



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

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN MUJERES DE UNA URBANIZACIÓN
EN SAN JUAN DE LURIGANCHO, LIMA 2023**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL

AUTOR

RAMIREZ RAMOS, LEONELA VANESSA

ORCID:0000-0002-5571-5551

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° 0316-121-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **12:00** 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 MUJERES DE UNA URBANIZACIÓN EN SAN JUAN DE LURIGANCHO, LIMA 2023**

Presentada Por :
(5023201034) **RAMIREZ RAMOS LEONELA VANESSA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **16**, 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 MUJERES DE UNA URBANIZACIÓN EN SAN JUAN DE LURIGANCHO, LIMA 2023 Del (de la) estudiante RAMIREZ RAMOS LEONELA VANESSA, asesorado por VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 7% 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, 28 de Enero del 2025



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

A mis hijos, quienes siempre han sido mi motor y motivo y por quienes quise empezar esta nueva historia en mi vida. Cada paso en este viaje académico ha estado guiado por el deseo de brindarles un mejor futuro. Ustedes son mi fuente inagotable de inspiración y motivación. Esta tesis es un testimonio de mi compromiso con su educación y bienestar. Les dedico este trabajo con todo mi amor y gratitud.

Agradecimiento

Gracias a Dios por darme las fuerzas para enfrentar cada reto que se me presenta y a mi madre por siempre alentarme a seguir adelante pase lo que pase. A los docentes de ULADECH por la paciencia que tienen con nosotros los alumnos y por la guía que nos brindan para cruzar este camino que empezamos hace unos años con un sueño que no dejaremos hasta alcanzarlo. Asimismo, a las mujeres que colaboraron en esta investigación por su tiempo y buena voluntad en su participación.

Índice General

Dedicatoria	IV
Agradecimiento	V
Índice General	VI
Lista de tablas.....	VIII
Lista de Figuras.....	IX
Resumen.....	X
Abstract.....	XI
I. PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
II. MARCO TEÓRICO	8
2.1. Antecedentes	8
2.2. Bases teóricas	12
2.4. Hipótesis.....	25
III. METODOLOGÍA.....	26
3.1. Nivel, Tipo y Diseño de Investigación	26
3.2. Población y muestra	26
3.3. Variables. Definición y Operacionalización.....	28
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información	29
3.4.1. Técnicas.....	29
3.4.2. Instrumentos	29
3.5. Método de análisis de datos	30
3.6. Aspectos éticos	30
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	32
V. DISCUSIÓN	35
VI. CONCLUSIÓN.....	39
VII. RECOMENDACIONES	40
REFERENCIAS	41
ANEXOS.....	48
Anexo 01. Matriz de consistencia	48
Anexo 02. Instrumentos de Recolección de información	49

Anexo 03 y 04. Validez y Confiabilidad del Instrumento	51
Anexo 05. Formato de Consentimiento Informado.....	56
Anexo 06. Documento de aprobación de institución para la recolección de Información.....	57
Anexo 07. Evidencias de ejecución.....	58

Lista de tablas

Tabla 01 Definición y operacionalización de las variables.....	28
Tabla 02 Dicotomización de las variables psicológicas de Bienestar Psicológico y autoestima	32
Tabla 03 Correlación de las variables psicológicas de bienestar psicológico y autoestima.....	32
Tabla 04 Nivel de bienestar psicológico en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023	34
Tabla 05 Nivel de autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023.....	34
Tabla 06 Matriz de consistencia.....	49

Lista de Figuras

Figura 01 Gráfico de puntos del análisis de correspondencia simple de bienestar psicológico y autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023.....	33
---	-----------

Resumen

El objetivo principal del estudio realizado fue determinar si existía relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023. El estudio fue observacional, prospectivo, transversal, analítico de nivel relacional con diseño no experimental. El grupo de estudio estuvo compuesto por 200 mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho bajo un muestreo no probabilístico, de tipo conveniencia, ya que solo se evaluaron mujeres de la urbanización del distrito mencionado. El instrumento utilizado fue la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos – BIEPS A y la Escala de Autoestima de Rosenberg Modificada. Se halló que el 47.5 % presenta bienestar psicológico alto; de la misma manera, el 50 % presenta autoestima media y un 44.5 % de autoestima baja. Para poder determinar la relación entre estas variables se utilizó el programa SPSS y Excel, encontrándose que el coeficiente de correlación de Chi cuadrado de Pearson fue de 0,479 siendo $>0,05$ por lo que se concluye que no existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023.

Palabras clave: bienestar psicológico, autoestima, mujeres.

Abstract

The main objective of the study carried out was to determine if there was a relationship between psychological well-being and self-esteem in women from an urbanization in the district of San Juan de Lurigancho, Lima, 2023. The study was observational, prospective, transversal, analytical at a relational level with a design not experimental. The study group was made up of 200 women from an urbanization in the district of San Juan de Lurigancho under non-probabilistic, convenience sampling, since only women from the urbanization of the aforementioned district were evaluated. The instrument used was the Psychological Well-being Scale for Adults – BIEPS A and the Modified Rosenberg Self-Esteem Scale. It was found that 47.5% have high psychological well-being; Likewise, 50% have medium self-esteem and 44.5% have low self-esteem. In order to determine the relationship between these variables, the SPSS and Excel programs were used, finding that the Pearson Chi square correlation coefficient was 0.479, being >0.05 , so it is concluded that there is no relationship between psychological well-being and self-esteem in women from an urbanization in the district of San Juan de Lurigancho, Lima, 2023.

Keywords: psychological well-being, self-esteem, women

I. PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA

El bienestar psicológico y la autoestima son pilares esenciales de la salud mental y el desarrollo personal. Sin embargo, en contextos urbanos como San Juan de Lurigancho, uno de los distritos más grandes y vulnerables de Lima, diversos factores como el estrés económico, la inseguridad y la desigualdad de género afectan significativamente estos aspectos. La pandemia de COVID-19 agravó esta situación, generando un impacto profundo en la salud mental, especialmente en las mujeres, quienes enfrentaron mayores cargas en el ámbito doméstico, precarización laboral y niveles elevados de ansiedad y estrés. Ante este panorama, resulta fundamental investigar cómo estas experiencias han influido en el bienestar psicológico y la autoestima de las mujeres en una urbanización de este distrito.

El bienestar psicológico siempre ha sido estudiado debido que esto abarca muchos campos de la paz mental de la persona, juega un papel importante para llevar una buena calidad de vida y ayudará a desarrollarse en su entorno, recordemos que el ser humano es un ser gregario y es feliz al estar rodeado de sus congéneres. Iturrieta (2018) nos refiere que el bienestar psicológico es: “La valoración que una persona hace de su propia vida, en términos de la preponderancia de sentimientos positivos sobre los negativos” (p.85)

Por otro lado, si hablamos de la autoestima, podemos decir que es un sentimiento fundamental en el individuo que le permitirá desarrollarse de manera

activa y con resiliencia ante los problemas. La autoestima se define como el juicio que las personas tienen con respecto a sí mismas (Rosenberg, 1979).

Lamentablemente, si la persona tuviese una baja autoestima, sería probablemente incapaz de empatizar o controlar sus emociones, podrían tal vez tomar dos caminos totalmente distintos, mientras algunos se encerrarían en sí mismos otros pueden reaccionar con agresividad o actitudes hostiles hacia los demás. Es por eso que este trabajo está canalizado en no solo ver en qué situación se encuentra la población elegida con respecto a estas dos variables, sino que también podrá servir para futuras investigaciones en las que se pueda ayudar mediante estrategias de fortalecimiento para mejorar la autoestima y a su vez brindar el bienestar psicológico que es lo que más se necesita en estos tiempos.

Villalobos (2019) refiere que el bienestar psicológico es el sentido de mérito personal o auto dignidad: es la seguridad del valor propio, una actitud afirmativa hacia el derecho de vivir y de ser feliz. Comodidad al expresar apropiadamente los pensamientos, deseos y necesidades; sentir que la alegría es el derecho natural. Por tanto, es la tendencia a sentirse digno de éxito y felicidad; en consecuencia, la percepción de uno mismo como una persona para quien el éxito, el respeto, la amistad y el amor son apropiados.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2013) define la salud mental como un estado de bienestar en el que la persona es consciente de sus propias

capacidades y las desarrolla, es capaz de expresar sentimientos, de mantener relaciones interpersonales positivas, puede afrontar las tensiones normales del quehacer diario, trabaja de forma fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

Hernández et al. (2019) informan que su estudio de la salud mental permite un enfoque afirmativo del derecho a la vida y la felicidad en el sentido de un sentido de importancia personal o autoestima (es decir, la garantía de la autoestima). Eres libre de expresar tus pensamientos, deseos y necesidades; se dice que la felicidad es un derecho natural.

Por lo tanto, Villalobos (2019) también sugiere que el éxito y la felicidad son cuestión de sentirse digno, por lo tanto, verse como alguien digno de éxito, respeto, amistad y amor. En las últimas décadas se ha definido como una evaluación que una persona realiza sobre determinados ámbitos de su vida, como el trabajo, la familia, las relaciones con los demás y valoraciones emocionales relacionadas con la frecuencia e intensidad de las emociones negativas o positivas.

Espinoza (2020) nos dice que la confianza ya no es solo una necesidad psicológica muy importante, sino una necesidad económica igualmente importante, algo necesario en un mundo complejo, la competencia es feroz y está llena de desafíos. Sin una autoestima sana, una persona no puede alcanzar su máximo potencial.

El bienestar constituye un término amplio cuya definición ha sido debatida y abarcada en el marco de múltiples conceptualizaciones y diversos fundamentos teóricos. El mismo puede entenderse como un estado de la persona cuyas condiciones físicas y mentales le proporcionan un sentimiento de satisfacción y tranquilidad (Cnen et al. 2020)

A su vez Barrientos et al. (2017) nos indican que esto puede ser definido como el crecimiento personal y las capacidades de un individuo, a partir de las cuales éste muestra indicadores de un funcionamiento positivo. Constituye, afirman los mismos, una experiencia personal que se construye a lo largo del tiempo con el desarrollo psicológico del sujeto y con la capacidad de relacionarse positivamente con sus experiencias, teniendo en cuenta la incorporación activa de medidas positivas y no solamente la ausencia de aspectos negativos vivenciados.

Asimismo, Honkala, et al., (2017) Sostienen que la autoestima es la seguridad en la virtud de la propia mente, es decir; es el sentimiento de autoconfianza, de ser valioso y ser capaz en lo que se propone. Asimismo, describe a la autoestima como un análisis de la información que constituye el auto concepto, y se genera de los sentimientos que tiene un individuo sobre los aspectos que lo conforman.

El Perú se encuentra entre los países menos felices de Sudamérica, según informa el primer Reporte Mundial de la Felicidad de las Naciones Unidas, realizado

por la Universidad de Columbia en el 2012, lo cual no sólo afecta a la autoestima sino por ende a su bienestar psicológico, más aún en estos tiempos en los que nos ha tocado vivir en pandemia. Es por ello que se llevó a cabo el Plan de Salud Mental (En el contexto COVID-19, Perú, 2020 – 2021) que se constituye en un instrumento que permite a la ciudadanía enfrentar en forma adecuada el curso y las consecuencias de la pandemia originada por el COVID-19, y tiene como propósito promover el bienestar de la población mediante la promoción del autocuidado y el cuidado mutuo para la mitigación del impacto de la pandemia y la atención en salud mental a la población afectada.

Por otro lado, Rojas et al. (2020) en la investigación que realizaron sobre el bienestar psicológico de las familias en tiempo de pandemia arrojó que los resultados reflejan que el 76% se encuentran en un estado favorable de bienestar psicológico, el 22% nivel medio y 3% refleja negatividad, entre las edades de 26 a 30 años siendo las personas encuestadas más mujeres, concluyendo que la pandemia afecta a un grupo de personas en el aspecto de ansiedad, estrés, en las relaciones de vínculo social, en sus proyectos de vida, en la aceptación del proceso por el cual están atravesando siendo el mayor índice de género es el femenino.

Finalmente, es fundamental conocer los niveles de bienestar psicológico y autoestima que manifiestan los adultos en este tiempo de pandemia, crisis económica e inestabilidad laboral por la que se está atravesando actualmente. De esta manera se estudiará un constructo tan antiguo como lo es el concepto de la autoestima y se

tratará de predecir como esto influye en el bienestar psicológico de los sujetos y si esto puede mejorar la calidad de vida en los contextos culturales de nuestro querido país.

Por lo dicho anteriormente se formula la siguiente pregunta:

¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023?

La presente investigación se justifica teóricamente porque contribuirá a la comunidad científica de la universidad ULADECH, con nueva información obtenida del estudio que servirá como antecedentes de futuras investigaciones científicas relacionadas a esta temática. Siendo este estudio dentro de la línea de investigación de la escuela profesional de Psicología referidos a la prevención y el cuidado de la salud mental.

Los resultados de este estudio ayudarán a concientizar sobre la importancia de mantener una buena autoestima y del bienestar psicológico, por consiguiente, las investigaciones futuras puedan establecer programas que lleguen a reducir los diferentes problemas emocionales que originan una baja auto aceptación y una baja calidad de vida, favoreciendo a la población en la ayuda de su bienestar. Los resultados de la investigación van a contribuir en mejorar las estrategias para mejorar el bienestar psicológico de las mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, con la finalidad de reducir las consecuencias psicosociales de

las mujeres con baja autoestima y en busca de ayudar en la mejora de su calidad de vida para que puedan lograr el grado de satisfacción deseada.

Asimismo, también permitirá la obtención del título profesional, así como también conocer con mayor profundidad las variables de la autoestima y el bienestar psicológico, lo que favorecerá y permitirá desarrollar futuras investigaciones.

De la misma manera, para dar respuesta a la pregunta anterior se formula el siguiente objetivo general que es el determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023. De la misma manera como objetivos específicos se encuentra el describir el nivel de bienestar psicológico en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023. Del mismo modo, el describir el nivel de autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Castillo y Uribe (2019) refieren que el propósito de su investigación fue evaluar el bienestar psicológico y la autoestima de los pacientes hipertensos de 35 a 75 años de edad, en el Instituto Dominicano de Cardiología de la República de Santo Domingo en el período octubre 2018- enero 2019. La población objeto de estudio fueron hombres y mujeres. La metodología utilizada fue un estudio descriptivo acompañado de un enfoque cuantitativo. Se aplicó una encuesta sobre el bienestar psicológico y la autoestima la cual fue suministrada a una muestra de 100 pacientes. Donde se demostró que el 43% de los pacientes se encontraban en edades de 61 a 70 años, dando a entender que es la edad donde más es propensa la enfermedad dentro de esta muestra. También se demostró que el 66% de los pacientes se siente feliz con el estilo de vida que lleva, mientras que el 90% considera que tiene buenas cualidades y un 99% está satisfecho consigo mismo, por otro lado, el 99% no se siente inferior a los demás. Concluimos que los pacientes encuestados tienen el bienestar psicológico y una autoestima alta. Los cuales son favorables para la enfermedad y el tratamiento de la misma.

Marziali (2020) tuvo como objetivo analizar la relación entre el bienestar psicológico, la autoestima y los estilos de apego en la experiencia de pareja, Argentina, 2020, para esto se utilizó un estudio cuantitativo, correlacional, en una muestra de 300 jóvenes adultos de ambos sexos residentes en CABA y GBA, se

utilizó la escala BIEPS-A (Casullo, 2002), la Escala de Autoestima de Rosenberg (1965, adaptada en Argentina por Góngora & Casullo, 2009) y el Cuestionario de Experiencia en las Relaciones de Pareja (Alonso-Arbiol & Yáñez-Yaben, 2000). Los resultados indicaron que no existe correlación entre el bienestar psicológico y la autoestima, los resultados permiten concluir que el bienestar psicológico no se correlaciona con la autoestima.

Flores (2022) en su estudio de investigación tuvo como objetivo primordial el determinar si existía relación entre el bienestar psicológico y el nivel de autoestima en los estudiantes de 3°,4° y 5° del nivel secundario de un colegio público de Ayacucho 2021. La población estuvo compuesta por 120 estudiantes y como muestra probabilística se contó a 92 estudiantes entre ambos sexos. Se halló que el 56,5% tiene un nivel medio de B.P, el 37% autoestima alta y un 38% autoestima media. En conclusión, se halló que sí existe relación entre la variable de bienestar psicológico y el nivel de autoestima. La autoeficacia indica que estas 2 últimas variables son las que podrían determinar o afectar a su bienestar psicológico del adolescente.

Calderón y Martínez (2022) en su investigación sobre la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes del 1° ciclo de la carrera de Psicología de una universidad privada, Lima 2022; con su metodología de enfoque cuantitativo, de tipo básica, diseño no experimental, corte transversal; de alcance descriptivo-correlacional, en donde la muestra fue de tipo probabilística estuvo conformada por 149 estudiantes a quienes se les aplicó dos cuestionarios: siendo así

el cuestionario adaptado de la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y, por otro lado, el cuestionario adaptado de la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS (A). A pesar de una de las limitaciones más relevantes que fue la pandemia del Covid-19 para recolectar los datos y aplicar los mencionados instrumentos. Los resultados descriptivos arrojaron que el 45% de los estudiantes perciben a la autoestima en un nivel bajo y; el 41,6% considera al bienestar psicológico en un nivel bajo. Asimismo, los resultados inferenciales obtuvieron un nivel de confianza del 95% y la prueba de Rho de Spearman indicaron sobre la hipótesis general, un valor de $r = .354$ y un p -valor = 0,000 ($p < .05$) por lo que se concluyó que: Si Existe relación entre autoestima y bienestar psicológico en los estudiantes del 1° ciclo de la carrera de psicología de una Universidad Privada; entendiéndose que a mayor autoestima habrá mayor bienestar psicológico y; a menor autoestima habrá menor bienestar psicológico respectivamente.

Achulli,y Del Carmen. (2018) en su investigación tuvieron como objetivo determinar la influencia de la autoestima (AE) sobre el bienestar psicológico (BP) en estudiantes de I a VI ciclo de un instituto de educación superior técnica de Lima. La muestra estuvo conformada por 162 estudiantes (64.8% mujeres y 35.2% hombres) con edades comprendidas entre los 16 años y los 45 años de edad ($M = 21.03$, $DE = 4.23$) de todos los ciclos que involucra una carrera técnica, de las distintas carreras del mismo instituto. Todos fueron evaluados con la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y la Escala de Bienestar Psicológico para adultos (BIEPSA), ambas pruebas validadas en población peruana. Se realizó una regresión múltiple,

considerando como variable predictora las dimensiones de la AE y como variable criterio o dependiente las dimensiones del BP. Los resultados demuestran que existe mayor influencia significativa y pequeña de la dimensión AE negativa sobre las dimensiones del BP. Y se concluye sobre la influencia de la AE sobre el BP. Finalmente se discuten las implicancias teóricas y prácticas de los resultados obtenidos.

Huertas (2022) en su estudio tuvo como objetivo relacionar bienestar psicológico y autoestima en adolescentes del distrito de chorrillos, Lima 2022. El nivel de investigación fue relacional y el diseño de investigación fue epidemiológico. El tipo de estudio fue observacional, prospectivo, transversal y analítico. La técnica que se utilizó para determinar de la variable de asociación fue la encuesta. En cambio, para la evaluación de la variable de supervisión se utilizó la técnica psicométrica, según lo indicado en la ficha técnica del instrumento. Los instrumentos fueron la escala de Bieps J y la escala de autoestima de Rosenberg. En conclusión, se halló que no existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en los adolescentes de la población sujeto de estudio ya que la mayoría presenta bienestar psicológico y autoestima medio.

2.2. Bases teóricas

2.2.1 Definición de Bienestar Psicológico

Casullo y Castro (2000) refieren que el bienestar se trata de crear vínculos, tener proyectos, así como un control de su entorno para mantener una autoaceptación de uno mismo evaluándose desde los aspectos positivos y negativos. También los autores resaltan que el bienestar psicológico está marcado por los procesos emocionales que se caracterizan por afecto negativo y positivo sumado al componente cognitivo. Estos son cambiantes y a la vez independientes.

Campbell, Converse y Rodgers (1976) refieren que el bienestar psicológico es la satisfacción que se da como una capacidad cognitiva, y que es lo que surge de la discrepancia entre lo que el sujeto desea y que es lo que logra. Para ellos el motivo de satisfacción debe venir con la cognición; es decir, un previo juicio de lo que se desea y la felicidad sería el efecto positivo o negativo de una experiencia.

Diener (2000) nos indica que el bienestar psicológico consta de 2 componentes los cuales son el cognitivo y el afectivo. Es decir, que existe el nivel hedónico que trata de los sentimientos y el cognitivo que se centra en como llevamos la vida diferenciando cada área de nuestra vida.

García (2019) nos dice que existe un enfoque que trata de explicar las características de la persona y que es lo que la hace feliz por lo que indica que 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. Los estudios sobre bienestar relacionan estos aspectos mencionados.

Peterson y Seligman (2004), refieren que la definición de la autorrealización según Maslow es la necesidad de crecer y de potenciar a los sujetos. Es por eso que se puede decir que el bienestar psicológico es una relación entre la persona y su entorno en donde los afectos integran y dan sentido a la vida.

2.2.1.1 Componentes del bienestar Psicológico. Casullo y Castro (2000) refieren que en este sentido del bienestar Psicológico tiene las siguientes dimensiones que sirven como base para describir las características de las personas con bajo o alto bienestar psicológico. Estas dimensiones son:

- a) **Control de Situación.** Los individuos con alto bienestar tienen buenas habilidades para contar con una buena sensación de control de los contextos y situaciones; asimismo, pueden manipular su entorno, pero los que tienen bajo control de situaciones mayormente no cuentan con un buen manejo de los asuntos de la vida cotidiana. Estas personas no se dan cuenta de las oportunidades por lo que no se sienten capaces de tomar decisiones que modifiquen el ambiente.

- b) Aceptación de sí mismo.** En esta dimensión se entiende que el individuo acepta todos los aspectos de su persona, siendo positivos o negativos incluyendo lo que hizo en su pasado sin remordimientos ni recriminaciones. Las personas que no cuentan con una aceptación alta viven desilusionadas por su vida pasada y no se permiten aceptarse ya que se siente insatisfecho con ganas de ser diferentes.
- c) Vínculo Psicosocial.** Las personas con un alto bienestar están siempre rodeadas por personas que tienen los vínculos positivos siendo empáticos y con esa capacidad afectiva. Las personas con bajo nivel de bienestar son personas aisladas, con pocas relaciones o vínculos psicosociales y no cuentan con la capacidad para tomar compromisos con el resto.
- d) Autonomía.** Los individuos con alto bienestar toman decisiones de modo independiente, son confiados y asertivos en sus ideas. Asimismo, las que tengan bajo bienestar psicológico son inestables, no toman decisiones de manera independiente y están pendientes de lo que los demás opinen de ellas.
- e) Proyecto.** En esta dimensión se habla de los proyectos y metas de los individuos, cuando el bienestar psicológico es alto se cuenta con una serie de fortalezas que hacen la vida tenga significado y sentido.

2.2.1.2 Elementos del bienestar Psicológico. Para Vielma (2010) la evaluación del progreso mental debe tener los siguientes segmentos:

El centro emocional apasionado que se trata del nivel de la alegría y su recurrencia. Tratando de que no aparezca los sentimientos negativos como la tensión y la tristeza que están relacionados con deseos ajenos.

El eje psicológico evaluativo, se cuenta con el nivel de satisfacción de la vida del sujeto que se mantiene sobre un tiempo largo o perpetuo como lo demuestran las decisiones del valor de las personas y esos objetivos que se desean y se consideran dentro de sus ideas o mentalidades.

El eje social, es decir lógico o de conexión del sujeto que se caracteriza por sus asociaciones sociales dentro de los marcos social, político y estricto que transcurre en la vida diaria.

2.2.2 Teoría del Bienestar Psicológico de Carol Ryff

Ryff (1989) refiere que las personas se esfuerzan para hacer crecer su potencial propio y obtener un propósito de la vida y lograr alguna meta trazada. Es por eso que el autor propone una teoría de varias dimensiones el cual se ve enfocada en el progreso de la persona y esa capacidad positiva de mejorar. Ryff (2007) indica que esto satisface a la persona y genera esa autorrealización con mirada hacia un objetivo relevante para el sujeto. Asimismo, según el autor el bienestar Psicológico trata de agrupar el tema de las teorías dimensionales y tomar las características de ellas para armar un modelo positivo.

2.2.3 Dimensiones del Bienestar Psicológico

2.2.3.1 Las relaciones positivas con otras personas. Para Flores (2021) indica que para poder tener una estrecha relación con otra persona debe haber vínculos de confianza y empatía.

2.2.3.2 La autonomía. El ser humano tiene la capacidad para mostrarse ante los demás como un individuo con un propósito y que participa activamente ante la sociedad. Usa asimismo el aspecto de evaluación del contexto para sus intereses y lo que lo motiva. Es esto lo que será fundamental para desarrollar el bienestar social y psicológico (García y Gonzales, 2007).

2.2.3.3 El dominio del entorno. Cuesta y Aguado (2019) refieren que las personas con el dominio alto del control de su entorno sienten mayor control del mundo y por ende son capaces de influir ante los nuevos contextos de lo que le presenta la sociedad. Por el contrario, si el entorno no es manejable dentro de los eventos cotidianos de la vida del sujeto entonces podrán sentirse sin opciones de cambiar su entorno o con deficiencias en sus funciones.

2.2.3.4 Propósito en la vida. Casullo y Castro (2000) refieren que la intención de cumplir un objetivo o conseguir un logro con base a los valores individuales es el propósito de vivir ya que son planes que las personas quieren llevar a cabo.

2.2.3.5 Crecimiento personal. Bermúdez y Pérez (2000) refieren que el crecimiento personal ocurre cuando hay cambios en la personalidad, en el

aspecto funcional y psicológico que afectan como un todo y es cuando da como resultado un alza en el nivel de autoconciencia, autodeterminación y responsabilidad, también, se incrementa la confianza en sí mismo. Ese papel que las personas obtienen en este punto es el creativo y transformador y hace que se garantice la autorregulación de su comportamiento para poder enfrentarse a la sociedad.

2.2.3 Modelos multidimensional del Bienestar Psicológico de Ryff

Ryff y Singer (2007) nos presenta un modelo dimensional sobre el bienestar psicológico en el que existen 6 dimensiones para un individuo, estas son:

2.2.3.1 La Autoaceptación. Ryff y Singer (2007) refieren que la autoaceptación es una autoevaluación que la persona hace de manera positiva donde se revisa la vida que pasó y se acepta todos los hechos que pasaron y que fueron marcando cada aspecto de sus vidas. A largo plazo se puede decir que la autoevaluación es un proceso de adecuación hacia las debilidades y fortalezas del individuo.

2.2.3.2 La Autonomía. Ryff y Singer (2007) precisan que esa determinación personal, la autorregulación, la independencia que tiene una persona para actuar de forma autónoma, sin reproches dejando las presiones sociales o de grupo, manteniéndose auténtico dentro de los estándares cotidianos generando o buscando la felicidad. Cuesta y Aguado (2019)

refieren que la autonomía es la capacidad que tiene una persona para mostrarse de manera participativa, evaluando las alternativas de acción para lograr sus intereses. Esta capacidad es la principal cualidad que ayuda a mejorar el bienestar psicológico y social de los individuos.

2.2.3.3 Dominio del Ambiente. Es el talento que tiene una persona para crear espacios convenientes o favorables para sus necesidades aprovechando de cada oportunidad para tener un control sobre su entorno. Asimismo, darles valor a sus acciones para desenvolverse como personas. (Ryff y Singer, 2007).

Freire y Ferradás (2019) refirieron que el dominio del ambiente hace que se posea un mayor control sobre el mundo y esa sensación influye en su entorno, si por el contrario no manejan un buen control tendrán una disminución en su capacidad de llevar su círculo social.

2.2.3.4 Las Relaciones Positivas. Ryff y Singer (2007) refieren que esta dimensión tiene una característica principal y es el generar esos vínculos de confianza y satisfacción entre las personas, mediante esto se puede regir la salud mental y servir de guía para un soporte cuando se necesite mejorar las relaciones sociales de forma positiva.

Casullo y Castro (2000) mencionan que una relación estrecha y empática entre personas se puede lograr mediante una relación positiva y la interacción basada en la confianza.

2.2.3.5 Propósito de Vida. Ryff y Singer (2007) nos dicen que el propósito de la vida es sobre todo tener una meta que de manera directa da un sentido

a la vida, siendo capaz de aceptar las vivencias pasadas y dentro de esa experiencia establecer su presente para lograr su propósito generando que sus emociones se integren en todas las etapas de su vida.

2.2.3.6 Crecimiento Personal. Para Ryff (1989) este crecimiento personal es muy semejante a la autorrealización ya que el desarrollo del individuo en diferentes campos de su vida ayudará a su evolución como persona tomando en cuenta las experiencias del pasado y desarrollando sus capacidades y siendo consciente de sus potencialidades.

2.3 La Autoestima

2.3.1 Definición de la Autoestima.

Branden (1995) indica que es la disposición que se tiene de aceptarse plenamente con sus ideas, pensamientos, acciones, emociones y sueños, no como algo lejano sino como la propia esencia, expresando sus sentimientos sin reprimirlos. De esta manera se vive con intensidad con todo lo que piensan y hacen.

La autoestima se construye desde la infancia y es uno de los pilares más importantes para el desarrollo de la personalidad, que se ajusta llegando a la adolescencia y la adultez (DuBois, Bull, Sherman, y Roberts, 1998)

Asimismo, la autoestima está considerada como esa aceptación del uno mismo, tal cual somos dentro de nuestras virtudes, habilidades, defectos múltiples que

podemos tener como seres humanos, teniendo en cuenta esos deseos de cumplir las metas trazadas y superando con éxitos y logros en nuestra vida. (Rosenberg, citado en Vargas, 2007)

Ortega et al. (2000) creen que la autoestima se desprende de las atribuciones del contexto físico y psíquico juntamente con habilidades, éxitos, competencias o fracasos. Si se sintiera con autoestima baja podría sentirse vulnerable en los cambios o vaivenes de la construcción personal.

2.3.2 Bases de la autoestima.

Castillo (citado en su investigación por Luque y Ramos, 2019) nos dice que la autoestima es una fabricación psicológica que tiene elementos que favorecerán en una formación de la persona. Esta investigación se remonta al siglo XX donde el psicólogo William James estudia la evolución del yo como un desarrollo de su perfil y los concientiza para que sea en un grado más alto o bajo y de este punto parte la autoestima.

Coopersmith (1990) y Branden (1995) coincidieron que la satisfacción de la persona afecta de manera positiva en el constructo del individuo y que en un tratamiento terapéutico podrá hacer que se entiendan las causas que influyen en el ser humano para no sentirse inseguros ni desmotivados en el desarrollo de sus competencias para el desarrollo de su estabilidad emocional, cognitiva y hasta práctica de su crecimiento o desarrollo personal.

2.3.3 Componentes de la autoestima

Andrango (2015) sostiene que los factores que componen la autoestima son:

2.3.3.1 Componente cognitivo. Este componente es la visión que se tiene de uno mismo, es decir, el concepto de cada uno y como esto guarda relación con la persona, es decir como es la persona y cómo se comporta.

2.3.3.2 Componente afectivo o emocional. Estos sentimientos están relacionados a uno mismo, ya sea de forma positiva o negativa, por lo que está unida a las emociones favorables o desfavorables. Los favorables permiten satisfacer los deseos que están alrededor de su vida.

2.3.3.3 Componente conductual. Es el componente que refiere la forma de cómo comportarse y como esto influye en el entorno de la persona, aquí interviene la fuerza de voluntad, la determinación y la práctica del comportamiento adecuado o de forma racional y positiva.

2.3.4 Dimensiones de la autoestima según Coopersmith

Coopersmith (citado en Bereche y Osore, 2015) reafirma que una persona puede manifestar su autoestima en diferentes maneras y esto dependerá del lugar donde se encuentre. Asimismo, estas maneras son:

2.3.4.1 Autoestima personal. Esta está basada en la aceptación del individuo en donde reconoce sus virtudes como persona para poder realizar

trabajos o tareas, todo esto influye en su productividad y en su actitud positiva y adecuada.

2.3.4.2 Autoestima en el área académica. En esta área el sujeto realiza una especie de tasación sobre su persona y considera sus habilidades académicas, el talento y su productividad para realizar sus objetivos.

2.3.4.3 Autoestima en el área familiar. En el ámbito familiar el individuo siente la autoestima cuando está en contacto con los miembros de su familia, esa relación que tiene con ellos es muy importante para formar una autoestima positiva y se verá reflejado en su productividad.

2.3.4.4 Autoestima en el área social. Se valora la vinculación de las relaciones en el ámbito social como el individuo se desarrolla interpersonalmente, se considera su productividad, su destreza, su dignidad y su propio juicio.

2.3.5 Niveles de Autoestima según Coopersmith

Según Coopersmith (citado en Gallardo, 2018), considera que la autoestima se está dividida en los niveles siguientes:

2.3.5.1 Autoestima alto. Cuando la persona tiene una autoestima alta cuenta con características positivas como el ser amigueras, afectivas, sociales y hasta líderes de grupos, los cuales ayudarán a enfrentar las situaciones cotidianas, ya sean problemas o dificultades mediante sus

destrezas, metas o habilidades en el transcurso de sus vidas y esto hará que exista un equilibrio en su autoconcepto y confiará más en sus capacidades, y aceptará sus debilidades para esforzarse por lograr sus objetivos, teniendo siempre altas expectativas para su futuro.

2.3.5.2 Autoestima medio. Es parecida a la autoestima alta, pero en algunas circunstancias no actúan de manera apropiada y esto les genera ciertos conflictos en la forma de percibirse y en su autoconcepto, aunque mayormente su comportamiento es adecuado, son pacientes, también enérgicos, pero saben reconocer sus defectos solo que presentan inseguridad en algunas tomas de decisiones en diversas etapas del día a día.

2.3.5.3 Autoestima bajo. Estas personas se muestran mayormente aislados, desanimados con baja tolerancia a la frustración, poco enérgicos, con pocas habilidades para afrontar ciertas situaciones negativas o adversas por lo que se muestran atemorizados o sensibles ante cualquier crítica del grupo, esto les genera problemas en sus relaciones interpersonales. Tienen dificultad para reconocer sus cualidades y por esto desvalorizan sus trabajos y dan mayor valor al de los demás.

2.3.6 Niveles del Autoestima según Rosenberg

Según Rosenberg (citado en Chileno, 2017), nos refiere que el autor dice que la autoestima cuenta con un factor importante para el desarrollo de un individuo y que para esto se divide en tres niveles:

2.3.6.1 Alta autoestima. En este nivel se le reconoce a la persona su gran manejo de sus emociones y esa capacidad de manejar las situaciones complicadas, se autoanaliza para reconocer sus habilidades y capacidades y se percibe como un sujeto bueno con gran capacidad de realizar trabajos distintos, aceptando que tiene debilidades y fortalezas como persona pero que lo considera como normal.

2.3.6.2 Mediana autoestima. En este nivel se aprecia que el sujeto no es capaz de aceptarse del todo, pero no significa que exista problemas de autoestima, pero al tener autoestima media puede cambiar su percepción y valoración dependiendo de los factores que se le presenten y por otro lado depende de la opinión de su entorno.

2.3.6.3 Baja autoestima. Esta persona se caracteriza por sentirse inferior a los demás, no se acepta tal y como es y siente desprecio hacia sí mismo. No puede manejar situaciones complicadas, no se pone metas ni objetivos, cuando comete errores los considera como fracasos y no como una oportunidad para aprender de la experiencia. No enfrenta nuevos retos ni prueba cosas nuevas. Es por eso que la autoestima baja afecta significativamente a la persona.

2.3.7 Teoría de la autoestima de Rosenberg.

Rosenberg (citado por Chileno, 2017) refiere que la autoestima se basa en la diferenciación de los valores que vienen siendo originados por los medios

sociales y las culturas en donde nos desarrollamos. Esta va a tener niveles de acuerdo a lo que el individuo tenga dentro de sus comparaciones personales de su capacidad con otras personas. Esto quiere decir que la socialización del individuo es una de las principales fuentes para que el sujeto se mire a si mismo, esto hace que cuando la autoestima sea alta el sujeto sienta que es capaz de enfrentarse ante diferentes etapas de la vida cotidiana. Por el contrario, con una autoestima baja, el individuo caerá al retraimiento, a la falta de capacidad de afrontar tareas donde deba interactuar con otras personas y sentir tensión que pueden incluso llevar a los ámbitos de la depresión, trastornos de personalidad, ansiedad, fobia social entre otros.

2.4. Hipótesis

H_0 = No existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023.

H_1 = Existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023.

III. METODOLOGÍA

3.1. Nivel, Tipo y Diseño de Investigación

El nivel es correlacional, según Hernández et al. (2014) refieren que este nivel es debido a que “Asocian variables mediante un patrón predecible para un grupo o población”.

El tipo es cuantitativo, según Hernández et al. (2014) quienes usan el termino tipo como enfoque cuantitativo porque los datos se recaban a través de cuestionarios, pruebas estandarizadas, censos, etc. El diseño de la investigación fue no experimental puesto que el investigador no manipula alguna (s) variable (s) y de corte transversal porque la recolección de datos fue una sola medición a una misma población (Hernández et al., 2014).

3.2. Población y muestra

Hernández et al. (2014). Mencionan que la población o universo es un conjunto de características la cual la población está conformada por todas las mujeres del distrito de San Juan de Lurigancho.

Hernández et al. (2014) refieren que la muestra viene hacer un sub grupo de la población, la investigación estuvo conformada por 200 mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho que fueron seleccionados por los criterios de inclusión. Es decir, fue un muestreo no probabilístico por conveniencia.

Criterios de Inclusión

- Mujeres que vivan en la urb. Santa Elizabeth del distrito de San Juan de Lurigancho
- Mujeres que estén en rango de edades de 25 a 45 años

Criterios de Exclusión

- Mujeres con habilidades diferentes que no puedan entender el instrumento y no puedan desarrollarlos.
- Mujeres que no respondan los ítems completos del instrumento para evaluarlos.
- Mujeres que sean menores de 25 años y mayores de 45 años.

3.3. Variables. Definición y Operacionalización

Tabla 1

Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE DE ASOCIACIÓN	DIMENSIONES / INDICADORES	VALORES FINALES	TIPO DE VARIABLE
Bienestar psicológico	Aceptación de sí mismo / Control de situaciones. - Control - Aceptación de su persona.	Alto	
	Autonomía - Independiente - Asertividad.	Promedio	Politómica
	Vínculos - Confía en los demás - Empático.	Bajo	Ordinal
	Proyectos - Metas a futuro		Categórica
VARIABLE DE SUPERVISION	DIMENSIONES / INDICADORES	VALORES FINALES	TIPO DE VARIABLE
Autoestima	Valia Personal	Alta	Politómica
	Valoración positiva o negativa del auto concepto.	Medio	Ordinal
	Capacidad personal Capacidad de hacer con éxito lo que se propone.	Baja	Categórica

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información

3.4.1. Técnicas

La presente investigación tuvo como técnica la psicometría porque la recolección de datos se elaboró mediante la aplicación de dos cuestionarios y se empleó como instrumentos la Escala de Bienestar Psicológico para adultos – BIEPS A y la Escala de Autoestima de Rosenberg modificada. (Hernández et al., 2014).

3.4.2. Instrumentos

Escala de bienestar psicológico para adultos – BIEPS A

- A. Nombre original de la escala: Escala de Bienestar Psicológico para Adultos BIEPS - A
- B. Autora: Casullo María Martina
- C. Procedencia: Argentina
- D. Año: 2002
- E. Adaptación en el Perú: Domínguez Lara Sergio Alexis

Escala de Autoestima de Rosenberg Modificada

- A. Nombre Original de la Escala: Escala de Autoestima de Rosenberg - Modificada
- B. Autor: Morris Rosenberg
- C. Procedencia: Estados Unidos de América
- D. Año: 1965

3.5. Método de análisis de datos

Para realizar el análisis de los resultados, se utilizó la estadística descriptiva para mostrar los resultados implicados en los objetivos de la investigación y la estadística inferencial para obtener resultados de la hipótesis. El análisis estadístico fue bivariado, los datos se obtuvieron a través de las encuestas mediante técnicas estadísticas del software del Excel 2021 (hoja de cálculo) para los resultados descriptivos para la construcción de tablas de frecuencias y gráficos, a través del programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) se obtuvo resultados de correlación de variables utilizando el Chi-cuadrado de Pearson.

3.6. Aspectos éticos

La presente investigación va a contemplar los principios éticos que permiten su realización. Información brindada por el consejo Universitario con Resolución N° **0277-2024- CU-ULADECH** Católica, de fecha 14 de marzo del 2024.

- a. **Respeto y protección de los derechos de los intervinientes:** su dignidad, privacidad y diversidad cultural.
- b. **Cuidado del medio ambiente:** Este principio no aplica dada las características del presente proyecto.
- c. **Libre participación por propia voluntad:** estar informado de los propósitos y finalidades de la investigación en la que participan de tal manera que se exprese de forma inequívoca su voluntad libre y específica.

d. **Beneficencia, no maleficencia:** durante la investigación y con los hallazgos encontrados asegurando el bienestar de los participantes a través de la aplicación de los preceptos de no causar daño, reducir efectos adversos posibles y maximizar los beneficios.

e. **Integridad y honestidad:** que permita la objetividad imparcialidad y transparencia en la difusión responsable de la investigación.

f. **Justicia:** a través de un juicio razonable y ponderable que permita la toma de precauciones y limite los sesgos, así también, el trato equitativo con todos los participantes

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tabla 2. Dicotomización de las variables psicológicas de Bienestar Psicológico y Autoestima

Tabla cruzada de bienestar psicológico y autoestima dicotomizada

		Autoestima Dicotómica			
		Media	Otros	Total	
Bienestar Psicológico Dicotómica	Alto	Recuento	50	45	95
		% del total	25.0%	22.5%	47.5%
	Otros	Recuento	50	55	105
		% del total	25.0%	27.5%	52.5%
Total		Recuento	100	100	200
		% del total	50.0%	50.0%	100.0%

Nota. De la población estudiada bienestar psicológico y autoestima dicotomizada es medio.

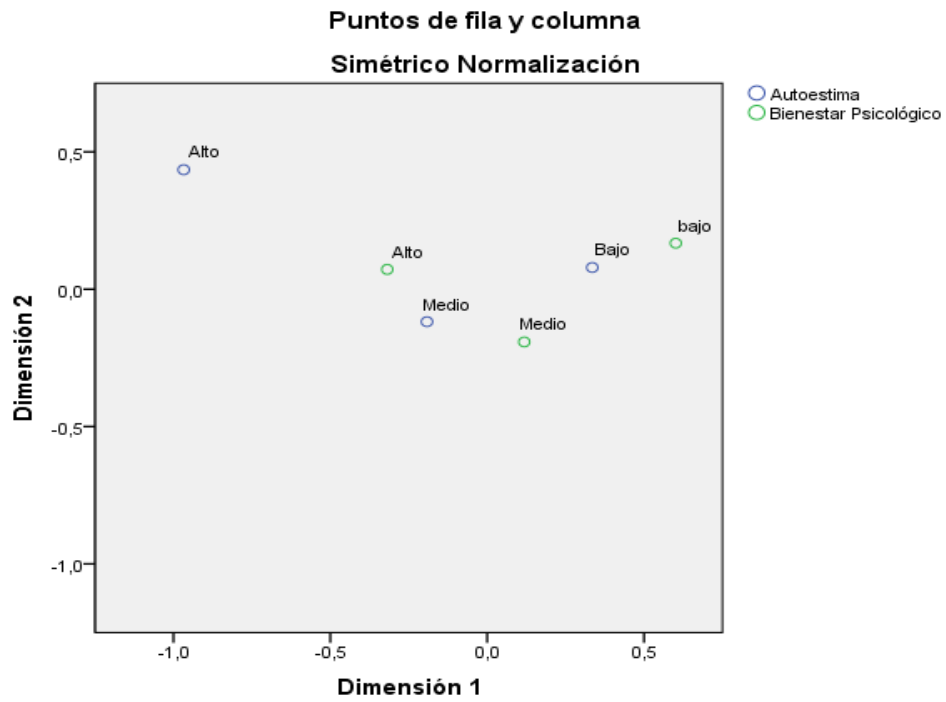
Tabla 3. Correlación de las variables Psicológicas de bienestar psicológico y autoestima

	valor	Sig. asintótica
Chi- cuadrado de Pearson	,501 ^a	,479
Nº de casos válidos	200	

Se determina que el P valor = (0.479) siendo mayor a 0.05, lo que indica que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Figura 1

Gráfico de puntos del análisis de correspondencia simple de bienestar psicológico y autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023



Nota. De las variables analizadas en el proceso de dicotomización se halló que los puntos más próximos son bienestar psicológico alto y autoestima medio

Tabla 4. Nivel de Bienestar psicológico en las mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023

Bienestar Psicológico	f	%
Alto	95	47.5
Medio	68	34.0
bajo	37	18.5
Total	200	100.0

Tabla 5. Nivel de Autoestima en las mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023

Autoestima	f	%
Alto	11	5.5
Medio	100	50.0
Bajo	89	44.5
Total	200	100.0

V. DISCUSIÓN

Los resultados del presente estudio titulado bienestar psicológico y la autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho de la ciudad de Lima, 2023, indican que no existe relación entre las variables en la población mencionada. Esto quiere decir, que el estado emocional positivo que presentan estas mujeres no se da como consecuencia de una autovaloración positiva que tengan de sí mismas. Asimismo, la insatisfacción que experimentan en sus vidas no está vinculada con la confianza que ellas desarrollan para afrontar los retos que se presentan. En otras palabras, el bienestar psicológico de la población estudiada no varía en función del nivel de autoestima que presenta cada mujer.

En ese sentido, el resultado de este estudio es similar a lo encontrado por Huertas (2022), en el cual después de usar los instrumentos de la escala de Bieps J y la escala de autoestima de Rosenberg se concluyó que no existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en los adolescentes del distrito de Chorrillos. De la misma manera con Marziali (2020) en su investigación tuvo una muestra de 300 personas de ambos sexos en Argentina, en donde se encontró que no existe una relación entre el bienestar psicológico y la autoestima. En conclusión, se determinó que dentro del estudio se demostró que ambas variables son factores independientes, puesto que no demostraron una correlación significativa.

De manera contraria a los resultados obtenidos en mi investigación tengo a Castillo y Uribe (2019) que obtuvieron como resultado que, si existe una relación entre el bienestar

psicológico y la autoestima, lo que indica que los pacientes de este instituto de cardiología se sienten felices con el estilo de vida que llevan, de la misma manera que la mayoría considera que tiene buenas cualidades y cuentan con una buena percepción de sí mismos. Del mismo modo, tengo también a Flores (2022) quien en su estudio tuvo como población a 120 estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho. En este estudio se concluyó que, sí existía relación entre la variable de bienestar psicológico y el nivel de autoestima siendo que podrían determinar o afectar a su bienestar psicológico del adolescente. En este resultado puede explicarse que los estudiantes de esos años no tienen aún cargas fuertes que puedan hacer que exista un bajo bienestar psicológico. También, Calderón y Martínez (2022) tuvo como muestra a estudiantes del primer ciclo de psicología de una Universidad Privada en la ciudad de Lima. De esta investigación se concluyó que, si existe relación entre autoestima y bienestar psicológico en estos estudiantes, considerando que a mayor autoestima habrá mayor bienestar psicológico y; a menor autoestima habrá menor bienestar psicológico. Por su parte, Achulli y Del Carmen. (2018) en su investigación tuvieron una muestra conformada por 162 estudiantes donde concluyeron que si existe una relación entre las variables por lo que la influencia de la Autoestima sobre el Bienestar Psicológico tiene una magnitud significativa.

En lo referido a los resultados descriptivos hallamos que la mayoría presenta bienestar psicológico alto con este resultado evidenciaría que los adultos de la población escogida se sienten capaces de gestionar y satisfacer sus deseos o necesidades personales teniendo clara la meta que quieren para la vida. En cuanto al nivel de autoestima, en esta investigación se halló que se encontraba en nivel medio en los adultos mencionados, lo que

nos indicaría que la autoestima varía según el entorno en el que se encuentra; es decir, que se encuentran inestables entre sentirse inseguros o confiados de sus propias capacidades.

Estos resultados podrían mostrarnos que el bienestar psicológico y la autoestima no está necesariamente relacionado en personas adultas, y que esto estaría también influido por el ambiente donde se encuentran y el nivel de carga o ansiedad que tengan.

Por otro lado, Ryff y Singer (2013) refieren acerca de la teoría del Bienestar Psicológico de Riff que presenta 6 dimensiones para el individuo como: La autoaceptación que se basa en que la persona se autoevalúe y acepte aspectos de su vida y pueda sacar sus fortalezas y adecuar sus debilidades para llevar una mejor forma de vivir. La autonomía que regula la forma autónoma de la independencia del ser humano tal como refiere Cuesta y Aguado (2019) que es la manera de mostrarse activamente para lograr sus objetivos deseados. Asimismo, se encuentra el dominio del ambiente que hace referencia al control que una persona puede ejercer en su entorno desenvolviéndose en él de una manera natural, Así lo menciona Freire y Fetadás (2019) que existe un mayor control del mundo e incluso la sensación de manejar mejor el ambiente a lo contrario si no hubiese este dominio, lo que llevaría a un círculo social pequeño. Asimismo, Riff y Singer (2013) refieren sobre las relaciones positivas como una característica principal para generar vínculos de confianza para formar lazos sociales de forma positiva. Casullo y Castro (2000) mencionan que la relación estrecha puede generar la confianza en la interacción de los individuos dejando una mejor relación entre ellos. El propósito de la vida también es importante en esta teoría del Bienestar Psicológico ya que este indica que debemos de tener metas para darle sentido a la vida, superando experiencias pasadas y generando nuevos propósitos para lograr obtener emociones positivas en toda nuestra existencia. Y finalmente tenemos al crecimiento

personal que para Riff (1989) se trata de la autorrealización del individuo en donde conoce sus capacidades y evoluciona como persona contando con una mejor experiencia para los diferentes campos de su vida.

Por otro lado, para la variable Autoestima podemos ver las siguientes teorías:

La teoría de Coopersmith que según Gallardo (2018) indica que se divide en tres niveles: el nivel alto, que se refiere a altas características sociales y positivas, llegando a ser líderes de grupo y enfrentar situaciones cotidianas con buenas destrezas y habilidades. El nivel medio que indica que en algunas ocasiones no actúa de manera apropiada, mayormente son pacientes, pero presentan cierta inseguridad para tomar decisiones. Y finalmente la autoestima baja que hace que el individuo sienta cierta frustración y son pocos enérgicos, se muestran aislados y son sensibles a las críticas por lo que tienen problemas en el área interpersonal.

Asimismo, la teoría de la Autoestima de Rosenberg nos refiere que tiene tres niveles en el que se desarrolla el individuo. Según Rosenberg (citado en Chileno, 2017), Indica que la alta autoestima se ve reflejada en el manejo de las situaciones complicadas aceptando que tiene fortalezas pero también debilidades y lo considera como normal. En la autoestima media, se aprecia a la persona como que no es capaz de aceptarse del todo, esto no significa que interfiera en su autoestima, pero si puede variar su perspectiva de acuerdo a la percepción o valoración que viene del entorno. Y la autoestima baja, cuando el sujeto se siente inferior a los demás y siente desprecio por sí mismo, no sabe manejar situaciones complicadas y mucho menos se propone metas u objetivos y esto afecta significativamente a la persona ya que los errores los considera como fracasos.

VI. CONCLUSIÓN

- ❖ En el presente estudio de investigación se encontró que no existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en las mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023.
- ❖ La mayoría de las mujeres estudiadas presenta un nivel alto de bienestar psicológico.
- ❖ La mayoría de las mujeres estudiadas presenta un nivel medio de autoestima

VII. RECOMENDACIONES

- ❖ Desarrollar e implementar programas de talleres destinados al desarrollo personal para las mujeres que enfrentan algún tipo de conducta inadecuada, desequilibrio emocional y/o baja autoestima. Estos programas tienen como objetivo mejorar la autoestima y fomentar el desarrollo de capacidades de afrontamiento.

- ❖ Sugerir el desarrollo de programas comunitarios de salud mental y apoyo psicológico accesible para la población.

- ❖ Crear espacios de autocuidado y resiliencia emocional para mejorar la calidad de vida e integración social para esta población estudiada.

REFERENCIAS

Andrango, I. (2015). *La separación de los padres y su influencia en la autoestima de sus hijos de 8 a 11 años que asisten al Colegio Particular Cristiano Jezreel*. Universidad central del Ecuador. Facultad de ciencias psicológicas. Carrera de psicología infantil y psico rehabilitación.

<https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/cbed7166-1f45-450e-9936-7c44386e8264>

Barba Pardo, D. A., & Tigselema Segovia, D. M. (2021). *Autoestima y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato de Cotopaxi y Tungurahua*. Tesis de Bachiller, Pontificia Universidad Católica de Ecuador.

<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3327/1/77482.pdf>

Bereche Tocto, V. M. J., & Osoro Serquen, D. R. (2015). *Nivel de autoestima en los estudiantes del quinto año de secundaria de la Institución Educativa Privada " Juan Mejía Baca" de Chiclayo*.

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UMBI_14d1f2ed9207cfafe43cbc24a76888eb

Bermúdez y Pérez (2020). *aprendizaje formativo y crecimiento personal*. Universidad Pedagógica Técnica Héctor Alfredo Pineda Zaldívar. Cuba.

<https://profesorailianartiles.files.wordpress.com/2013/04/aprendizaje-formacion-y-crecimiento-personal.pdf>

Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima* (Vol. 2). Barcelona: Paidós.

https://www.academia.edu/download/64930821/6_pilares.pdf

- Cahua, J. C. H., & Gallegos, W. L. A. (2018). *Modelo predictivo del Bienestar Psicológico a partir de la Satisfacción con la Vida en jóvenes de la ciudad de Arequipa*. Perú : Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica, 10(2), 1.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7323074>
- Campbel, A., Converse, P., Rodgers, E. (1976). *The Quality Of American Life: Perceptions, Evaluations and Satisfactions*. New York: Russel Sage Foundation.
<https://www.russellsage.org/sites/default/files/QualityAmLife.pdf>
- Campbell, A. (1976). *Subjective measures of well- being*. *American Psychologist*.
[https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/referencespapers.aspx?referenceid=2270186](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/referencespapers.aspx?referenceid=2270186)
- Castillo, D., & Uribe, M. (2019). *Evaluación del bienestar psicológico y autoestima en los pacientes hipertensos, entre 35 y 75 años, atendidos en el Instituto Dominicano de Cardiología, en el período octubre 2018-enero 2019*. Rep. Dominicana.
<https://repositorio.unphu.edu.do/handle/123456789/1352>
- Casullo, M. y Castro, A. (2000). *Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos*.
<http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840/6974>
- Chambi y Achulli (2018). *Influencia de la autoestima sobre el bienestar psicológico en estudiantes de educación superior técnica de Lima*. Universidad Autónoma.
<https://repositorio.usil.edu.pe/items/2c5b277f-39a6-4f1a-8084-004e75313891>
- Chileno Morales, 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*. <https://core.ac.uk/download/pdf/225597036.pdf>

- Cnen, T. W., Chiu, Y. C., & Hsu, Y. (2020). *Perception of social support provided by coaches, optimism/pessimism, and psychological well-being: Gender differences and mediating effect models. International Journal of Sports Science & Coaching*, 15 (3), 112-123. <https://doi.org/10.1177%2F1747954120968649>
- Coopersmith, S. (1990). *Inventario de autoestima. Palo Alto. California: Consulting Psychologists*, 59. <https://edu.psimetria.cl/wp-content/uploads/2022/04/Inventario-de-autoestima-de-Coopersmith.pdf>
- Cuesta, M. H. B., & Aguado, M. P. Q. (2019). *Autopercepción de Salud, Calidad de vida y Bienestar Psicológico en una muestra de mayores. Revista española de comunicación en salud*, 21-29. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-69242012000200008&script=sci_arttext&tlng=en
- CU ULADECH. (2024). *Reglamento de integridad científica en la investigación. <https://www.uladech.edu.pe/wpcontent/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-34-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otrasnormativas/reglamentos>*
- Dávila, G. (2016). *Relación entre el Bienestar Psicológico y la Autoestima en los adultos mayores del centro de salud Mariano Melgar, Arequipa 2016* [Universidad Alas Peruanas]. <https://hdl.handle.net/20.500.12990/4920>.
- Diener, E. Suh, E. (2000). *Measuring subjective well-being to compare the quality of life of culture. En: E. Diener y E. Suh (Eds), Culture and subjective well-being* (pag.3-12).Massachusetts: The MIT Press. <https://mitpress.mit.edu/9780262541466/culture-and-subjective-well-being/>

- DuBois, D. L. Bull, C. A., Sherman, M. D. & Roberts, M. (1998). *Self-esteem and adjustment in early adolescence: A social-contextual perspective*. *Journal of Youth and Adolescence*, 27,557-584. <https://experts.umn.edu/en/publications/self-esteem-and-adjustment-in-early-adolescence-a-social-contextu>
- Espinoza Ostos, M. (2020). *Autoestima y aprendizaje autónomo en el V ciclo de la IE Próceres de la Independencia San Juan de Lurigancho 2019*.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/41088>
- Flores Tupayachi, D. C. (2021) *Bienestar psicológico y nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho 2021*.
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27855>
- Flores, D. (2022). *Bienestar psicológico y nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho 2021* [Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote].
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27855/BIENESTAR_PSICOLOGICO_AUTOESTIMA_Y_ADOLESCENTES_FLORES_TUPAYACHI_DIANA_CRISTINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Freire Rodríguez, C., & Ferradás Canedo, M. del M. (2019). Relación entre percepción de dominio del ambiente y autoeficacia en estudiantes universitarios. *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*., 5(1), 381–390. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v5.1613>
- Gallardo, L. (2018). *Autoestima en estudiantes del cuarto grado de educación secundaria de la Institución Educativa N° 5179 Los Pinos del distrito de Puente Piedra, 2017*.
<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/2205>

- García, C. y González, M. (2007). Bienestar psicológico y cáncer de mama. *Avances en psicología latinoamericana*, 25(1), 72-80.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-47242007000100008
- García, A, Soler, M. y Rojas, C. R. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes: relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos. *Revista de Orientación Educativa*, 33(63), 23–43.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7773083>
- Helguero Álvarez, E. C. (2017). *Relación entre autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa República del Perú–Tumbes 2016*. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/4455>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *La metodología de la investigación*. México. <https://doi.org/10.2307/j.ctvr43hvc.8>
- Hernández, L. F. B., Castillo, M. A. S., Hernández, R. A. B., y Sánchez, J. A. (2019). *Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. *Enseñanza e investigación en psicología*, 1(2), 244-251.
<https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/42>
- Huertas Mantilla, K. E. (2022) *Bienestar psicológico y autoestima en adolescentes del distrito de Chorrillos, Lima 2022*. Tesis de grado [Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. ULADECH Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/29913>

- Iturrieta, S. (2018). Masificación, segmentación y fragmentación de la educación superior chilena: Bienestar subjetivo de profesionales. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, XXIV (2), 83-96.
<https://www.redalyc.org/journal/280/28059580009/28059580009.pdf>
- Luque Castillo, L. C., & Ramos Rivadeneira, I. M. (2019). *Características socioeconómicas y experiencia de caries en niños de la comunidad Indígena NASA-PAEZ asentados en Puerto Guzmán, Putumayo*. <http://74.208.53.179/handle/20.500.12494/11221>
- Orozco, C. S., Vargas, J. D. P., Carvajal, O. I. G., & Torres, B. E. M. (2020). Bienestar psicológico, estrés y factores psicosociales en trabajadores de instituciones gubernamentales de Jalisco-México. *Revista de ciencias sociales*, 26(1), 25-30.
<https://produccioncientificaluz.org/index.php/rcs/article/view/31308>
- Ortega Ruiz, P., Mínguez Vallejos, R. F. R., & Rodes Bravo, M. L. (2000). *Autoestima: un nuevo concepto y su medida. Teoría de la educación: revista interuniversitaria*.<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/173247>
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of social and Clinical Psychology*, 23(5), 603-619.
<https://guilfordjournals.com/doi/abs/10.1521/jscp.23.5.603.50748>
- Rojas, t., Sicha, N., Vicuña, L. (2020) *Bienestar psicológico de las familias en tiempo de pandemia*. Universidad Cesar Vallejo.
<https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/4059#:~:text=Los%20resultados%20reflejan%20que%20el,de%20ansiedad%2C%20estr%C3%A9s%2C%20en%20las>

- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. Malabar, FL: Krieger Publishing Company. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7384403>
- Ryff, C. (1989). *Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of perspective*. Annual meeting of the American Psychological Association, New York positive. https://www.academia.edu/36709109/Happiness_Is_Everything_or_Is_It_Explorations_on_the_Meaning_of_Psychological_Well_Being
- Ryff, C. y Singer, B. (2007). *Ironías de la condición humana: bienestar y salud en el camino a la mortalidad*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2956862>
- Robles, Y. y Padilla, M. (2018). Adaptación de la escala de Autoestima de Rosenberg en Lima Metropolitana. Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado- Hideyo Noguchi. <https://openjournal.inism.gob.pe/revistasm/asm/article/download/35/32/64>
- Tirado Rodríguez, S. (2022). *Cómo influye una alta emoción expresada en la autoestima, problemas emocionales e inadecuadas estrategias de afrontamiento en jóvenes adultos*. Universidad de Jaén. <https://tauja.ujaen.es/handle/10953.1/18887>
- Villalobos, H. P. (2019). *Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal*. Alternativas en psicología, 41, 22-32. <https://www.alternativas.me/attachments/article/190/2.%20Autoestima,%20teor%C3%ADas%20y%20su%20relaci%C3%B3n%20con%20el%20%C3%A9xito%20personal.pdf>

ANEXOS

Anexo 01. Matriz de consistencia

Tabla 06. Bienestar Psicológico y Autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023.

Problema	Variable	Hipótesis	Objetivos	Metodología	Técnica
¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023?	Bienestar Psicológico	H ₀ = No existe relación del bienestar psicológico y autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023.	O. General: Determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en mujeres del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023.	Tipo: Cuantitativo	Técnica: Psicometría
		H ₁ = Existe relación del bienestar psicológico y autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2023.	O. Específicos: Describir el nivel de bienestar psicológico en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023. Describir el nivel de autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023.	Nivel: correlacional. Diseño: No experimental de corte transversal Universo y población: Mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho.	Instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico para adultos BIEPS-A Escala de Autoestima de Rosenberg

Anexo 02. Instrumentos de Recolección de información

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA Instrumento de Evaluación

Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) Casullo María Martina (2002)

Instrucciones: Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada uno de los recuadros, sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: Estoy de acuerdo; Ni de acuerdo, ni en desacuerdo; Estoy en desacuerdo. Recuerde que no hay respuestas malas ni buenas: todas sirven. Por favor, no deje las frases sin responder.

Nº	ITEMS	Estoy de acuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	Estoy en desacuerdo
1.	¿Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida?			
2.	¿Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo?			
3.	¿Me importa pensar qué haré en el futuro?			
4.	¿Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas?			
5.	¿Generalmente le caigo bien a la gente?			
6.	¿Siento que podré lograr las metas que me proponga?			
7.	¿Cuento con personas que me ayudan si lo necesito?			
8.	¿Creo que en general me llevo bien con la gente?			
9.	¿En general hago lo que quiero, soy poco influenciable?			
10.	¿Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida?			
11.	¿Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar?			
12.	¿Puedo tomar decisiones sin dudar mucho?			
13.	¿Enfrento sin mayores problemas mis obligaciones diarias?			

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

Instrumento de Evaluación

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG (RSES)

(Rosenberg., 1965; Atienza Balaguer, et Moreno, 2000)

Por favor, lee las frases que figuran a continuación y señala el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas

Marque con una x la alternativa elegida.

Nº	ITEMS	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1.	Me siento una persona tan valiosa como las otras				
2.	Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso				
3.	Creo que tengo algunas cualidades buenas				
4.	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás.				
5.	Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso				
6.	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo				
7.	En general me siento satisfecho conmigo mismo				
8.	Me gustaría tener más respeto por mí mismo				
9.	Realmente me siento inútil en algunas ocasiones				
10.	A veces pienso que no sirvo para nada				

Anexo 03 y 04. Validez y Confiabilidad del Instrumento

Escala de Bienestar psicológico para Adultos (BIEPS-A)

a. Ficha Técnica

Autor: Casullo María Martina.

Procedencia: Argentina. Año de creación: 2002.

Adaptación en el Perú: Domínguez Lara, Sergio Alexis.

Administración: Individual o colectiva.

Objetivos: Identificar si el participante cumple con todas dimensiones de Bienestar psicológico.

Duración: 10 minutos aproximadamente.

Dimensiones: 4 Dimensiones.

Número de ítems: 13 ítems.

Materiales: Manual, cuestionario y lápiz.

a. Breve historia del Instrumento: el cuestionario de Bienestar psicológico para adultos fue María Martina Casullo que fue aceptada en el 2002, publicado por la editorial Paidós en Argentina. Casullo trabajo bajo las propuestas teóricas de Ryff de 1995. Está compuesto por 13 ítems, calificándose en una escala Likert de 1 a 3 puntos.

b. Consigna y aplicación: le solicitamos cordialmente que lea con atención las frases que se presentan a continuación. Marque su respuesta en cada una de los recuadros, sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. No deje las frases sin responder (Casullo, 2002).

c. Calificación y corrección: el cuestionario presenta una escala de Likert con las siguientes puntuaciones: De acuerdo (son 3 puntos), Ni de acuerdo, ni en desacuerdo (2 puntos) y En desacuerdo (1 punto). Todas las puntuaciones son redactadas de forma directa, obteniéndose una suma total por cada ítem. (No debe haber ni un solo ítem sin responder).

La suma global se transforma en percentiles, en donde las puntuaciones inferiores al percentil 25 se considera que el participante tiene un bajo nivel en varias de las dimensiones del bienestar psicológico, si las puntuaciones son mayores al percentil 50 se considera que el participante se encuentra en un nivel promedio, sintiéndose satisfecho en varios aspectos de su vida y si las puntuaciones son mayores al percentil 75 se considera que el participante se siente muy satisfecho con su vida, por ende tiene un óptimo bienestar psicológico.

d. Validez y confiabilidad: su muestra estuvo conformada por 359 personas adultas residentes de Buenos Aires de ambos sexos con edades de 19 a 61 años. Tuvo una confiabilidad total “aceptable”, alcanzando el valor de 0.70. Pero los valores por cada dimensión descienden debido a la reducida cantidad de ítems como Proyectos con 0.59, Autonomía con 0.61, Vínculos con 0.49 y Control/Aceptación con 0.46. La adaptación peruana tuvo una muestra de 222 estudiantes peruanos de psicología de ambos sexos, con edades de 16 a 44 años. Obtuvo una confiabilidad de la escala total de 0.80 y las dimensiones de 0.66 hasta 0.89 (Domínguez, 2014). Para los fines de la Investigación se procedió a la ejecución de una investigación piloto, la cual estuvo constituida por 30 personas de ambos sexos, con edades comprendidas entre 25 a 64 años, con nivel de instrucción superior y técnico a los que se le aplicó el cuestionario, obteniendo una fiabilidad de 0,816.

Instrumento de Evaluación

Escala de Autoestima de Rosenberg Modificada

a. Ficha técnica

Nombre: Escala de Autoestima de Rosenberg (RSE) – Modificada.

Autor y año: Morris Rosenberg (1965).

Procedencia: Estados Unidos de América.

Número de ítems: 10.

Puntaje: 0-40.

Tiempo: 7-8 minutos.

Significación: Valoración que una persona hace con referencia a sí misma.

b. Descripción del instrumento

El tipo de instrumento es escala, sus objetivos es evaluar el sentimiento de satisfacción que una persona tiene consigo misma, la relación entre la autoimagen real y la autoimagen ideal, mide las dimensiones: dimensión/escala autoconfianza y la dimensión/escala auto desprecio, es aplicada para adolescentes, adultos y personas mayores. Consta de 10 ítems escala tipo Likert, 5 planteados en forma positiva y 5 en forma negativa cuya rango oscila de “Muy de acuerdo” 4 y “Muy en desacuerdo”1, su puntuación se obtiene sumando la puntuación directa de los ítems 2, 5, 8, 9, 10 y la puntuación invertida de los 19 ítems 1, 3, 4, 6, 7. La puntuación final oscila entre 10 (baja autoestima), 30(autoestima media) y 40(autoestima elevada), el tiempo de administración es de 5 minutos de manera individual o colectiva, considerada como autoestima normal.

c. Confiabilidad y Validez

Confiabilidad: Rosenberg (1987; en Pequeña, 1999) informó que la escala obtuvo un coeficiente de reproductibilidad de 0.92 y un coeficiente de estabilidad de 0.72; además se sabe que Silber & Tipett (1987; en Pequeña, 1999) informaron que la escala alcanzó una confiabilidad test-retest de 0.85 con un intervalo de dos semanas.

La consistencia interna de la EAR en su adaptación para Lima metropolitana se examinó con el Alfa de Cronbach obteniéndose 0.797 para los diez ítems, valor considerado buen. Se aprecia correlaciones item-test corregida por encima de 0.436 excepto para el ítem 8, en que la correlación es baja (0.142), lo cual se refleja en el aumento de la consistencia interna de la escala si se retirara el ítem (Robles y Padilla ,2018)

Validez: Rosenberg (1973; en Pequeña, 1999) estudió la relación entre autoestima y depresión, hallando que las personas que obtenían menores puntajes de autoestima en la escala aparentaban estar deprimidas al ser evaluadas mediante las escalas de Leary; posteriormente 44 se evaluó la relación entre autoestima y depresión en una muestra de 5024 sujetos, hallándose resultados similares.

Consistencia interna en la muestra: Se obtiene un valor en el coeficiente Alpha de Cronbach de 0.76, lo que indica una alta confiabilidad.

Estructura factorial en la muestra: La varianza de la escala es explicada por 2 factores que alcanzan a cubrir el 53.07%, logrando el primer factor un 27.98%.

En la adaptación para Lima Metropolitana se realizaron dos procedimientos para examinar la validez de constructo. De un lado el análisis factorial exploratorio con el método de componentes principales, que identifica dos factores que explican el 49,115% de la varianza de los datos. Nueve ítems conforman el primer factor mientras que el ítem 8) define el

segundo factor. Al efecto se calculó el Chi Cuadrado y el Error de Aproximación Cuadrático Medio (RMSEA), considerándose aceptable si el valor se encuentra en el rango de 0.08 a 0.05, y óptimo si es inferior a 0.05. Sin embargo, puesto que estos índices son sensibles a muestras de gran tamaño, se estimó el Índice de Ajuste Comparativo (CFI), teniéndose como aceptables valores superiores a 0.9.

Robles y Padilla (2018) indican que su estudio da cuenta de las propiedades psicométricas de la Escala de Autoestima de Rosenberg lo siguiente: confiabilidad por consistencia interna estimada como buena y validez de criterio positiva y significativa con la calidad de vida y negativa y significativa con la presencia de algún trastorno depresivo. El modelo de dos factores, grupos de ítems de formulación positiva y de formulación negativa, en la evaluación de la validez de constructo a través del análisis factorial confirmatorio es el aceptable. Es necesario notar la diferenciación del ítem 8) con respecto a los demás, lo que indica la necesidad de su consideración particular. El estudio muestra la variación de la autoestima según sexo, edad, nivel educativo, estado civil y pobreza, condiciones que deben tenerse en cuenta para la interpretación de los resultados de la escala. El área geográfica de residencia se asocia a diferencias en la valoración de la autoestima, lo cual probablemente refleja otras condiciones de vida.

Anexo 05. Formato de Consentimiento Informado

Consentimiento informado

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación se titula: Bienestar Psicológico y Autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2013. Dirigida por Leonela Vanessa Ramírez Ramos, investigadora de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023.

Para ello, se le invita a participar de una evaluación que le tomará 20 minutos aproximadamente de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted puede solicitar cualquier información escribiendo al correo leonelaramirezramos34@gmail.com. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre:

Fecha:

Firma de la participante:

Firma del investigador (o encargado de recoger información):

Anexo 06. Documento de aprobación de institución para la recolección de Información



ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Año de la unidad, la paz y el desarrollo

Chimbote, 29 de mayo de 2023

CARTA DE RECOJO DE DATOS N° 0149 -2023-DIR-EPPS-FCCS-ULADECH Católica

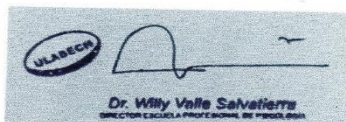
Sr(a): Miguel Angel Depaz Briones
Asociación de Vivienda Santa Elizabeth 2da Etapa Las Flores 22 San Juan de
Lurigancho
Presente.-

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 Leonela Vanessa Ramirez Ramos, con DNI. N°43899574, viene desarrollando un trabajo de investigación denominado Bienestar Psicológico y autoestima en adultos del Distrito de San Juan de Lurigancho, 2023, asesorado/a por el/la docente Ps. VALLE SALVATIERRA WILLY. Por lo cual se requiere de su autorización para la aplicación de instrumentos de evaluación psicológica en una población/muestra del centro que usted dignamente dirige.

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

Atentamente,



Miguel Depaz Briones

Anexo 07. Evidencias de ejecución

Declaración jurada

Yo, Ramírez Ramos Leonela Vanessa, con DNI. N° 43899574, natural de la ciudad de Lima, 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 Lima, el día 30 de Setiembre de 2024.



Firma

Consentimiento informado

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación se titula: Bienestar Psicológico y Autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2013. Dirigida por Leonela Vanessa Ramírez Ramos, investigadora de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El propósito de la investigación determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en mujeres de una urbanización del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023.


Para ello, se le invita a participar de una evaluación que le tomará 20 minutos aproximadamente de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted puede solicitar cualquier información escribiendo al correo leonelaramirezramos34@gmail.com. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: *M. L. O. R.*

Fecha: *07-09-23*

Firma de la participante: 

Firma del investigador (o encargado de recoger información):





I. Ficha sociodemográfica

Sexo: F Edad: 40

Carrera profesional: Psicología
Ciclo de estudios: 8vo

II. Preguntas de la Escala Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)

Casullo María Martina (2002)

Instrucciones: Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada uno de los recuadros, sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: Estoy de acuerdo; Ni de acuerdo, ni en desacuerdo; Estoy en desacuerdo. Recuerde que no hay respuestas malas ni buenas: todas sirven. Por favor, no deje las frases sin responder.

Nº	ITEMS	Estoy de acuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	Estoy des-acuerdo
1.	¿Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida?	X		
2.	¿Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo?	X		
3.	¿Me importa pensar qué haré en el futuro?	X		
4.	¿Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas?	X		
5.	¿Generalmente le caigo bien a la gente?	X		
6.	¿Siento que podré lograr las metas que me proponga?	X		
7.	¿Cuento con personas que me ayudan si lo necesito?	X		
8.	¿Creo que en general me llevo bien con la gente?	X		
9.	¿En general hago lo que quiero, soy poco influenciado?	X		
10.	¿Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida?	X		
11.	¿Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar?	X		
12.	¿Puedo tomar decisiones sin dudar mucho?	X		
13.	¿Enfrento sin mayores problemas mis obligaciones diarias?	X		

Preguntas de la Escala Autoestima de Rosenberg (RSES)

(Rosenberg., 1965; Atienza Balaguer, et Moreno, 2000)

Por favor, lee las frases que figuran a continuación y señala el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas

Marque con una x la alternativa elegida.

Nº	ITEMS	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1.	Me siento una persona tan valiosa como las otras				X
2.	Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso	X			
3.	Creo que tengo algunas cualidades buenas				X
4.	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás.				X
5.	Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso		X		
6.	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo				X
7.	En general me siento satisfecho conmigo mismo				X
8.	Me gustaría tener más respeto por mí mismo		X		
9.	Realmente me siento inútil en algunas ocasiones	X			
10.	A veces pienso que no sirvo para nada	X			