



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA  
DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EN POMABAMBA, ÁNCASH 2022**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL**

**AUTOR**

**VILLANUEVA CIRILO, MARIA ELENA**

**ORCID:0000-0003-2604-5111**

**ASESOR**

**VALLE RIOS, SERGIO ENRIQUE**

**ORCID:0000-0003-0878-6397**

**CHIMBOTE-PERÚ**

**2024**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**

**ACTA N° 0250-121-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **10:30** horas del día **26** de **Noviembre** del **2024** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **PSICOLOGÍA**, conformado por:

**ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN** Presidente  
**VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA** Miembro  
**ALVAREZ SILVA VERONICA ADELA** Miembro  
**Mgtr. VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EN POMABAMBA, ÁNCASH 2022**

**Presentada Por :**  
(1223192009) **VILLANUEVA CIRILO MARIA ELENA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **15**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Psicología**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

\_\_\_\_\_  
**ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN**  
Presidente

\_\_\_\_\_  
**VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA**  
Miembro

\_\_\_\_\_  
**ALVAREZ SILVA VERONICA ADELA**  
Miembro

\_\_\_\_\_  
**Mgtr. VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE**  
Asesor



## CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EN POMABAMBA, ÁNCASH 2022 Del (de la) estudiante VILLANUEVA CIRILO MARIA ELENA, asesorado por VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote, 09 de Enero del 2025



Mgtr. Roxana Torres Guzman  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## **Agradecimiento**

Al Mg. Valle Rios, Sergio Enrique, Valle Salvatierra Willy, de la universidad católica los ángeles de Chimbote, por ayuda mutua durante la investigación; al Sr. Pedro Pablo Buiza Araos del colegio monseñor Fidel Olivas Escudero, por su desinteresado compromiso con la investigación.

## **Dedicatoria**

Esta tesis está dedicada primeramente a Dios quien supo guiarme por un buen camino, dándome fuerza para seguir adelante, agradecer a mi pilar fundamental mis padres y hermanos quienes me han acompañado con su paciencia, amor, sabiduría y fortaleza para alcanzar mis objetivos; como también a todas las personas que me han apoyado y han hecho que la investigación se realice, dándome el apoyo y los mejores consejos y orientándome.

## Índice

Agradecimiento.....	V
Dedicatoria.....	VI
Índice.....	VII
Lista de tablas.....	IX
Resumen.....	X
Abstract.....	XI
I. Planteamiento del problema.....	1
II. Marco teórico.....	4
2.1. Antecedentes.....	4
2.2. Bases teóricas.....	10
2.3. Hipótesis.....	15
III. Metodología.....	16
3.1. Nivel, Tipo y diseño de investigación.....	16
3.2. Población y muestra.....	16
3.3. Variables. Definición y operacionalización.....	17
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	17
3.5. Método de análisis de datos.....	18
3.6. Aspectos éticos.....	19
IV. Resultados.....	20
V. Discusión De Resultados.....	27
VI. Conclusiones.....	29
VII. Recomendaciones.....	30
Referencias bibliográficas.....	31
Anexo 01. Matriz de Consistencia.....	34
Anexo 02. Instrumento de recolección de información.....	36
Anexo 03. Validez y confiabilidad del instrumento.....	40

Anexo 04. Formato de Consentimiento Informado.....	46
Anexo 05. Documento de aprobación de institución para la recolección de información.....	47
Anexo 06. Evidencias de ejecución.....	48

## Lista de tablas

<b>Tabla 1.</b> Matriz de Definición y operacionalización de variables .....	17
<b>Tabla 2.</b> Correlación entre Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022.....	20
<b>Tabla 3.</b> Nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022.....	20
<b>Tabla 4.</b> Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022.....	21
<b>Tabla 5.</b> Correlación entre autoaceptación y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022.....	21
<b>Tabla 6.</b> Correlación entre las relaciones positivas con otros y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022.....	22
<b>Tabla 7.</b> Correlación entre autonomía y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022.....	22
<b>Tabla 8.</b> Correlación entre el dominio del entorno y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022.....	23
<b>Tabla 9.</b> Correlación entre el crecimiento personal y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022.....	23
<b>Tabla 10.</b> Correlación entre el propósito en la vida y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022.....	24
<b>Tabla 11.</b> Prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov para una muestra .....	25

## Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Ancash 2022. Fue de tipo de estudio observacional, prospectivo, transversal y analítico. El nivel de investigación fue relacional y el diseño de investigación fue no experimental. El universo fueron los estudiantes que cumplieron los criterios de elegibilidad (inclusión y exclusión). La muestra estuvo conformada por 256 estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Ancash 2022. La técnica que se utilizó para la evaluación de la variable de asociación fue la encuesta, que consistió en el recojo de información a través de un cuestionario para la medición del bienestar psicológico (Escala de evaluación de Ryff) y la autoestima (Rossemberg). En base a los resultados obtenidos tenemos (Rho de Spearman 0,774 y p-valor 0.00) y el 87.5% de los estudiantes reportaron un nivel bajo de autoestima, el 34.0% de los estudiantes reportaron un nivel bajo de bienestar psicológico. Concluyendo sobre la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Ancash 2022, se pudo evidenciar que si existe una relación significativa entre ambas variables

***Palabras clave:*** Bienestar psicológico, autoestima, estudiantes.

## **Abstract**

The objective of this study was to determine the relationship between psychological well-being and self-esteem in high school students of a Public Educational Institution in Pomabamba, Ancash 2022. It was an observational, prospective, transversal and analytical study type. The level of research was relational and the research design was non-experimental. The universe was the students who met the eligibility criteria (inclusion and exclusion). The sample was made up of 256 high school students from a Public Educational Institution in Pomabamba, Ancash 2022. The technique that was used to evaluate the association variable was the survey, which consisted of collecting information through a questionnaire to the measurement of psychological well-being (Ryff Evaluation Scale) and self-esteem (Rossemberg). Based on the results obtained we have (Spearman's Rho 0.774 and p-value 0.00) and 87.5% of the students reported a low level of self-esteem, 34.0% of the students reported a low level of psychological well-being. Concluding on the relationship between psychological well-being and self-esteem in high school students of a Public Educational Institution in Pomabamba, Ancash 2022, it was possible to show that there is a significant relationship between both variables.

**Keywords:** Psychological well-being, self-esteem, students

## **I. Planteamiento del problema**

El bienestar psicológico es definido como un esfuerzo para que el ser humano se perfeccione y cumpla con su potencial, lo cual tiene que ver con tener un propósito de vida que ayude a darle significado; esto implica asumir retos y realizar esfuerzos para superarlos y así alcanzar las metas propuestas; el bienestar psicológico, bajo la perspectiva eudaimonia planteado por Ryff, como ya se mencionó se generaron estudios a nivel internacional, lo cual evidencio la necesidad del estudio del bienestar subjetivo desde una perspectiva latinoamericana; puesto que las variables que pueden afectar al bienestar psicológico son diversas dependiendo de aspectos sociales, culturales y socioeconómicas. (Ryff, 2006)

Por otro lado, la salud mental se destaca como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (OMS, 2020)

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) menciona que es un estado completo de bienestar y que tiene en cuenta tanto el aspecto social como el físico o el psicológico. Asimismo, también destaca que no es solo el que no existan problemas o enfermedades, sino que va más allá.

El bienestar psicológico es un concepto que en la psicología se va utilizando para describir los estados emocionales, cognitivos y sociales, en forma que nosotros podemos aumentar los niveles de bienestar es a través de los pensamientos, relaciones con los demás, estados emocionales y otros. El bienestar se entiende la ausencia de malestar, enfermedad y situaciones complejas de la vida diaria; como también hace referencia a los factores positivos; entre ellos encontramos niveles. (Barrionuevo, S y Córdova, M, 2021)

Martínez (2010) menciona que la autoestima alta hace referencia al conjunto de percepciones y actitudes positivas que tiene una persona de sí misma, la mayor capacidad de compromiso y responsabilidad con lo que se realiza y se quiere hacer, lo cual genera motivación para asumir nuevos retos y trabajar por cumplir las metas propuestas. Estas personas son más autónomas, tienen más fortaleza al recibir críticas de diferente índole y al enfrentarse a la frustración, dado que poseen altas facultades para atribuir las causas adecuadas a las situaciones

problema en vez de referirlas a sí mismos siempre, sin ignorar que también comprenden que en algunos casos ellos tuvieron protagonismo, aceptan sus errores. A parte de esto, las personas con alta autoestima creen que son importantes, se muestran más creativas, independientes y responsables ante los demás y ante sí mismos. Por el contrario, la baja autoestima se caracteriza por la poca capacidad que tienen las personas para enfrentar los problemas. Su estado de ánimo puede disminuir fácilmente por situaciones difíciles y se les complica asumirlas, pues no tienen confianza en sí mismos para hacerlo. A estos sujetos se les reconoce también porque evitan compromisos y nuevas responsabilidades, además, tienden a estar tristes, preocupados, inseguros, temerosos, con sentimientos de culpa e inferioridad, con muchas autocríticas destructivas, pocas habilidades sociales y estado de ánimo bajo.

El bienestar psicológico y la autoestima son temas de suma importancia a tratar e investigar ya que el bienestar psicológico cuenta con niveles de “autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida”. La autoestima cuenta con niveles de alto, medio, bajo

De ahí que surja la pregunta ¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Ancash 2022?. Y para ser respondida nos planteamos objetivos, determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Ancash 2022. Y de manera específica.

Describir el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Ancash 2022.

Describir la autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Ancash 2022.

Determinar la relación entre autoaceptación y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Ancash 2022.

Determinar la relación entre las relaciones positivas con otros y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Ancash 2022.

Determinar la relación entre autonomía y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Ancash 2022

Determinar la relación entre de dominio del entorno y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Ancash

Determinar la relación entre crecimiento personal y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Ancash

Determinar la relación entre propósito en la vida y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Ancash

De todo lo antes dicho, podemos decir que el estudio se justifica sobre el bienestar psicológico y autoestima, ya que es un tema muy relevante e importante, donde debemos de brindar mucha información, para mantener bien informados a la población, por lo que vemos, estas dos variables tienden afectar más la vida cotidiana. Por este motivo deseo desarrollar esta investigación para brindar información y ampliar más conocimientos. Ya que este tipo de investigación o estudio no se encuentran a nivel regional.

En forma practico se les ayudara a las poblaciones vulnerables de manera proactiva como también identificando el nivel de autoestima, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal, propósito en la vida y autoaceptación. Todo ello para mejorar la salud mental en los estudiantes de la población; y mejorar la autoestima con la presente investigación.

## II. Marco teórico

### 2.1. Antecedentes

#### Internacionales

Rossi y otros (2019) Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en universitarios chilenos. El estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre síntomas depresivos, parámetros sociodemográficos y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de pregrado. La población estuvo conformada por quinientos ochenta estudiantes universitarios de ambos sexos, de la Región Metropolitana y IX Regiones de Chile respondieron el Inventario de Depresión de Beck (BDI-IA) y la escala de bienestar psicológico de Ryff. Los resultados mostraron que 28% de los encuestados tenían síntomas depresivos clínicamente significativos, y estos fueron más frecuentes en mujeres. Hubo una relación inversa y estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y los síntomas depresivos. Este hecho fue especialmente marcado en las dimensiones de autonomía, relaciones positivas con los demás y propósito de vida. Se concluyó que existe una alta frecuencia de síntomas depresivos entre estos estudiantes. (Rossi et al., 2019)

Estrada y De la Cruz (2018) Burnout académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios, tuvo como objetivo analizar las relaciones entre características sociodemográficas, burnout académico y bienestar psicológico en estudiantes universitarios en una universidad de la ciudad de Barranquilla – Colombia. Según la metodología de investigación, se propuso un enfoque cuantitativo y un tipo de investigación descriptivo-correlacional, la población estuvo conformada por 105503 estudiantes, de los cuales fueron elegidos 764. Los resultados mostraron que la incidencia de burnout académico en estudiantes es del 10,67% en niveles moderados, estableciendo una relación negativa débil entre el burnout y el bienestar psicológico. Se concluyó que los hombres tienden a sufrir síndrome de Burnout académico, también se encontró que la mayoría de los estudiantes cuentan con buena salud mental y bienestar psicológico, así mismo, el aumento de la sintomatología de burnout en estudiantes disminuye los niveles de bienestar psicológico en la misma proporción. (Estrada et al., s/f)

Luna y otros (2020) Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) en una muestra mexicana. Tuvo como objetivo evaluar propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) en una muestra mexicana de adolescentes tardíos y obtener evidencia de su validez convergente y de criterio. Para la metodología de estudio, se aplicó la escala BIEPS-J y la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) a 271 estudiantes de ambos sexos de entre 16 y 18 años. Un análisis paralelo indicó dos factores presentes en la escala BIEPS-J, estructurados mediante un análisis factorial exploratorio (componentes principales, rotación oblicua) y que explicaron el 54% de la varianza. Los factores fueron: 1) Relación con uno mismo y con terceros, satisfacción con sus relaciones sociales y la aceptación de sí mismo; 2) Planes y recursos personales de control, sensación del dominio de su entorno y auto-competencia, además de la presencia de metas en su vida. La consistencia interna global ( $\alpha > .80$ ) y por factor ( $\alpha > .70$ ) fue aceptable. La escala BIEPS-J mostró validez convergente con la EAR ( $r = .44$ ) y el nivel de bienestar psicológico se asoció al nivel de autoestima ( $p < .001$ ). El puntaje total y por factor de la escala BIEPS-J no difirió entre sexos ( $p > .05$ ). Los datos indican que la escala BIEPS-A es un instrumento válido y confiable para evaluar el bienestar psicológico en población adolescente mexicana de entre 16 y 18 años.(Luna et al., 2020)

### **Nacionales**

Cabos (2019) Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en estudiantes de Secundaria del Distrito Nuevo Chimbote, tuvo como finalidad determinar las propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Ryff en estudiantes de secundaria del Distrito de Nuevo Chimbote, la muestra estuvo conformada por 367 estudiantes de Instituciones Educativas Públicas. Los resultados evidenciaron la validez del constructo a través de la correlación ítem – test reflejando valores a partir de .30 hasta más de .58, Para determinar los resultados se establece la validez de constructo mediante el análisis factorial confirmatorio a través del método de máxima verosimilitud, donde se obtienen los índices de ajuste (GFI=.91, RMSEA=.06, SRMR=.050); el ajuste comparativo (CFI=.91) y el ajuste parsimonioso a través del criterio de información de Akaike (AIC=540.97). En cuanto a la

confiabilidad se obtuvo a través del método de consistencia interna por medio del coeficiente Alfa presentando valores que oscilan entre .45 y .74. (Cabos Baym Tatiana Vebelú, 2019)

Flores (2022) Bienestar psicológico y nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho 2021. El presente estudio de investigación tuvo como objetivo principal determinar si existía relación entre bienestar psicológico y el nivel de autoestima en los estudiantes de 3°,4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021. El grupo de estudio estuvo compuesto por 120 estudiantes y como muestra probabilística se consideró a 92 estudiantes entre varones y mujeres, la investigación fue de tipo observacional, prospectivo, transversal, analítico, de nivel relacional con diseño epidemiológico. Se halló que el 56,5% tiene un nivel medio de B.P, el 37% autoestima alta y un 38% autoestima media. Para poder determinar la relación entre estas variables se utilizó el programa de SPSS y Excel, encontrándose que el coeficiente de correlación de Chi cuadrado de Pearson fue de 40,968 con un valor de 0,000 siendo  $< 0,05$ . Se concluyó que, sí existe relación entre la variable de bienestar psicológico y el nivel de autoestima.

Miranda (2020) Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. “San Luis” N°1128, del quinto grado de educación secundaria, Lima, 2020. La presente investigación tiene como título “Autoestima y Bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. “San Luis” N°1128, del quinto grado de educación secundaria, lima ,2020”. Tuvo como objetivo principal determinar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. “San Luis” N°1128, del quinto grado de educación secundaria, Lima, 2020. La metodología empleada para la presente investigación fue de descriptiva correlacional, y de nivel cuantitativo, la muestra estuvo constituida por 30 estudiantes. Se utilizaron como instrumentos de investigación la Escala de Autoestima de Rosemberg Modificada (RSES); y para la variable bienestar psicológico, Escala Bieps- J de María Martina casullo. Los resultados de la presente investigación determino que no existe relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes del quinto grado de educación secundaria, como se demuestra en otros estudios de características similares.

Helguero (2018) Relación entre autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa República del Perú–Tumbes 2016. 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 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%.

Alcántara, Fernández, et al., (2020) realizaron la investigación Relación entre bienestar psicológico y autoestima en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Tarapoto, Tarapoto 2020. La investigación pretendió determinar la relación que existe entre bienestar psicológico y autoestima en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa Tarapoto, Tarapoto 2020. Es una investigación de tipo correlacional y su diseño no experimental corte transversal. Se empleó el cuestionario de medición Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) de Casullo y Castro (2000) y el inventario de Autoestima forma escolar de cooperSmith (1967). La población estuvo conformada por 50 participantes, mientras que la muestra por 30 entre varones y mujeres del cuarto grado A de edades entre 13 a 16 años. Dentro de los resultados se encontró mediante el Rho de Spearman la existencia de la relación positiva

entre moderada y fuerte entre bienestar psicológico y autoestima en  $Rho = -,076$ ; asintiendo que mientras mayor sea el bienestar psicológico menor será la autoestima en los estudiantes, generalmente los problemas de autoestima en adolescentes están relacionados con la autopercepción pobre que tienen de ellos mismo, y esto se refleja mediante su bienestar emocional, así mismo en sus relaciones interpersonales haciendo así que presenten dificultades para poder vincularse correctamente con sus contemporáneos y su contexto, trazarse y lograr metas u objetivos a corto, mediano y largo plazo, dar soluciones a su problemas, ser empáticos y asertivos con los demás.

### **Locales**

Jachilla (2022) Bienestar psicológico y agresividad en estudiantes adolescentes de la institución pública del distrito de Chasquitambo, 2022, tuvo como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y la agresividad en estudiantes adolescentes. La investigación fue de tipo básica, de diseño no experimental y nivel descriptivo correlacional, donde se tomó una muestra de 150 estudiantes. Concluyó que el bienestar psicológico en estudiantes adolescentes es de nivel bajo (63,3%); entre sus dimensiones: Control de situaciones predomina un nivel bajo (56,0%), Vínculos psicosociales un nivel medio (48,7%), Aceptación de sí mismo posee un nivel bajo (58,7%) y Proyecto prevalece un nivel medio (60,7%). Por otro lado, el nivel de agresividad es alto (57,3%), así como sus dimensiones agresión física nivel alto (57,3%), agresión verbal presenta un nivel alto (51,3%), ira muestra un nivel alto (47,3%) y hostilidad predomina un nivel alto (48,7%). Finalmente se determinó que existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y la agresividad, relación  $Rho = -0,534$  (negativa media), es decir, a mayor bienestar psicológico el nivel de agresividad será menor y viceversa. (Jachilla, V, 2022)

Del Castillo y Henostroza (2022) Dependencia emocional y autoestima en universitarios de la ciudad de Huaraz, 2022. Tuvo como objetivo describir y comparar cual es la relación entre dependencia emocional y autoestima en universitarios de la ciudad de Huaraz, 2022. El tipo de investigación fue básica, de diseño no experimental. Como población consideramos a

universitarios de la ciudad de Huaraz, empleamos el muestreo no probabilístico por conveniencia con una muestra de 378 universitarios. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de dependencia emocional (Ventura-León, 2018) y la escala Rossemberg de autoestima (Ventura-León, Caycho-Rodríguez, Barboza Palomino, Salas, 2018) Referente a los resultados se encontró una correlación negativa estadísticamente significativa ( $r=-.429$ ;  $p<.001$ ) entre las variables de estudio, se evidencio que entre las dimensiones de dependencia emocional y la variable autoestima existe correlación negativa y estadísticamente significativas ( $p<.001$ ), los valores variaron entre  $-.271$  y  $-.562$ , se halló que el mayor porcentaje de participantes en el estudio poseía un nivel medio de autoestima (53.2%) finalmente se encontró que la variable dependencia emocional y sus dimensiones tenían mayor representación en el nivel bajo para toda la población.(Del Castillo & Henostroza, 2022)

## 2.2. Bases teóricas

### 2.2.1. Bienestar psicológico

**2.2.1.1. Definición.** El bienestar psicológico es definido como 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. Como también sugiere un modelo multidimensional de bienestar psicológico compuesto por seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. A partir de estas dimensiones, desarrolló la Escalas de Bienestar Psicológico. (Ryff, bienestar psicológico , 1989 )

El bienestar psicológico hoy en día es de suma importancia, anteriormente se definía ausencia de enfermedad, pero hoy en día esa tendencia cambio; el bienestar psicológico es el sentir una satisfacción de vida, donde mostramos diversas emociones, encontramos diversos mitos sobre el bienestar subjetivo donde se define, una persona feliz, pensamientos optimistas, saludables, buena educación, entre otros. Las personas con alto efecto negativo suelen experimentar desinterés, aburrimiento, tristeza, culpa angustia, etc.

El bienestar psicológico se enfoca en el proceso de habilidades y el crecimiento individual, que son las primeras indicaciones de un desarrollo positivo. También incluye la capacidad para enfrentar los desafíos de la vida, así como el esfuerzo y la dedicación para alcanzar metas personales. En este contexto, el bienestar psicológico no se concentra tanto en las experiencias agradables o desagradables, sino en los valores que hacen que una persona se sienta plena. Esto, a su vez, facilita un desarrollo y crecimiento personal saludable. (Barrionuevo & Córdova, 2021)

Por otro lado, De acuerdo con Casullo (2000) Determinó que el bienestar psicológico se relaciona con la manera en que una persona percibe sus objetivos vitales, su nivel de satisfacción personal y cómo se siente respecto a lo que está logrando o es capaz de realizar, todo desde una perspectiva claramente subjetiva e individual (p.104).

Ryff (1989), Por su cuenta, Opina que el bienestar psicológico resalta la realización del potencial humano, característico de aquellos que poseen un sentido y propósito en la vida. Incluye la capacidad de alcanzar esos objetivos y de establecer relaciones de confianza con los

demás. Además, se suma la autoaceptación, el fomento de la autonomía, así como la habilidad para seleccionar y crear ambientes propicios que les permitan cumplir con sus necesidades e ideales personales

## **Dimensiones:**

### **Autoaceptación**

Es cuando un individuo cuenta con una percepción preciso en las acciones de el mismo como también los sentimientos.

### **Relaciones positivas con otras personas**

Se da cuando el individuo, muestra una confianza mutua y empatía.

### **Autonomía**

Se basa en conservar la independencia de cada individuo, como también una particularidad en diversos contextos tales como tensión social.

### **Dominio del entorno**

Es cuando el individuo busca, crea y elige su ambiente o entornos favorables, para cumplir o satisfacer diversas necesidades como también cumplir metas trazadas

### **Propósito en la vida**

Se basa en la entrega personal de cada individuo, donde busca realizarse como persona.

### **Crecimiento personal**

Es aquella creación de metas trazadas, tener una visión hacia la vida realizando o trazándose objetivos para conllevar a una dirección a la vida.

## **Bienestar**

Diener (2017) menciona que es el análisis del bienestar subjetivo se refiere a la valoración que una persona realiza, tanto en términos cognitivos como afectivos, de su propia vida. Esta evaluación abarca la exploración de las emociones experimentadas en respuesta a eventos y circunstancias, de la misma manera en cómo los juicios cognitivos influyen en la satisfacción con la vida y la salud.

El bienestar es un estado positivo de esa manera se eleva la creatividad la energía y la inteligencia. Su clasificación en **Bienestar físico**; se basa en realizar ejercicios, mantener el

cuerpo activo, y por otra parte está el **bienestar mental**, se basa en tener tu mente en calma, no mantenerlo con pensamientos negativos, es decir mantener un estado de paz. En otras palabras, el bienestar; es cuando tu cuerpo y tu mente están en equilibrio para sentirse bien, satisfecho, etc.

### **Psicológica**

Seligman (2002) Menciona que la psicología positiva afirma que su campo de estudio no solo se limita en el análisis de enfermedad, la debilidad y el daño, sino que también debe centrarse en las fortalezas y virtudes de las personas respecto a su salud. Por lo tanto, el enfoque terapéutico debe construir sobre los aspectos positivos y no solo tratar de corregir lo que está mal, esto quiere decir que un aspecto importante es la prevención. En otras palabras, la psicología positiva se relaciona con el funcionamiento de la mente y cómo los pensamientos y sentimientos afectan el comportamiento.

**2.2.1.2 Autoestima:** Se define a la autoestima como la valoración que se tiene de sí mismo, involucra emociones, pensamientos, sentimientos, experiencias y actitudes que la persona recoge en su vida. (Mejía, 2011)

Según la OMS hace mención que "Estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades; La autoestima tiene que ver con todas las emociones, sentimientos y sensaciones dirigidos a un mismo resultante del autoconcepto y de la percepción de valía sobre uno mismo.", Es evidente que la autoestima desempeña un rol de suma relevancia en el desarrollo y mantenimiento de un estado de bienestar completo a nivel físico, mental y social. Además, la autoestima también actúa como un factor protector importante para prevenir trastornos de la conducta alimentaria. De hecho, se considera un factor de protección general, ya que una autoestima saludable reduce significativamente la probabilidad de enfrentar situaciones de riesgo, no solo en relación con los trastornos de la conducta alimentaria, sino también en cuanto a otras conductas de riesgo como el consumo de sustancias psicoactivas, violencia en sus diversos tipos o el comportamiento sexual de riesgo. ("Organización Mundial de la Salud.", 2008)

Según la Organización Mundial de la Salud (ONU, 2013) la autoestima reduce la probabilidad de sufrir problemas de carácter psicológico y social desde un aspecto general.

Respeto hacia uno mismo, posicionándose desde un comportamiento digno hacia uno mismo. Capacidad de autocuidado y de proteger los propios intereses legítimos y derechos, en general el cuidado de uno mismo en diversos aspectos.

Maslow (1970) menciona que la autoestima es una necesidad básica del ser humano, relacionada con el reconocimiento y la confianza en uno mismo. Se nutre a través del reconocimiento que los demás brindan, los logros alcanzados a lo largo de la vida y las experiencias positivas o negativas vividas. Estas experiencias se convierten en la base para formar evaluaciones personales y desarrollar una valoración global de uno mismo, en resumen, la autoestima es la suma de evaluaciones y puntos que ayudan a generar autoconfianza.

Martínez (2010) nos da a conocer una serie de dimensiones o partes de la autoestima. La dimensión afectiva se refiere a la respuesta emocional que experimentamos hacia nosotros mismos. El componente conductual está relacionado con las intenciones y acciones que tomamos, basadas en nuestras opiniones y disposición hacia nosotros mismos, lo cual además refiere la forma se actúa. Por último, el componente cognitivo engloba las representaciones, creencias, ideas y descripciones que tenemos de nosotros mismos en diversas áreas de nuestra vida.

Ribeiro (2006) Especificó que la autoestima genera una fuerza interna que impulsa al ser humano a avanzar, orientándose hacia una igualdad personal y la oportunidad de convertirse en la causa y efecto de cómo se comportan las personas en los diversos entornos de sus vidas. (p.26)

Coopersmith (1967) citado por Uribe (2012) Consideró que la autoestima es el aprecio que una persona genera y mantiene a través de su propia experiencia, reflejando una cualidad de aceptación y señalando el grado en el que el individuo se siente competente, valioso, exitoso y apreciado. Se puede afirmar que cada persona desarrolla sus atributos y habilidades inherentes. (p. 27)

Alcántara (1993) Expresó que la autoestima se considera como una característica relacionada con nuestro ser interior, la forma habitual de reflexionar, atraer, confiar y comportarse con uno mismo. 'Es el aspecto constante a través del cual nos confrontamos con nuestra propia identidad'. Es el enfoque fundamental mediante el cual definimos nuestros estilos en relación con nuestro 'YO' personal. (p. 76)

La autoestima para cada ser humano es la manera de como se quieren y/o aprecian consigo mismo, es la habilidad y el apoyo de saber cómo depender de uno mismo, sintiéndose valioso y exitoso. La capacidad de desenvolverse con cada cualidad, habilidad y motivación que contribuirán a un crecimiento personal y, de alguna manera, a la construcción de un comportamiento que se desarrolla a lo largo de nuestra vida, lo que nos distingue de los demás. (Chileno, 2017)

Según Hoyos (como se citó en Ander Egg, 2013, p.32) “Es la idea y valoración que una persona tiene de sí misma. La autoestima se constituye a partir de los pensamientos, e imágenes que cada persona internaliza sobre si misma a partir de las interacciones con otros sujetos y su contexto”.

En este sentido, chileno (como se citó en Calero, 2000) desde una perspectiva más general, La autoestima es crucial porque es esencial para la personalidad y asegura la proyección hacia el futuro de la persona. Facilita la superación de las dificultades que surgen en la vida, influye en el aprendizaje, fomenta la responsabilidad y proporciona seguridad y confianza en uno mismo. (p.49). No podemos terminar este apartado sin antes destacar que como bien lo señalan Garrido (como se citó en Calero, 2000. p. 224) La inteligencia genética puede ser alterada; es decir, la autoestima, el apoyo emocional, la comunicación y la motivación juegan un papel importante en el desarrollo del coeficiente intelectual.

### ***2.2.3. Bienestar psicológico***

**1.2.1.1. Definición.** El bienestar psicológico es definido como 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.

### ***2.2.4. Autoestima***

**2.2.1.1. Definición.** La autoestima es considerada como la valoración que se tiene de sí mismo, involucra emociones, pensamientos, sentimientos, experiencias y actitudes que la persona recoge en su vida.

### **2.3. Hipótesis**

Ho: Si existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Pomabamba, Ancash 2022.

Hi: No existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Pomabamba, Ancash 2022.

### III. Metodología

#### 3.1. Nivel, Tipo y diseño de investigación

El tipo de estudio fue observacional porque no hubo manipulación de la variable; prospectivo, porque los datos recogidos fueron a propósito del estudio (primarios); transversal, porque se realizó una sola medición a la misma población; y analítico porque el análisis estadístico fue bivariado. (Supo, 2014).

El nivel de investigación fue relacional porque se buscó demostrar dependencia probabilística entre el bienestar psicológico y autoestima en tanto que no se pretendió conocer las relaciones causales, sino más bien la dependencia estadística, que a través de la estadística bivariado que permitió hacer asociaciones (Chi Cuadrado) (Supo, 2014).

#### 3.2. Población y muestra

La población de esta investigación fueron estudiantes (256). La población estuvo conformada por estudiantes que cumplieron los criterios de elegibilidad:

##### *Criterios de Inclusión:*

- Estudiantes presentes al momento de la evaluación
- Estudiantes de ambos sexos
- Estudiantes que han finalizado correctamente el llenado del test

##### *Criterios de Exclusión:*

- Estudiantes que no cumplan con los criterios de inclusión. Por lo que la población fue un total de  $N = 256$

El muestreo será no probabilístico, de tipo por conveniencia, pues sólo se evaluará a los asistentes que acepten participar del estudio

### 3.3. Variables. Definición y operacionalización

**Tabla 1.**

*Matriz de Definición y operacionalización de variables*

Variable de asociación	Dimensiones / Indicadores	Valores Finales	Tipo de Variable
Bienestar psicológico	• Autoaceptación	Alto	Categoría, nominal, politómica
	• Relaciones positivas con otras personas	Promedio	
		Bajo	
	• Autonomía		
	• Dominio del entorno		
	• Propósito en la vida		
	• Crecimiento personal		
Variable de supervisión	Dimensiones / Indicadores	Valores Finales	Tipos de Variable
Autoestima	Si	Alto	Categoría, nominal, politómica
	No	Promedio	
		Bajo	

### 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información

Para esta investigación se usó como técnica, la psicometría, que son test que cuenta con propiedades psicométricas y a su vez cuenta con validez y confiabilidad (Supo, 2014).

El instrumento que se usó para la evaluación de la variable de interés fue la escala de bienestar psicológico y autoestima.

#### a) Ficha técnica:

El nombre de este instrumento es: bienestar psicológico elaborada por Carol Ryff en 1995, fue traducida y adaptada por: Diaz, Darío, Rodríguez, et al, este instrumento tiene una procedencia estados unidos.

El nombre de este instrumento es: autoestima elaborado por Rossemberg en 1965, validada en Perú en el 2005. El instrumento tiene una procedencia en estados unidos.

#### **b) Descripción del instrumento**

El instrumento que se usará para la evaluación de la variable de interés será la escala de bienestar psicológico y autoestima.

La escala de Bienestar Psicológico fue creada por Carol Ryff en el año 1995, cuya revisión se dio el 2004 y fue adaptado a la versión española por Díaz et al., (2006).

La escala muestra juicios particulares de evaluación de una adecuada actividad psicológica, en contraste al foco tradicional de la psicología clínica que ha sido la patología y el malestar. Esta escala mide seis propiedades positivas del bienestar psicológico, que esta autora constituyó de acuerdo con las discusiones teóricas sobre los requerimientos cumplidos, motivaciones y propiedades que describen a un ser humano en íntegra salud mental. Por tal razón esta escala puede ser aplicada en el ámbito clínico, organizacional, educativo e investigación.

La escala de autoestima de Rossemberg en el año 1965, tiene generalmente una alta fiabilidad: correlaciones test-retest están típicamente en el intervalo de 0,82 a 0,88, y alfa de Cronbach para diversas muestras están en el rango de 0,77 a 0,88 (ver Blascovich y Tomaka, 1993 y Rosenberg, 1986 para más detalles). Corrección e interpretación: La puntuación se obtiene sumando la puntuación directa de los ítems 2, 5, 8, 9, 10 y la puntuación invertida de los ítems 1, 3, 4, 6, 7, La puntuación final oscila entre 10 y 40.

### **3.5. Método de análisis de datos**

Teniendo en cuenta que nuestro estudio fue de tipo observacional, prospectivo, transversal y descriptivo; el nivel de estudio relacional; variables categóricas, nominales, y aunque son politómicas, por todo lo antes dicho se usó la prueba estadística coeficiente de correlación de Spearman, con un nivel de significancia de  $\alpha = 5\% = 0,05$ . El análisis estadístico fue bivariado. El procesamiento de los datos se realizó a través de los softwares Microsoft Excel 2013 y Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).

### 3.6. Aspectos éticos

El presente estudio contemplo los principios éticos necesarios para su realización, sugeridos en el Reglamento de integridad científica en la investigación ver. 001 (ULADECH, 2024) conforme al código de ética. (actualizado por el consejo universitario con resolución N° 0277-2024-CU-ULADECH católica de fecha 14 de marzo del 2024). Es así que se consideró como principios del Bienestar psicológico y autoestima en los estudiantes, **Respeto y protección de los derechos de los intervinientes**, en tanto que se respetó en todo momento la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad; en cuanto el **Cuidado del medio ambiente**, no aplica para mi investigación; **Libre participación por propia voluntad**, pues se contó con la manifestación de voluntad, informada, libre, inequívoca y específica; **beneficencia no maleficencia**, dado que en todo momento se cuidará de no hacer daño a los sujetos que participarán del estudio; **Integridad y honestidad**, mantuvimos su integridad en todo momento, evitando todo tipo de mal intención que se pueda dar en el transcurso de la investigación donde se permitió la objetividad imparcialidad y transparencia en la difusión responsable de la investigación; **Justicia**, Se tuvo en cuenta ante todo la justicia y el bien común, se desarrolló de una forma equilibrada reconociendo las limitaciones y sesgos, para un trabajo sin manipulaciones y no dar lugar a prácticas injustas.

## IV. Resultados

**Tabla 2.**

*Correlación entre Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022.*

### **Coefficiente de correlación**

		Autoestima
Rho de Spearman	Bienestar psicológico	Coefficiente de correlación ,774**
		Sig. (bilateral) ,000
		N 256

B. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 2. Se demostró que existe relación significativa entre las variables comparadas (Bienestar psicológico y Autoestima) como consecuencia de haber contado con un p-valor inferior al 0.05 (0.00), evidenciando la existencia de la hipótesis alternativa y alcanzado una relación de 77.4 (correlación alta positiva).

**Tabla 3.**

*Nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022.*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
<b>Bajo</b>	224	87,5
<b>Mediana</b>	28	10,9
<b>Alto</b>	4	1,6
<b>Total</b>	256	100,0

En la tabla 3. Se observa que el 87.5% de los estudiantes reportaron un nivel bajo de autoestima.

**Tabla 4.**

*Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022.*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	87	34,0
Medio	84	32,8
Alto	85	33,2
Total	256	100,0

En la tabla 4. Se observa que el 34.0% de los estudiantes reportaron un nivel bajo de bienestar psicológico.

**Tabla 5.**

*Correlación entre autoaceptación y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022.*

**Coefficiente de correlación**

		Auto aceptación
Rho de Spearman	Coefficiente de correlación	,563**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	256

B. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 5. Se demostró que existe relación significativa entre las variables comparadas (Autoaceptación y Autoestima) como consecuencia de haber contado con un p-valor inferior al 0.05 (0.00), evidenciando la existencia de la hipótesis alternativa y alcanzado una relación de 56.3 (correlación positiva moderada).

**Tabla 6.**

*Correlación entre las relaciones positivas con otros y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022.*

**Coefficiente de correlación**

			Autoestima
Rho de Spearman	Relaciones Positivas	Coefficiente de correlación	,698**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	256

B. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 6. Se demostró que existe relación significativa entre las variables comparadas (Relaciones positivas y Autoestima) como consecuencia de haber contado con un p-valor inferior al 0.05 (0.00), evidenciando la existencia de la hipótesis alternativa y alcanzado una relación de 69.8 (correlación positiva moderada).

**Tabla 7.**

*Correlación entre autonomía y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022.*

**Coefficiente de correlación**

			Autoestima
Rho de Spearman	Autonomía	Coefficiente de correlación	,497**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	256

B. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 7. Se demostró que existe relación significativa entre las variables comparadas (Autonomía y Autoestima) como consecuencia de haber contado con un p-valor inferior al 0.05 (0.00), evidenciando la existencia de la hipótesis alternativa y alcanzado una relación de 49.7 (correlación positiva moderada).

**Tabla 8.**

*Correlación entre el dominio del entorno y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022.*

**Coefficiente de correlación**

			Autoestima
Rho de Dominio	Coeficiente de correlación		,653**
Spearman del Entorno	Sig. (bilateral)		,000
	N		256

B. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 8. Se demostró que existe relación significativa entre las variables comparadas (Dominio el entorno y Autoestima) como consecuencia de haber contado con un p-valor inferior al 0.05 (0.00), evidenciando la existencia de la hipótesis alternativa y alcanzado una relación de 65.3 (correlación positiva moderada).

**Tabla 9.**

*Correlación entre el crecimiento personal y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022.*

**Coefficiente de correlación**

			Autoestima
Rho de Crecimiento	Coeficiente de correlación		,642**
Spearman personal	Sig. (bilateral)		,000
	N		256

B. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 9. Se demostró que existe relación significativa entre las variables comparadas (Crecimiento personal y Autoestima) como consecuencia de haber contado con un

p-valor inferior al 0.05 (0.00), evidenciando la existencia de la hipótesis alternativa y alcanzado una relación de 64.2 (correlación positiva moderada).

**Tabla 10.**

*Correlación entre el propósito en la vida y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022.*

**Coefficiente de correlación**

			Autoestima
Rho de Spearman	Propósito en la vida	Coefficiente de correlación	,734**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	256

B. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 10. Se demostró que existe relación significativa entre las variables comparadas (Propósito en la vida y Autoestima) como consecuencia de haber contado con un p-valor inferior al 0.05 (0.00), evidenciando la existencia de la hipótesis alternativa y alcanzado una relación de 73.4 (correlación positiva alta).

**Tabla 11.***Prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov para una muestra*

		Auto	Relaciones Positivas	Autonomía	Dominio del Entorno	Propósito en la vida	Crecimiento personal	Bienestar psicológico	Autoestima
<b>N</b>		256	256	256	256	253	254	252	256
<b>Parámetros normales</b>	<b>Media</b>	21,60	24,28	16,52	24,79	26,09	17,35	130,51	21,75
	<b>Desviación</b>	4,086	4,272	3,412	4,758	6,007	3,086	18,038	3,643
	<b>Máximas diferencias extremas</b>	<b>Absoluto</b>	,097	,086	,090	,068	,063	,094	,059
	<b>Positivo</b>	,097	,086	,090	,048	,063	,094	,042	,081
	<b>Negativo</b>	-,044	-,079	-,052	-,068	-,045	-,078	-,059	-,125
<b>Estadístico de prueba</b>		,097	,086	,090	,068	,063	,094	,059	,125
<b>Sig. asintótica(bilateral)</b>		,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	,006 <sup>c</sup>	,016 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>	,036 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>

A. La distribución de prueba es normal.

En la tabla 11. Se observa que según la prueba estadística de normalidad de Kolmogorov Smirnov, los puntajes de todas las variables y dimensiones tienen distribución no normal (la significancia asintótica es menor al nivel de 0.05 en todos los casos), por lo que se utilizarán métodos no paramétricos (coeficiente de correlación de Spearman) para determinar la correlación entre variables.

### 1. Prueba de hipótesis general

**H<sub>1</sub>:** Si existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022.

**H<sub>0</sub>:** No existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022.

**Nivel de significancia:**  $\alpha = 0.05$  o  $0.01$  el cual representa el 5% y 1% de error

**Estadística de prueba:** Coeficiente de Spearman

**Toma de decisión:**

**P valor** inferior a 0.05

---

**Lectura del p-valor**

Con una probabilidad de error del 0.5% existe asociación entre el bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Pomabamba, Áncash 2022

**Toma de decisiones**

Si existe asociación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Pomabamba, Áncash 2022

---

*Nota:* En la presente tabla para comprobar la hipótesis planteada se utilizó la prueba de Coeficiente de Spearman, obteniendo como p valor inferior a 0.05 que está al nivel de significancia del 5%, lo cual permitió la decisión de aceptar la hipótesis alterna, es decir, que existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa publica en Pomabamba, Áncash 2022; o también se puede decir que existe independencia entre bienestar psicológico y autoestima es estudiantes de secundaria de una institución educativa publica en Pomabamba, Áncash 2022

## V. Discusión De Resultados

En base a los resultados obtenidos sobre la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022, se pudo evidenciar que si existe una relación significativa entre ambas variables (Rho de Spearman 0,774 y p-valor 0.00). Estos resultados son similares a lo estudiado por Flores (2022) quien en Ayacucho-Perú, en su estudio con adolescentes concluyó que existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y la autoestima. Así mismos, los resultados no son similares a los encontrados por Miranda (2020), en su estudio con adolescentes en Lima, quien concluyó que no existe relación entre la autoestima y el bienestar psicológico. Los resultados mostrados se pueden sustentar ya que, los niveles fueron bajos en la autoestima de los estudiantes, de la misma manera se mostraron niveles bajos de bienestar psicológico, puesto que es un factor importante que puede influir en la autoestima de los estudiantes de secundaria de 14 años de manera significativa, más aún, si esta variable es abordada de manera adecuada y con un enfoque integral. (Rossi et al., 2019). Asimismo, en la población estudiada no se muestra un trabajo en acompañamiento psicológico en la IE, dada la carencia de profesionales en psicología en esta parte de la región, y más a aun en la provincia de Pomabamba, también es importante, como lo menciona McFray y Fanning (1987), que la existencia de otros factores que puedan influenciar la baja autoestima de los estudiantes como la interacción social, rendimiento académico, la imagen corporal y algunas experiencias individuales que haya tenido el estudiante

Así mismo, el bienestar psicológicos, referidos al estado general de satisfacción y equilibrio emocional que se encuentra en niveles bajos en los estudiantes de educación secundaria de una I.E. Repercute en su autoestima, ya que según Barrionuevo y Córdova (2021), la autovaloración y percepción de sí mismos también se encuentra en niveles bajos, por lo que la confianza de las habilidades es afectada negativamente, se debe de tomar en cuenta que la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima es compleja y multifacética o alcanza múltiples caras y esto requiere un análisis más profundo a ser analizada.

Estos resultados se pueden contrastar con los encontrado por Miranda (2020) quien en Lima evidenció que según la escala de Rossemberg modificadas (RSES) y la escala de

autoestima, estas variables no tuvieron relación significativa en los estudiantes del quinto grado de la I.E. “San Luis”, en donde los bajos niveles de autoestima fueron el resultados del bienestar psicológico inadecuado se evidencia también un debilitamiento por parte de la instituciones educativa en programas de psicología, autocuidado, capacitación a padres y docentes, etc.

En base a los resultados obtenidos sobre la autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022, se pudo evidenciar que el 87.5% los estudiantes cuentan con niveles bajos de autoestima, mientras que solo un 10.9% tienen niveles medios y un 1.6% tienen niveles altos. Estos resultados son similares a los encontrados por Casullo (2020) quien, en Lima, según su estudio pudo evidenciar que existen bajos niveles de autoestima, de la misma manera fueron similares los resultados a los encontrados por Flores (2022) quien, en Ayacucho, acorde a su estudio encontró niveles medios de autoestima en estudiantes de la I.E. pública de Ayacucho. Esto, según Vásquez et. al. (2009), menciona que, principalmente en estudiantes que no desarrollan una forma de mejorar la autoestima, y tampoco cuentan con el apoyo profesional ni en cada, puesto que, al ser adolescentes, los padres consideran que se pueden llevar solos son ningún tipo de ayuda.

## VI. Conclusiones

Existe una la relación significativa entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022 (Rho Spearman 0.774, p-valor 0.000).

La autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022, es baja en un 87.5%.

El bienestar psicológico en la Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022, es bajo en un 34.0 %.

Existe una relación significativa entre autoaceptación y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022 (Rho de Spearman 0.563, p-valor 0.000).

Existe una relación significativa entre las relaciones positivas con otros y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022 (Rho de Spearman 0.698, p-valor 0.000).

Existe una relación baja entre autonomía y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022 (Rho de Spearman 0.497, p-valor 0.000).

Existe una relación significativa entre de dominio del entorno y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022 (Rho de Spearman 0.653, p-valor 0.000).

Existe una relación significativa entre crecimiento personal y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022 (Rho de Spearman 0.642, p-valor 0.000).

Existe una relación significativa entre el propósito en la vida y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022 (Rho de Spearman 0.734, p-valor 0.000).

## **VII. Recomendaciones**

Tomar acciones para que se pueda inculcar o realizar cursos o acompañamientos a los alumnos relacionados a la salud mental para mejorar la autoestima y otras capacidades en los estudiantes.

Realizar campañas o incentivar la contratación de personal en psicología para que puedan medir el estado de bienestar psicológicos en estudiantes, docentes orientados a la mejora y bienestar de los estudiantes.

Tomar medidas para que puedan acompañar mejor a sus estudiantes, como fomentar un ambiente positivo en el aula, proporcionar retroalimentación positiva, establecer metas alcanzables, de tal manera en que se pueda revertir y mejorar la autoestima.

Los estudiantes deben de participar activamente en el aula, el cual involucre actividades extracurriculares, proyectos en grupo y liderazgo, así mismo se debe de buscar fomentar hábitos saludables, ejercicios para la regulación y manejo del estrés y un enfoque en los talentos individuales.

Fomentar la resiliencia, el cual consiste en enseñar a los estudiantes a afrontar desafíos de manera positiva y que puedan aprender de los errores, la resiliencia les ayudará a superar obstáculos y fortalecer sus autoestimas.

## Referencias bibliográficas

- Barrionuevo, M. I., y Córdova, S. V. E. (2021). *Bienestar psicológico y violencia familiar en adolescentes del distrito de Ventanilla, Lima, 2021* [Tesis para optar el título profesional]. Universidad Cesar Vallejo.
- Cabos, B. T. (2019). *Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en estudiantes de Secundaria del Distrito Nuevo Chimbote* [Tesis para obtener el título profesional de licenciada en psicología]. Universidad Cesar Vallejo.
- Chileno, M. M. L. J. (2017). *Autoestima en estudiantes del tercer grado de secundaria del área de educación para el trabajo de la Institución Educativa "Solidaridad II, Campoy, 2017* [Tesis para obtener el título profesional licenciada en educación secundaria.]. Universidad Cesar Vallejo.
- Cicchetti, D., & Dawson, G. (2002). Bienestar psicológico [Special issue]. *Development and Psychopathology*.
- Del Castillo, R. M. A., y Henostroza, D. J. B. (2022). *Dependencia emocional y autoestima en universitarios de la ciudad de Huaraz, 2022*. [Tesis para obtener el título profesional de licenciada en psicología]. Universidad Cesar Vallejo.
- Estrada, H. H., De la Cruz, S., Bahamon, M., Maldonado, J., y Martelo, A. (s/f). *Burnout académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios*.
- Jachilla, V. J. M. (2022). *Bienestar psicológico y agresividad en estudiantes adolescentes de la institución pública del distrito de Chasquitambo, 2022* [Tesis para obtener el título profesional]. Universidad Cesar Vallejo.
- Luna, D., Figueroa, R. P., Contreras, J., Sierna, J., Navarrete, E., Montoya, J., Castañeda, P., y Gonzales, F. (2020). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) en una muestra mexicana*. *Revista psicodebate, psicología, cultura y sociedad*, 20(1).
- Martínez (2010). *La autoestima*. Obtenido de: <https://alternativas.me/attachments/article/190/2.%20Autoestima,%20teor%C3%ADas%20y%20su%20relaci%C3%B3n%20con%20el%20%C3%A9xito%20personal.pdf>
- Maslow (1970). *La autoestima*
- McFray, M., y Fanning, P. (1987). *Autoestima evaluación y mejora* (J. Vigil, Ed.).

- OMS. (2020). *Organización Mundial de la Salud*.
- OPS, OMS. *Equidad en Salud*. (s/f). Gensalud Disponible en [https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=health-equity&Itemid=101&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=health-equity&Itemid=101&lang=es), 5586 SRC.
- Organización Mundial de la Salud. (2008). *Determinantes sociales de la salud*. Ginebra OMS citado 18 Fe Disponible en <https://www.who.int/social-determinants>.
- OMS (2021). *Autoestima*. Obtenido de: <https://www.psiquion.com/blog/autoestima#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20la%20autoestima%3F,el%20f%C3%ADsico%20o%20el%20psicol%C3%B3gico>.
- ONU (2013). *Autoestima*. Español. Obtenido de: <http://www.f-ima.org/es/factores-de-proteccion-para-la-prevencion/autoestima>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (1948). *Constitución de la Organización Mundial de la Salud*. Recuperado de [http://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_sp.pdf](http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf)
- Perez, M. (2017). *Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de Los Olivos*. Obtenido de: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11339/P%C3%A9rez\\_BMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11339/P%C3%A9rez_BMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Rossi, J. L., Jimenez, J. P., Barros, P., Asar, R., Jaramillo, K., Quevedo, Y., Bajo, A., Leighton, C., y Martínez, F. (2019). *Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en universitarios chilenos*. *Revista médica de Chile*, 147(5).
- Ryff, K. (2006). *Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff*. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal.
- Ryff y Keyes (1995). *El bienestar psicológico*.
- Romero, Palomar. (2016). *El bienestar psicológico*. Latinoamérica. 1era. edición, noviembre 2016. Obtenido de: <http://qartuppi.com/2016/BIENESTAR.pdf>
- Vasquez, C., Hervas, G., Rahona, J. J., y Gomez, D. (2009). *Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva*. Universidad de Sevilla.
- Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J.J., & Gómez, D. (2009). *Bienestar psicológico y salud aportaciones desde la psicológica positiva*. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*.

Viner, R.M., Ozer, E.M., Denny, S., Marmot, M., Resnick, M., Fatusi, A., & Currie, C. (2012). *bienestar psicológico en adolescentes*. Obtenido de [http://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60149-4](http://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60149-4)

## Anexo 01. Matriz de Consistencia

**Tabla 12.**

*Matriz de consistencia*

Enunciado	Objetivos	Hipótesis	Variable(s)	Dimensiones / Indicadores	Metodología
¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022?	<p>Determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022</p> <p><b>Específicos:</b>            Determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022</p> <p>Determinar la autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022</p> <p>Determinar la relación entre autoaceptación y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022</p> <p>Determinar la relación entre las relaciones positivas con otros y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Áncash 2022</p> <p>Determinar la relación entre autonomía y autoestima en estudiantes de secundaria de una</p>	<p><b>H<sub>1</sub>:</b> Si existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Pomabamba, Áncash 2022.</p> <p><b>H<sub>0</sub>:</b> No existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Pomabamba, Áncash 2022</p>	<p>Bienestar psicológico</p> <p>Autoestima</p>	<p>Autoaceptación</p> <p>Relaciones positivas con otras personas</p> <p>Autonomía</p> <p>Dominio del entorno</p> <p>Propósito en la vida</p> <p>Crecimiento personal</p> <p>Sin dimensiones</p>	<p>El tipo de estudio fue observacional, correlacional, prospectivo, transversal y analítico. El nivel de investigación fue relacional. El diseño de investigación fue epidemiológico, no experimental. El universo son los estudiantes. La población estuvo constituida por estudiantes de secundaria, Pomabamba, que cumplan con los criterios de elegibilidad. Por lo que la población fue un total de N = 256. La técnica que se utilizó fue la encuesta y la psicométrica. Instrumentos: bienestar psicológico y autoestima</p>

---

Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022

Determinar la relación entre de dominio del entorno y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022

Determinar la relación entre crecimiento personal y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022

Determinar la relación entre propósito en la vida y autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022

Determinar el sexo de los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022

Determinar la edad de los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Publica en Pomabamba, Áncash 2022

---

**Anexo 02. Instrumento de recolección de información**

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**



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



**ESCALA BP DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF**

**EDAD:**                      **SEXO:** FEMENINO ( ) MASCULINO ( )

A continuación, se presenta algunos enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. Responda con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una equis (x).

ítems	Totalmente desacuerdo	Poco de acuerdo	moderadamente de acuerdo	Muy de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas						
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones						
3.No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente						
4.Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida						
5.Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga						
6.Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad						
7.En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo						

8.No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar						
9.Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí						
10.Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes						
11.He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto						
12.Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo						
13. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría						
14.Siento que mis amistades me aportan muchas cosas						
15.Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones						
16.En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo						
17.Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro						
18.Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para m						
19.Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad						
20. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo						
21.Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general						
22. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen						
23.Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida						

24. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo						
25. En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida						
26. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza						
27. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos						
28. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria						
29. No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida						
30. Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida						
31. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo						
32. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí						
33. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo						
34. No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está						
35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo						
36. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona						
37. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona						
38. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento						
39. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla						

**Verifique no haber dejado alguna pregunta sin responder**

**Gracias por completar el cuestionario**

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG

NOMBRES Y APELLIDOS: .....

Edad: .....

Sexo: .....

**INDICACIÓN:** Cuestionario para explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo.

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada, marcando con una **X**.

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

	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. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
4. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
5. Siento que no tengo muchos motivos para sentirme orgulloso/a.				
6. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.				
7. En general estoy satisfecho/a conmigo mismo/a.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces creo que no soy buena persona.				

## **Anexo 03. Validez y confiabilidad del instrumento**

### **Escala de bienestar psicológico**

#### **Ficha técnica**

**Nombre Original:** Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

**Autores:** Carol Ryff. (1995). Adaptado y validado por. Díaz, Darío; Rodríguez Carvajal, Raquel (2006)

#### **Objetivos:**

Evaluar de manera global el bienestar psicológico

#### **Administración:**

- Individual y colectivo.
- Adolescentes y adultos de ambos sexos, con un nivel, cultural mínimo para comprender las instrucciones y enunciados de la escala.

**Duración:** Aproximadamente 20 minutos.

#### **Características:**

La escala de bienestar psicológico de Ryff está conformada por 39 ítems, con seis alternativas, cuya valoración es 1 (totalmente desacuerdo), 2 (poco de acuerdo), 3 (moderadamente de acuerdo), 4 (muy de acuerdo), 5 (Bastante de acuerdo) y 6 (Totalmente de acuerdo) con una puntuación máxima de 234 puntos. Se define el bienestar psicológico como un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo.

#### **Análisis de confiabilidad**

La presente escala, fue traducida por Díaz et al., (2006). En el análisis estadístico obtuvo buena consistencia interna, con valores del  $\alpha$  de Cronbach mayores o iguales que 0,70. Además las altas correlaciones halladas entre las escalas de ambas versiones Autoaceptación (0,94); Relaciones positivas (0,98); Autonomía (0,96); Dominio (0,98); Crecimiento personal (0,92); Propósito en la vida (0,98), en consecuencia, indica que esta versión española representa bien los elementos teóricos esenciales de cada una de las dimensiones.

#### **Baremos de calificación e interpretación**

**Baremos:**

<b>GRADO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO</b>	
Rango	Nivel BP
>176 pts.	BP Elevado
141- 175 pts.	BP Alto
117 y 140 pts.	BP Moderado
<116 pts.	BP Bajo
<b>Puntaje máximo total: 234 puntos</b>	

**Calificación**

Una vez que el evaluado haya concluido con la prueba, se confirma que todos los enunciados hayan sido contestados, para poder continuar con la calificación.

Las respuestas se califican según las seis alternativas asignadas a todos los ítems correspondientes a cada dimensión.

Para la corrección Invertir los ítems: 17, 23, 15, 26 y 21. Siguiendo esta pauta:(1=6) (2=5) (3=4) (4=3) (5=2) (6=1)

Al obtener el puntaje respectivo por dimensión, se ubica cada uno de ellos en la categoría pertinente según el baremo: Adaptación peruana Pérez (2017)

Tabla: 15

Baremos generales de la escala de bienestar psicológico y sus sub- escalas

Pc	Aceptación	Relaciones Positivas	Autonomía	Dominio del entorno	Propósito En la vida	Crecimiento personal	Total	Pc
99	35-36	41-42	30	42	48	30	217-233	99
90	31-34	37-40	26-27	38-41	46-47	29	205-216	90
80	30	34-36	24-25	36-40	43-45	28	197-204	80
70	29	32-33	23	35	41-42	27	189-196	70
60	28	31	22	34	39-40	25-26	181-188	60
50	25-27	30	21	32-33	35-38	24	172-180	50
40	24	28-29	19-20	30-31	34	23	164-171	40

30	23	26-27	18	29	31-33	22	155-163	30
20	20-22	24-25	16-17	24-28	30	21	133-154	20
10	14-19	17-23	11-15	17-23	13-29	13-20	82-132	10
1	0-13	0-16	0-10	0-16	0-12	0-12	0-81	1
N	390	390	390	390	390	390	390	N
Mediana	25-65	29-36	20,71	31,80	36,12	23,82	169,72	M
Moda	28	28	21	32	38	25	164	Mo
DE	4,778	5,559	4,368	5,982	7,559	4,337	28,700	DE
Mínimo	11	12	9	12	8	9	64	Min
Máximo	36	42	30	42	48	30	233	Max

Esta escala está compuesta por 39 ítems a los que los participantes responden utilizando un formato de respuesta tipo Likert con puntuaciones comprendidas entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 6 (totalmente de acuerdo), para un total de 234 puntos como máximo. Puntuaciones mayores de 176 en el total señalan un BP elevado; entre 141 y 175 BP alto; entre 117 y 140 puntos BP moderado; e inferiores a 116 puntos BP bajo. Además del puntaje global es posible efectuar análisis en cada dimensión para considerar la predominancia de los afectos positivos sobre los afectos negativos, por cuanto el bienestar psicológico es un constructo multidimensional que comprende diferentes elementos de orden emocional y cognitivo

### Interpretación

- **Autoaceptación:** Evalúa el nivel de conciencia y aceptación de los valores personales y de las limitaciones que posee uno mismo. Se considera el eje central de la salud mental, el funcionamiento positivo y madurez. Una puntuación elevada en esta dimensión, expresa que una persona posee una aceptación positiva frente a su persona, sus conocimientos y se acepta de manera general, tanto con sus fortalezas como con sus debilidades. Una puntuación baja, hace referencia a una persona que experimenta sentimientos de insatisfacción y decepción con lo que ha acontecido en su vida; así como, deseos de ser diferente.
- **Relaciones positivas:** Evalúa la capacidad de mantener relaciones cercanas con los demás, teniendo como base la confianza y la empatía; se relaciona también con el nivel

de preocupación por el bienestar de los demás. La habilidad para amar es vista como un componente central de la salud mental. Por ende, las personas que tengan puntuaciones elevadas en dicha dimensión son personas con elevada capacidad de ponerse en el lugar de los demás, afecto e intimidad y entienden el dar y recibir de las relaciones humanas; por el contrario, aquellas con niveles bajos, poseen pocas relaciones cercanas con los demás, se les dificulta ser cálidos, abiertos y preocupados con los demás; además, se sienten frustrados en las relaciones interpersonales por lo que no mantienen vínculos significativos con los otros, les cuesta relacionarse con los demás en un nivel más profundo.

- **Autonomía:** Evalúa el grado en que las personas mantienen su independencia y autoridad personal; implica la autodeterminación y la capacidad para resistir a las presiones sociales. Puntuaciones altas en esta dimensión, hacen referencia a una persona determinada e independiente, capaz de resistir a las presiones sociales (al momento de pensar y actuar) de regular su comportamiento a través de un locus de control interno y se evalúa a partir de estándares personales, más no colectivos. Por el contrario, una persona que saca puntuaciones bajas, se mantiene pendiente de las expectativas y evaluaciones de los demás, toma decisiones según juicios externos y moldea su manera de pensar y actuar según las demandas sociales.
- **Dominio del entorno:** Evalúa la capacidad de la persona para crear o seleccionar entornos que le favorezcan a satisfacer sus deseos y necesidades personales. Ello se logra a partir de actividades físicas o mentales en relación a los valores y necesidades, utilizando de manera efectiva las oportunidades del contexto. Por el contrario, puntuaciones bajas, expresan dificultades para manejar los asuntos que ocurren en el plano cotidiano, incapacidad para cambiar o mejorar su contexto, poca conciencia de las oportunidades del entorno, dejando pasar las oportunidades del ambiente.
- **Crecimiento personal:** Evalúa el proceso de la persona del desarrollo de su potencial, a través de nuevas experiencias y mejoras constantes. Una persona que obtiene puntuaciones altas tiene sensación de continuo desarrollo, se ve como alguien que crece y se expande, se encuentra abierta a nuevas experiencias; por lo que observa progreso tanto en su forma de ser y en sus comportamientos a lo largo

del tiempo, a partir de ello, refleja mayor efectividad y conocimiento de sí mismo. Al contrario, puntuaciones bajas expresan una sensación de estancamiento personal, carencia de sentido de que están mejorando a través del tiempo; por ende, se sienten incompetentes para desarrollar nuevas actitudes o comportamientos; así como, aburridos y desinteresados por lo que están viviendo y lo viene en un futuro.

- **Propósito en la vida:** Evalúa la capacidad de la persona para tener metas en la vida y un sentido de direccionalidad; así como, otorgarle un sentido tanto a lo que se está viviendo como a lo que ya ocurrió. Además, hace referencia al tener fines y objetivos para la vida. De manera contraria, una persona que con puntuaciones bajas denota una carencia de sentido de significado hacia la vida, posee pocas metas, así como, direccionalidad frente a su historia, no ve el pasado como algo que obtenga un propósito y le cuesta tener un panorama o creencias que le dé a su vida un sentido.

## **Escala de Autoestima**

### **Ficha técnica**

**Nombre Original:** Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR)

**Autores:** Rosenberg (EAR, Rosenberg, 1965), validada en Perú en el 2005

### **Objetivos:**

Explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo

### **Administración:**

- Individual y colectivo.
- A partir de los 11 años de edad hasta adultos.

**Duración:** Sin tiempo.

### **Características:**

La escala de Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) (1965) está conformada por 10 ítems, con 4 opciones de respuesta: desde Muy de acuerdo (1), De acuerdo (2), En desacuerdo (3), Muy en desacuerdo (4). Consta de 5 ítems directos y 5 inversos (Ítems inversos: 3, 5, 8, 9 y 10). La puntuación final oscila entre 10 y 40. Las puntuaciones mayores son indicadoras de una autoestima más alta. Se define autoestima a la valoración, percepción o juicio positivo o

negativo que una persona hace de sí misma en función de la evaluación de sus pensamientos, sentimientos y experiencias.

### **Análisis de confiabilidad**

La muestra original para el que se desarrolló la escala en la década de 1960 constaba de 5.024 estudiantes de secundaria y adultos mayores de 10 escuelas seleccionadas al azar en el estado de Nueva York y se anotó como una escala de Guttman. La escala tiene generalmente una alta fiabilidad: correlaciones test-retest están típicamente en el intervalo de 0,82 a 0,88, y alfa de Cronbach para diversas muestras están en el rango de 0,77 a 0,88 (ver Blascovich y Tomaka, 1993 y Rosenberg, 1986 para más detalles). Los estudios han demostrado tanto una estructura de dos factores (confianza en sí mismo y autodesprecio) como escala unidimensional y ara obtener las normas para una muestra similar a la suya, debe buscar en la literatura académica para encontrar la investigación con muestras similares.

### **Baremos de calificación e interpretación**

<b>RANGO</b>	<b>NIVEL DE AUTOESTIMA</b>
1- 25	Bajo
26 – 29	Mediana
30 - 40	Alto

### **Calificación:**

La persona evaluada responde los 10 ítems en una escala tipo Likert de 4 puntos (de Muy de acuerdo a Muy en desacuerdo). Corrección e interpretación: La puntuación se obtiene sumando la puntuación directa de los ítems 1, 2, 4, 6, 7 y la puntuación invertida de los ítems 3, 5, 8, 9 y 10. La puntuación final oscila entre 10 y 40. Las puntuaciones mayores son indicadoras de una autoestima más alta.

### **Interpretación:**

La mayor puntuación que se puede obtener en esta escala son 40 puntos. Si la persona evaluada obtiene una puntuación entre 30 y 40 puntos se dice que tiene una autoestima alta. Si logra una puntuación de 26 y 29 puntos se dice que tiene la autoestima mediana. Si logra una puntuación por debajo de los 25 puntos indica que tiene una autoestima baja.

## **Anexo 04. Formato de Consentimiento Informado**



### **UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

#### **Consentimiento informado**

Septiembre del 2022

Estimado .....

La Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote apoya la práctica de obtener el consentimiento informado de, y proteger a, los sujetos humanos que participen en investigación. La siguiente información tiene por objeto ayudarle a decidir si aceptará participar en el presente estudio. Usted está en libertad de retirarse del estudio en cualquier momento. Para tal efecto se le pedirá que responda a la ESCALA DE EVALUACIÓN DE BIENESTAR PSICOLOGICO Y AUTOESTIMA. Nos interesa estudiar el BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUBLICA, MONSEÑOR FIDEL OLIVAS ESCUDERO, POMABAMBA, 2022. Nos gustaría que usted participara de esta investigación, pero tal participación es estrictamente voluntaria. Les aseguramos que su nombre no se mencionará en los hallazgos de la investigación. La información sólo se identificará mediante un código numérico.


Si le gustaría tener información adicional acerca del estudio antes o después que finalice, puede ponerse en contacto con cualquiera de nosotros por teléfono o por correo.

Agradecemos su atención y apreciamos su interés y cooperación.

**Atentamente,**

**Villanueva Cirilo Maria Elena**

**Anexo 05. Documento de aprobación de institución para la recolección de información**




UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

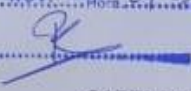
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Chimbote, 18 de noviembre del 2022

 I.E.P. MONSEÑOR FIDEL OLIVAS ESCUDERO  
SECRETARÍA GENERAL

Exp. N° 1410 Folios 01  
FECHA 22 NOV. 2022 Hora 09:03



**CARTA DE RECOJO DE DATOS N° 0022 -2022-DIR-EPPS-FCCS-ULADECH Católica**

Sr(a): Lic. Cesar Augusto Villanueva diestro  
Institución Educativa Monseñor Fidel Olivas Escudero  
Presente -

A través del presente, reciba Ud. el cordial saludo en nombre de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para solicitarle lo siguiente:

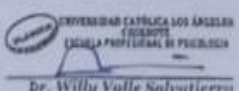
En cumplimiento del Plan Curricular del programa de la Escuela Profesional de Psicología, el/la estudiante **Villanueva Cirilo Maria Elena**, viene desarrollando un trabajo de investigación denominado Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de la institución educativa pública, Monseñor Fidel Olivas Escudero,

Pomabamba, 2022

Para lo cual se requiere de su autorización para la aplicación de instrumentos de evaluación psicológica en el centro que usted dignamente dirige.

Sin otro particular me suscribo de usted agradeciéndole por anticipado la atención que sirva brindar al presente.

Atentamente,

  
UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA  
Dr. Willy Valle Salvatierra  
DIRECTOR

## **Anexo 06. Evidencias de ejecución (declaración jurada, base de datos)**

### **Declaración jurada**

Yo, María Elena Villanueva Cirilo con DNI. N° 72085708, natural de la ciudad de Ancash - Pomabamba, declaro bajo juramento que la presente investigación cuenta con datos reales, recogidos por mi persona para este estudio, sometiéndome a las disposiciones legales vigentes de incurrir en falsedad de datos.

Y para que así conste y surta los efectos oportunos firma la presente declaración en la Ciudad de Ancash, el día 19 de noviembre del 2024.



---

Firma