (2013). *Relación de: Autoeficacia ante el estrés, personalidad, percepción del bienestar psicológico y de salud con el rendimiento académico en universitarios*. Tesis doctoral. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.
- Cortés, J., Lara, M., Acevedo, M., y Verduzco, M. (1993). *Validez y confiabilidad del inventario de autoestima de Cooper Smith para adultos, en población*

*mexicana*. Revista Latinoamericana de Psicología, 25() 247-255. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80525207>

Cuadra, H. y Florenzano, U. (2003). *El bienestar subjetivo: Hacia una psicología positiva*. Revista de Psicología de la Universidad de Chile, 12(1), 83-96.

Recuperado de:

[https://www.google.com.pe/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiK36C0tNvRAhWMLSYKHW-DcT4QFggYMAA&url=http%3A%2F%2Fwww.revistapsicologia.uchile.cl%2Findex.php%2FRDP%2Farticle%2Fdownload%2F17380%2F18144&usg=AFQjCNEZpV\\_UG5fyTNqx1\\_H09BiEdKNp7Q&sig2=Iyd95\\_zbVWVzbu9QIIY7Nw](https://www.google.com.pe/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiK36C0tNvRAhWMLSYKHW-DcT4QFggYMAA&url=http%3A%2F%2Fwww.revistapsicologia.uchile.cl%2Findex.php%2FRDP%2Farticle%2Fdownload%2F17380%2F18144&usg=AFQjCNEZpV_UG5fyTNqx1_H09BiEdKNp7Q&sig2=Iyd95_zbVWVzbu9QIIY7Nw)

Diener, E., y Larsen, R. (1991). *The experience of emotional well-being*. New York: Guilford.

Estrada, M. (2008) *La psicología en ejemplos*. <https://books.google.com.pe/books?isbn=6074482004>.

García, M. (2006). *Las competencias de los alumnos universitarios*. Revista *Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 20(3), 253-269

Garalza, M. (2013). *Niveles de autoestima y su relación con estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de primer año de bachillerato de los centros educativos fiscales de la parroquia Celiano Monge del cantón Ambato*. [Tesis]. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador.

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. Quinta Edición. México.: Interamericana Editores S.A. Recuperado de:

[https://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf](https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf)

Joseph, Marken y Tafarodi (1992). *Desarrollo Humano*. México: Prentice Hall Hispano americana.

López, G., Madera, C. y Ramírez, O. (2012). *Implementación de un programa de bienestar psicológico y su relación con en el rendimiento académico de estudiantes de séptimo grado de básica secundaria*. [Tesis]. Universidad Autónoma del Caribe. Colombia.

Mendoza, A. (2014). *Relación entre el clima social familiar y el nivel de autoestima en estudiantes del cuarto año del nivel secundario de la institución educativa particular “Juan Valer Sandoval”, Puyando-Tumbes*. [Tesis]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.

Mendoza, D. (2014). *Relación entre autoestima y el rendimiento académico en los estudiantes del cuarto año del nivel secundario de la institución educativa “7 de enero” del distrito de Corrales – Tumbes, 2014*. Tesis para optar el título profesional de Psicólogo. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Tumbes, Perú. Recuperado de:

<http://erp.uladech.edu.pe/archivos/03/03012/documentos/repositorio/2014/21/23/115562/20150714075940.pdf>.

Morales, L. (2011). *“Bienestar psicológico en mujeres y hombres Profesionales solteros entre 30 y 40 años. Tesis*. Universidad Rafael Landivar. Guatemala. Recuperado de:

<http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2011/05/42/Morales-Lucero.pdf>

Paqui, G. (2015). *Utilización de cuentos infantiles para mejorar el nivel de autoestima de los niños y niñas de segundo y tercer grado de educación general básica, en la escuela fiscal mixta República de Cuba en la ciudad de Loja período lectivo 2013 – 2014*. Tesis Universidad de Loja. Loja, Ecuador. Recuperado de:

<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/13808/1/Gicela%20del%20Cisne%20Paqui%20Gonz%C3%A1lez.pdf>

Rodríguez, R. (2014). *Relación entre el clima social familiar y la autoestima en los estudiantes de 2do año del nivel secundario de la institución educativa N° 001 “José Lishner Tudela” – Tumbes, en el año 2014*. Tesis para optar el título profesional de Psicólogo. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Tumbes, Perú. Recuperado de:

<http://erp.uladech.edu.pe/archivos/03/03012/documentos/repositorio/2014/21/23/124043/20150316083448.pdf>.

Ryff, C., y Keyes, C. (1995). *The structure of psychological well-being revisited*. Journal of Personality and Social Psychology.

Salvador, D. (2016). *Bienestar psicológico y habilidades sociales en alumnos de primer grado de nivel secundario de una institución educativa particular de la Trujillo*. Tesis de pregrado. Universidad Particular Antenor Orrego. Trujillo, Perú. Recuperado de:

[http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1971/1/RE\\_PSICO\\_DIEGO.SALVADOR\\_BIENESTAR.PSICOLOGICO\\_HABILIDADES.SOCIALES\\_DATOS.pdf](http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1971/1/RE_PSICO_DIEGO.SALVADOR_BIENESTAR.PSICOLOGICO_HABILIDADES.SOCIALES_DATOS.pdf)

Tecca, Y. (2004). *Autoestima del adolescente parental estudiante de la unidad educativa “La Piedad” del municipio palavecino del estado Lara*. Tesis. Universidad Centro occidental “Lisandro Alvarado”. Barquisimeto, Venezuela. Recuperado de:

[http://bibmed.ucla.edu.ve/Edocs\\_bmucla/textocompleto/TWS105.5.S3T422003.pdf](http://bibmed.ucla.edu.ve/Edocs_bmucla/textocompleto/TWS105.5.S3T422003.pdf)

Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya, R. y Dioses, A. (2008). *Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.

## ANEXOS

### Anexo 1. ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG. (Cuestionario para medir el nivel de autoestima).

#### TEST ESTANDARIZADO DE ROSENBERG

INSTRUCCIONES: Marque con una (X) la respuesta que coincida con su criterio.

Este test tiene el objeto de evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más importante.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

Ítem (Frases)	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos En igual medida que los demás				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas				
3. Soy capaz de hacer las cosas tal como la mayoría de la gente				
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a				
5. En verdad estoy satisfecho/a de mí mismo/a				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a				
7. En general me inclino a pensar que soy un fracasado/a				
8. Me gustaría tener respeto por mí mismo/a				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil				
10. A veces creo que no soy una buena persona				



**Anexo 2. Escala de BIEPS-J** (Cuestionario para medir el bienestar psicológico)

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES  
FACULTAD CIENCIA DE LA SALUD  
ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**ESCALA BIEPS-J (JÓVENES- ADOLESCENTES)**

Edad: .....

Marque con una cruz o aspa (X) la opción que corresponda:

A) Mujer ( )

B) Varón ( )

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

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

### **Anexo 3. Validez y confiabilidad de la Escala de Autoestima de Rosenberg**

#### **Validación y confiabilidad:**

El test estandarizado de la Escala de Autoestima de Rosenberg está constituido por diez ítems; en los cuales cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de aquiescencia auto administrado.

De los ítems del 1 al 5 las respuestas A - D se puntúan de 4 a 1.

De los ítems 6 a 10, las respuestas A - D se puntúan de 1 a 4.

- De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada considerada como autoestima normal
- De 26 a 29 puntos: Autoestima media. No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarlas.
- Menos de 26 puntos autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

La escala ha sido traducida y validada en castellano. La consistencia interna de la escala se encuentra entre 0,76 y 0,87.

La fiabilidad del instrumento es de 0,8.

#### **Anexo 4. Validez y confiabilidad de la escala de BIEPS-J**

##### **Validación y confiabilidad:**

La escala ha sido validada en Argentina en población adulta por Casullo (2002). En función del análisis factorial, la escala quedó conformada por cuatro factores que explicaban el 53% de la varianza de las puntuaciones.

Los factores encontrados mediante el análisis fueron: proyectos, autonomía, vínculos y control de situaciones que aparecía solapado con aceptación de sí mismo, configurando un mismo factor.

La confiabilidad total de la escala fue aceptable, alcanzando valores de 0,70. Si bien la confiabilidad de cada una de las escalas es menor (proyectos: 0,59; autonomía: 0,61; vínculos: 0,49 y control/aceptación: 0,46), los autores plantean que se debe fundamentalmente a la reducida cantidad de elementos (Casullo, 2002).

## Anexo 5: Consentimiento informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, .....,  
identificado(a) con DNI N°..... manifiesto mi consentimiento para participar en la presente investigación titulada: ***“RELACIÓN ENTRE AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LOS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “REPÚBLICA DEL PERÚ”, TUMBES-2016;*** con el objetivo fundamental de determinar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico que presentan los estudiantes del tercer grado del nivel secundario de la institución educativa “República del Perú”–Tumbes, 2016.

Manifiesto, que mi participación consistirá en la determinación del objetivo fundamental antes señalado, mediante la aplicación de instrumentos psicológicos.

Es mi derecho, de retirarme del estudio en cuestión, en cualquier momento que lo considere pertinente.

Se me ofrece, la seguridad de que los datos que se obtengan del estudio, serán manejados en forma confidencial, y serán utilizados únicamente para los fines antes mencionados.

---

Nombre y Firma del Paciente

---

Nombre y Firma del Responsable del Proyecto

**Anexo 6: Autorización de la Dirección de la Institución Educativa “República del Perú”**

“Año de Consolidación del Mar de Grau”

**AUTORIZACIÓN**

Yo,..... Directora de la Institución Educativa “REPÚBLICA DEL PERÚ” acepto brindar las facilidades para la realización del Proyecto de Investigación denominado: “RELACIÓN ENTRE AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LOS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “REPÚBLICA DEL PERÚ”, TUMBES-2016; ha realizarse por el Bach. Psi. Erwing Crismar Helguero Álvarez de la Universidad Católica los Ángeles.

Tengo pleno conocimiento de los objetivos de la investigación y el carácter anónimo y confidencial de la misma. Sé que los resultados podrán ser difundidos sin precisar nombres.

\_\_\_\_\_  
Firma de conformidad

\_\_\_\_\_  
Fecha

### Anexo 7: MATRIZ DE CONSISTENCIA

RELACIÓN ENTRE AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA REPUBLICA DEL PERU TUMBES – 2016						
TITULO						
PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	HIPÓTESIS	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN
¿Existe relación entre autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa República del Perú en Tumbes – 2016?	<p><b>Objetivo General</b> Determinar la relación entre el nivel de autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa República del Perú en Tumbes – 2016.</p> <p><b>Objetivo específico</b></p> <p>a. Identificar el nivel de autoestima en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa República del Perú - Tumbes, 2016.</p> <p>b. Identificar el nivel de Bienestar psicológico en estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa República del Perú – Tumbes, 2016.</p> <p>c. Identificar el nivel de las dimensiones; aceptación, proyectos, vínculos, control del Bienestar psicológico en estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa República del Perú – Tumbes,2016</p>	AUTOESTIMA	<p>Hi: Si existe relación significativa entre autoestima y el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” en Tumbes – 2016.</p> <p>Ho: No existe relación entre autoestima y el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa “República del Perú” en Tumbes – 2016.</p>	<p>Es una apreciación positiva o negativa hacia sí mismo, que se apoya en una base afectiva y cognitiva, puesto que el individuo siente de una forma determinada a partir de lo que piensa de sí mismo, siendo una valoración global que se hace el individuo sobre los sentimientos de satisfacción que experimenta hacia sí mismo. Rosenberg (citado por Chapa y Ruiz, 2012)</p>	<p>Escala de autoestima de Rosenberg.</p>	TIPO DESCRIPTIVO CORRELACIONAL. NIVEL CUANTITATIVO.
		BIENESTAR PSICOLOGICO	<p>Percepción que una persona tiene sobre los logros alcanzados en su vida, del grado de satisfacción personal con lo que hizo, hace o puede hacer, desde una mirada estrictamente personal o subjetiva. (Casullo, 2002).</p> <p>Con respecto a las dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Control de situaciones: sensación de control y autocompetencia de las personas.</li> <li>▪ Vínculos: Capacidad para establecer buenos vínculos con los demás.</li> <li>▪ Proyectos: Incluye tener proyectos y metas en la vida que le den un significado. Se refiere a asumir valores que otorgan sentido y significado a la vida</li> <li>▪ Aceptación de sí mismo: Poder aceptar los múltiples aspectos de sí mismo, incluyendo los buenos y los malos.</li> </ul>	<p>Escala de BIEPS para Jóvenes y adolescentes.</p>		

