



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

**AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA  
DE UYURPAMPA, LAMBAYEQUE, 2022**

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

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

**AUTOR**

**RODRIGUEZ BERNILLA, JHOSELYN ROCIO**

**ORCID:0000-0003-0957-2577**

**ASESOR**

**MILLONES ALBA, ERICA LUCY**

**ORCID:0000-0002-3999-5987**

**CHIMBOTE-PERÚ**

**2024**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**

**ACTA N° 0276-121-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **16:30** horas del día **18** 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  
**Dr(a). MILLONES ALBA ERICA LUCY** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UYURPAMPA, LAMBAYEQUE, 2022**

**Presentada Por :**  
(2623191029) **RODRIGUEZ BERNILLA JHOSELYN ROCIO**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **14**, 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

**Dr(a). MILLONES ALBA ERICA LUCY**  
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: AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UYURPAMPA, LAMBAYEQUE, 2022 Del (de la) estudiante RODRIGUEZ BERNILLA JHOSELYN ROCIO, asesorado por MILLONES ALBA ERICA LUCY se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 5% 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, 04 de Febrero del 2025



Mgtr. Roxana Torres Guzman  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## **DEDICATORIA**

A Dios por permitirme llegar a este momento especial de mi vida, por siempre ser mi guía en todas las etapas de mi vida.

A mí misma, por ser perseverante, por mejorar día a día, por tenerme confianza en que si puedo lograrlo.

A mis padres, por su constante apoyo y confianza en mí, brindándome palabras de ánimo; de igual manera, a mis familiares y amigos, quienes siempre me acompañaron durante este tiempo y en lo que está por venir.

A la Universidad, por la oportunidad de continuar con nuestra formación académica, así como al cuerpo docente y al área de asesoría, quienes facilitaron el desarrollo de la investigación.

## **AGRADECIMIENTO**

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a todas las personas que han contribuido de alguna manera en la realización de esta tesis.

En primer lugar, expreso mi gratitud a mi asesora de tesis, Dra. Millones Alba Erica Lucy, por su invaluable apoyo, orientación y motivación durante todo este proceso. Su experiencia y consejos han sido esenciales para el desarrollo de este trabajo.

A mi familia, que siempre ha estado a mi lado, brindándome su amor y confianza, les agradezco por ser mi mayor fuente de inspiración y fortaleza.

Por último, agradezco a todas las personas que participaron en las entrevistas y encuestas, así como a quienes aportaron su conocimiento y experiencia, haciendo posible la realización de esta investigación.

Este logro es el resultado del esfuerzo colectivo de todos ustedes.

## Índice de contenido

DEDICATORIA .....	IV
AGRADECIMIENTO .....	V
Lista de tablas .....	VII
Resumen .....	VIII
Abstract .....	IX
I. Planteamiento del problema .....	1
II. Marco teórico .....	5
2.1. Antecedentes.....	5
2.2. Bases teóricas de la investigación: .....	7
2.3. Hipótesis .....	12
III. METODOLOGÍA .....	13
3.1. El tipo, nivel y diseño de investigación .....	13
3.2. Población y muestra:.....	14
3.3. Variables. Definición y Operacionalización .....	15
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	16
3.5. Método de análisis de datos:.....	17
3.6. Aspectos éticos .....	17
IV. RESULTADOS.....	19
V. DISCUSIÓN.....	22
VI. CONCLUSIONES .....	25
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	27
ANEXOS.....	32
<i>Anexo 01: Matriz de consistencia</i> .....	32
Anexo 02 Instrumento de recolección de información.....	33
Anexo 03 Formato de Consentimiento informado .....	37
Anexo 04 Documento de aprobación de institución para la recolección de datos.....	38

## **Lista de tablas**

<i>Tabla 1: Matriz de consistencia.....</i>	<i>15</i>
<i>Tabla 2: Relación entre autoestima y bienestar psicológico.....</i>	<i>19</i>
<i>Tabla 3: Nivel de autoestima en estudiantes .....</i>	<i>20</i>
<i>Tabla 4:Nivel de bienestar psicológico en estudiantes .....</i>	<i>21</i>

## **Resumen**

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo establecer la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022. Para ello, se llevó a cabo un estudio descriptivo de tipo correlacional con un enfoque cuantitativo, que permitió analizar de manera detallada las variables en cuestión. La muestra estuvo conformada por un total de 135 estudiantes, quienes participaron de manera voluntaria en el estudio. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron el cuestionario de la Escala de Autoestima de Rosenberg, reconocido por su validez y confiabilidad en la medición de la autoestima en diversos contextos, y la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS para jóvenes y adolescentes, desarrollada por Casullo, la cual se enfoca en medir las dimensiones clave del bienestar psicológico en esta población. Los resultados obtenidos demostraron que existe una relación significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes evaluados, lo que resalta la importancia de fortalecer ambos aspectos para mejorar la calidad de vida y el desarrollo integral de los adolescentes.

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

## **Abstract**

The objective of this research work was to establish the relationship between self-esteem and psychological well-being in high school students from Uyurpampa, Lambayeque, 2022. To this end, a descriptive correlational study was carried out with a quantitative approach, which allowed us to analyze in detail the variables in question. The sample was made up of a total of 135 students, who participated voluntarily in the study. The instruments used for data collection were the Rosenberg Self-Esteem Scale questionnaire, recognized for its validity and reliability in measuring self-esteem in various contexts, and the BIEPS Psychological Well-being Scale for young people and adolescents, developed by Casullo, which focuses on measuring key dimensions of psychological well-being in this population. The results obtained demonstrated that there is a significant relationship between self-esteem and psychological well-being in the students evaluated, which highlights the importance of strengthening both aspects to improve the quality of life and comprehensive development of adolescents.

**Keywords:** Self-esteem, Psychological well-being, students.

## **I. Planteamiento del problema**

La autoestima y el bienestar psicológico son dos temas que a lo largo de las décadas se ha tocado mucho. Según Mejía, 2011; 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. La situación en la actualidad no es indiferente con respecto a ambos temas, principalmente en los centros educativos. Esto lleva al argumento de que las instituciones educativas no fueron traídas a la sociedad sin contribuir al desarrollo de habilidades y destrezas, conectar la vida de los estudiantes con el mundo del trabajo para ayudarlos a afrontar con éxito los constantes cambios de la sociedad.

Al igual que el Bienestar Psicológico, se define como el desarrollo de la competencia y madurez del individuo, en el que el individuo muestra indicadores de desempeño positivo, según los cuales la felicidad puede ser considerada como un precursor de los patrones de la psicología positiva en la actualidad.

La autoestima es la base y fundamento de nuestra salud mental. Si nuestra autoestima es suficiente, seremos capaces de relacionarnos con el mundo de manera saludable, podremos hacernos valer en todas las situaciones y proteger nuestros derechos sin deterioro. Con una buena autoestima, seremos más inmunes o menos vulnerables a los ataques emocionales del entorno y actuaremos con calma en todas las situaciones, aceptándonos incondicionalmente, haciéndonos felices con nuestras reacciones y comportamiento.

La Organización Mundial de la Salud, OMS (2018) hace referencia al bienestar psicológico un estado de bienestar en el que una persona se da cuenta de su potencial y es capaz de hacer frente a las tensiones de la vida normal, ser productiva y contribuir a su sociedad. En este sentido positivo, la salud mental es la base de la felicidad individual y del funcionamiento productivo de las sociedades. Según los últimos estudios, los problemas de salud mental, especialmente la depresión, son una de las principales causas de enfermedad en los jóvenes. Tener un trastorno de salud mental, que puede afectar significativamente la salud y el desarrollo general de los adolescentes, tiende a asociarse con diversos problemas sociales y de salud, como el consumo excesivo de alcohol, tabaco y sustancias ilegales, el

embarazo en menores de edad, la deserción escolar y la presunción de un delito involucrado.

Para la Organización Panamericana de la Salud, (PAHO, 2019) advierte que la tasa de prevalencia de los problemas emocionales en los jóvenes sería de 9,1% (6,5% para trastornos de ansiedad y un 2,6% para trastornos del estado del ánimo); concretamente en nuestro país, se estima que, aproximadamente, medio millón de adolescentes sufren problemas emocionales, “lo que representa casi el 50% de todos los trastornos mentales” (Salud O. P., 2019).

Según Rodríguez, (2020) la Organización Mundial de la Salud (OMS) destaca que la autoestima es un estado completo de bienestar y que tiene en cuenta tanto el aspecto social como el físico o el psicológico. Una de cada cuatro personas entre 25 y 60 años tiene baja autoestima, reconocen sufrir síntomas de estrés postraumático, ansiedad y depresión, según una encuesta realizada a 25.000 personas. Más de la mitad de ellos (51%) dice tener muy pocas personas de confianza. Tenemos entendido que las personas que tienen una baja autoestima es debido a problemas que sufren día a día ya sea en el hogar, comunidad, en el trabajo, etc. Que esto conlleva a decisiones que es hasta perder la vida.

Para Tango, Marín. (2020) en el que se obtuvo por resultados que la mayoría de la población estudiada (70%) presenta autoestima baja, lo que significa a una desvaloración de desprecio que tiene la persona hacia sí mismo, tanto así que se llega a minimizar ante las demás personas. Podemos entender que, en algunas partes del Perú en pueblo más lejanos, las personas suelen a tender a no ser muy optimistas consigo mismo, al contrario, se rechazan así mismos, dándose a creer que ellos no son las mejores personas del mundo, reprochándose el porqué de las cosas, preocupaciones ante sus situaciones económicas, la baja autoestima.

En los estudiantes de secundaria de la institución estatal donde se realizará la investigación en el Centro Poblado de Uyurpampa, no es tan diferente a la problemática refiriéndose los tutores quienes brindan clases de tutoría a los estudiantes precisan que los estudiantes no se valoran así mismos, son poco afectivos consigo mismo y con los demás, refleja principalmente la necesidad de la situación con el fin de mejorar sus propias habilidades y destrezas, muy pocos estudiantes mostraron interés aprende y mejora. El

contexto geográfico donde se ubican los estudiantes de secundaria es en el Centro Poblado de Uyurpampa, Distrito de Incahuasi, Provincia Ferreñafe, Región Lambayeque. Como enunciado, surge la pregunta ¿Qué relación existe entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022?,

Como justificación, el estudio de la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria es fundamental, dado que esta etapa de desarrollo se caracteriza por importantes cambios emocionales, sociales y académicos. Durante la adolescencia, los jóvenes enfrentan una serie de desafíos que pueden afectar su salud mental, como la presión académica, la búsqueda de identidad y las relaciones interpersonales. Estos factores influyen directamente en su autoestima, la cual juega un papel crucial en su bienestar psicológico general. A pesar de la importancia de estas variables, existe una carencia de estudios actualizados y específicos que exploren de manera integral la relación entre autoestima y bienestar psicológico en esta población, particularmente en el contextos locales, presentan dificultades socioeconómicas, los familiares pueden incrementar el riesgo de problemas emocionales, resulta aún más relevante desarrollar investigaciones que permitan comprender estos fenómenos y brindar soluciones basadas en evidencia científica.

Este proyecto de investigación se justifica en la necesidad de proporcionar información clave que no solo permitirá comprender mejor el estado emocional de los adolescentes, sino también orientar intervenciones efectivas en el ámbito educativo y familiar. Asimismo, los resultados de esta investigación podrían servir de base para futuros estudios en niveles más avanzados y para la creación de programas de apoyo psicológico, tanto a nivel local, regional como nacional. Contribuirá también a fortalecer la salud mental de los estudiantes, mejorando su autoestima y favoreciendo un entorno familiar y escolar más saludable.

Para responder a esta pregunta de investigación se propone el siguiente objetivo general: Establecer la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022. Y como objetivos específicos:

- Determinar el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.

- Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.

## II. Marco teórico

### 2.1. Antecedentes

Rivera (2019) en su investigación autoestima en estudiantes de secundaria – Alemania. La investigación fue no experimental, nivel descriptivo, el instrumento utilizado fue la Escala de autoestima de Rosenberg, con una muestra de 220 estudiantes. Arribó a las siguientes conclusiones: Los estudiantes en los niveles de autoestima el 60 % se ubicó en el nivel bajo, el 22 % en el nivel medio y finalmente en 18 % en el nivel alto de autoestima (Rivera Sernaque, 2019).

Morales y Gonzáles (2019), en su trabajo de investigación titulada resiliencia- Autoestima-Bienestar psicológico y Capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables. Se correlacionaron las distintas variables con el rendimiento escolar y los resultados obtenidos indican la existencia de correlación entre el bienestar psicológico y la resiliencia; la autoestima y la resiliencia; el bienestar psicológico y la autoestima, pero estas no se correlacionan con el rendimiento escolar. Posteriormente, se clasificaron los estudiantes en tres grupos: alumnos de alto rendimiento, de rendimiento promedio y un tercer grupo con bajo rendimiento. Se encontró diferencias significativas entre los grupos en la capacidad intelectual, pero no en las variables relacionadas con la autoestima, bienestar psicológico y resiliencia. Si se evidencia diferencias en algunos subfactores de las escalas administradas (Morales N & Gonzáles G, 2019).

Huertas (2020), la presente investigación “Autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional, Jicamarca, Lima, 2020. La población estuvo constituida por los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Nacional, Jicamarca llegando a tener una muestra de n= 60. El instrumento usado fue la Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES) y la técnica usada fue la encuesta. El resultado del estudio fue que la mayoría de los estudiantes presentan un nivel medio de autoestima (Huertas Mantilla, 2020).

Miranda (2020) realizó la investigación “Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. “San Luis” N°1128, del quinto grado de educación secundaria, Lima,

2020”. La investigación fue de descriptiva correlacional, y de nivel cuantitativo, la muestra estuvo constituida por 30 estudiantes. 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 (Miranda Mamani, 2020).

Arias (2021), en su estudio denominado bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa publica “Luis Carranza” Ayacucho 2021”. La población que conformo el estudio fue 54 estudiantes evaluado mediante un censo en los estudiantes. Los resultados de este estudio fueron mediante el análisis de Chi cuadrado con P-Valor de  $\alpha = ,625$  en el cual concluye que no existe relación entre el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa publica “Luis carranza” Ayacucho 2021. Teniendo en cuenta los resultados descriptivos se concluye que el nivel del bienestar psicológico es de nivel alto con un 44.4% y respecto al afrontamiento al estrés con un nivel bajo con un 50% (Arias Quispe, 2021).

Silva, (2020) publico la investigación “Autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Chiclayo, 2020”. El nivel de investigación fue descriptivo y el diseño de investigación fue epidemiológico, porque se estudió la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada; es decir, su frecuencia o su distribución en la población. El universo fueron los estudiantes de secundaria. La población estuvo constituida por estudiantes de secundaria de una institución privada de Chiclayo, N = 340. El muestreo fue no probabilístico, de tipo por conveniencia. Llegando a obtener una muestra de n= 74. El instrumento usado fue la Escala de autoestima de Rosenberg. El resultado del estudio fue que la autoestima en la mayoría (62.2 %) de los estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Chiclayo, 2020 es media (Silva Samame, 2020).

Mundaca (2019), publicó su investigación titulada “Autoestima en estudiantes de secundaria de la institución educativa Mariano Melgar, Chiclayo 2019”. Tuvo como objetivo describir la autoestima en estudiantes de Secundaria. Este tipo de estudio fue observacional, prospectivo, transversal y descriptivo. El nivel de investigación fue descriptivo y el diseño de investigación fue epidemiológico. La población estuvo

constituida por los estudiantes de la Institución educativa Mariano Melgar, y se contó con un marco muestral conocido,  $N = 672$ . El muestreo fue no probabilístico, de tipo por conveniencia, pues sólo se evaluó a los estudiantes que asistían. Llegando a obtener una muestra de  $n = 316$ . El instrumento usado fue el Cuestionario de Autoestima de Stanley Cooper Smith para estudiantes. El resultado del estudio fue que la autoestima en la mayoría (33 %) de los estudiantes se encuentra en promedio, con una tendencia a bajar (Mundaca Perez, 2019).

Maquen (2021), realizó la investigación titulada “Relación entre bienestar psicológico y violencia intrafamiliar en estudiantes de una Institución Educativa, Lambayeque, 2021”. El nivel de la investigación fue relacional y el diseño de investigación fue epidemiológico, el universo fueron alumnos del nivel secundario, la población fueron alumnos de quinto grado A y B de una institución educativa en el distrito de Lambayeque. La técnica que se utilizó para la evaluación de ambas variables fue la técnica psicométrica, que consistió en el recojo de información a través de instrumentos. Los resultados obtenidos determinaron que existe relación entre bienestar psicológico y violencia intrafamiliar (Maquen Mujica, 2021).

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

### **2.2.1. Autoestima**

**Definiciones:** Según McKay y Fanning, (1991) define que la autoestima es lo que nos impulsa hacia la libertad, analizando objetivamente nuestras creencias básicas, corrigiendo poco a poco las más negativas, y así liberarnos de la prisión autoimpuesta de la dirección hacia una vida más libre y satisfactoria.

Para Rosemberg (1979) la autoestima se define como una actividad agradable o desagradable en la personalidad. Así, recientemente ha surgido un nuevo concepto de integración como fuente de integración de la autoestima en diferentes grupos o situaciones sociales; Otra definición de autoestima se llama autoestima colectiva. La autoestima del "yo" depende del conjunto de pensamientos y sentimientos relacionados con el cuerpo humano, así como de planes incompletos, estilo de vida y situación actual.

Esto nos permite saber cuáles son nuestras fortalezas y dónde debemos mejorar,

para poder avanzar. Nos esforzaremos por lograr nuestros objetivos y esto aumentará nuestras posibilidades de éxito. Mejorar las relaciones interpersonales.

#### **2.2.1.1. Tipos de la autoestima**

Para Aránzazu Álvaro, refieren a los siguientes tipos de autoestima (Álvaro, 2022):

**Autoestima alta**, es muy importante mantener la autoestima para poder superar todos los desafíos que presenta la vida. Es decir, en una sociedad cada vez más digital, si una persona construye su respaldo a través de las redes sociales, las expectativas y las comparaciones pueden ser muy dañinas. Incluso puede ser un obstáculo para ser aceptado.

**Autoestima media**, las personas con este tipo de autoestima muestran cierta inestabilidad en su autoevaluación. En ocasiones, las personas tienden a sentirse inferiores, incompetentes y débiles, mientras que en otras ocasiones se sienten útiles y competentes, lo que indica una alta autoestima.

**Autoestima baja**, la no aceptación de las personas con baja autoestima conduce a la insatisfacción en su vida diaria, lo que se produce por un enfoque excesivo en sus defectos, que disminuye sus buenas cualidades e incluso las considera ficticias de otros.

#### **2.2.1.2. Componentes de la autoestima:**

Los componentes se clasificaron de la siguiente manera (Martinez, 2020):

Componente cognitivo, ocurre en los pensamientos de una persona, son procesos mentales y puede incluir la propia imagen.

Componente emocional o afectivo, esta composición habla claramente de pasión. Los sentimientos que no puedo controlar me hacen sentir mal, triste y frustrado. En la mayoría de los casos estos sentimientos son malos y en muchos casos se ha encontrado que las personas con depresión tienen baja autoestima.

Componente conductual, reflejado en el camino humano a través de sus actitudes de comportamiento hacia los demás; Por otro lado, los humanos somos susceptibles a estímulos externos que intentan influir en el auto concepto y la autoimagen.

#### **2.2.1.3. Características de la autoestima**

Silva (2020, pp. 21 - 22) menciona que el ser humano tiene la suficiente capacidad

de apreciarse y valorarse, a su vez presenta las siguientes:

Independientemente de lo que una persona pueda lograr o hacer, se valora a sí misma al verse a sí misma como importante para los demás. Acepta y reconoce que tiene debilidades, limitaciones en su interactuar social.

Uno puede estar de acuerdo, el amor es un signo innegable de comprensión, lealtad y amor.

Aceptación, expresa respeto y esmero a su propia valía.

#### **2.2.1.4. Pilares de la autoestima**

Según Branden (como se citó en Coaching Camp, 2021) define que los pilares de la autoestima forman una guía con prácticas que se deben seguir para restaurar la autoestima deteriorada o no construida. La baja autoestima no solo nos causa dolor emocional, sino que también nos hace actuar de manera autodestructiva. Branden considero seis pilares cruciales y fundamentales ya que forman parte integral de la vida en las personas y todas se basan en distintas prácticas:

- Práctica de vivir conscientemente.
- Práctica de aceptarse a sí mismo.
- Práctica de asumir la responsabilidad de sí mismo.
- Práctica de la autoafirmación.
- Práctica de vivir con propósito.
- Práctica de la integridad personal, considera y se definen como de la misma manera todas se basan en distintas prácticas.

#### **2.2.1.5. Teoría de autoestima según rosenberg**

Desde la posición de rosenberg (1965), define la autoestima como una actitud favorable o desfavorable hacia uno mismo. Es el grado en que las personas se sienten

valoradas, competentes y dignas de respeto. La autoestima se considera un componente esencial de la identidad personal y del bienestar emocional. Así mismo rosenberg distingue entre:

- **Autoestima global**, percepción general sobre uno mismo
- **Autoestima específica**, valoración de la persona en áreas específicas, como habilidades, apariencia o relaciones.

El objetivo fue crear un instrumento sencillo, confiable y válido que permitiera medir la autoestima global de una persona. Rosenberg buscaba capturar la autoevaluación general que los individuos realizan sobre su propio valor y dignidad, es decir, cómo se perciben a sí mismos de manera general. Cabe mencionar que Rosenberg investigó cómo los adolescentes estadounidenses se percibían a sí mismos y cómo esta percepción influía en su comportamiento y bienestar.

### **2.2.2. Bienestar psicológico**

**Definiciones.** Es un concepto amplio que incluye aspectos sociales, subjetivos y psicológicos, así como comportamientos generales relacionados con la salud que hacen que las personas funcionen de manera positiva. Implica enfrentar los desafíos cotidianos, imaginar maneras de enfrentarlos, aprender de ellos y profundizar su sentido del significado de la vida, como el desarrollo de habilidades y el crecimiento personal, donde los individuos muestran indicadores de desempeño positivo, por lo que la felicidad puede ser vista como un precursor de los modelos psicológicos positivos (Casullo, 2002).

Tendemos a pensar que es tener buena salud, estabilidad económica y sentirnos bien con nosotros mismos. Si bien es cierto que incluye todo eso, en realidad es una percepción subjetiva. El bienestar psicológico también implica enfrentar los desafíos y actividades diarias de manera positiva, desarrollar nuestras habilidades y madurar como seres humanos.

Esta percepción se produce cuando existe una actividad psicológica completa y equilibrada. Incluso tiene efectos positivos en nuestra salud, ya que nos ayuda a prevenir enfermedades ya recuperarnos mejor de ellas.

### 2.2.2.1. Componentes de bienestar psicológico:

El bienestar psicológico cuenta con los siguientes componentes según (Ángel, 2019):

- **Compromiso:** Cómo tener esta maravillosa sensación de que estás participando en actividades para tu propia alegría y diversión.
- **Relaciones positivas:** no se basa en la desconfianza, los celos o el ultimátum de todo o nada.
- **Sentido:** Desarrollo de significados y aspiraciones de vida.
- **Logro:** Alcanzar las metas establecidas por individuos o grupos de personas en el pasado

### 2.2.2.2. Dimensiones del bienestar psicológico:

La psicóloga Carol Ryff, profesora en la Pennsylvania State University y directora del Institute of Aging, desarrolló un modelo de bienestar psicológico formado por seis dimensiones, así como una escala para medirlas (Zendrera, 2018):

- **Control de situaciones,** es una sensación de control y autocompetencia. cuando aparece esta dimensión, las personas pueden organizar o moldear contextos, para adaptarlos según sus necesidades y preferencias. A las personas con poco sentido del control les resulta difícil aplica situaciones cotidianas y piensa que eres incapaz de cambiar casos necesarios.
- **Aceptación de sí mismo,** implica reconocer muchos aspectos de uno mismo, tanto buenos como malos. Considérate bien huellas de hechos pasados. Cuando no te aceptas a ti mismo, te frustras con tu pasado y quieres ser diferente de lo que eres.
- **Vínculos psicosociales,** se relaciona con la capacidad de tener buenas relaciones personales, tener calidez, seguridad y simpatía. Y afecto por los demás. Las malas relaciones se convierten en muchas relaciones y sentimientos de familia y fracaso.

Además, esto es imposible únete a otros.

- **Autonomía**, significa libertad para tomar decisiones, sí, para quedarse quieto y confiar en su propio juicio. Es la libertad de prestar atención a las decisiones de otras personas y de prestar atención a lo que otras personas piensan, sienten y dicen.
- **Proyectos**, contar con metas y proyectos trascendentales. Darle significado a la vida y asumir valores que manifiesten sentido a la misma.

### **2.2.2.3. Teoría de bienestar psicológico**

Para Ryff (1995), lo define como, 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.

Por otro lado, Casullo (2002), la percepción que un individuo poseerá sobre sus logros alcanzados y el nivel de satisfacción personal, propondrá así cuatro dimensiones: la aceptación de sí mismo, los vínculos, el control de situaciones y los proyectos. Es un concepto que engloba más que la simple persistencia del afecto positivo con el tiempo, comúnmente conocido como felicidad. Se define como la percepción que un individuo tiene acerca de sus logros y su nivel de satisfacción personal. Esta percepción del bienestar no es constante, ya que las personas evalúan continuamente su situación tanto individual como social. Además, no se limita a una experiencia exclusivamente subjetiva, ya que también se relaciona con factores ambientales que interactúan con los personales (Chapoñan Palacios, 2021)

### **2.3. Hipótesis**

Hi: si existe relación entre autoestima y bienestar psicólogo en estudiantes de secundaria, de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.

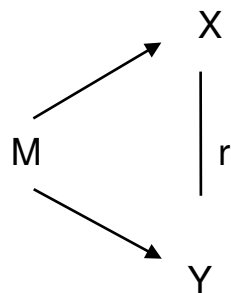
Ho: No existe relación entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. El tipo, nivel y diseño de investigación

Corresponde a una investigación que permitió estudiar y describir las relaciones entre dos variables en un momento determinado, proporciona la descripción de los hechos tal como se dan y correlacionan la variable predictora con la variable criterio (Hernández, Fernández e at, 2014).

El diseño de la investigación fue no experimental, toda vez que no se realizó manipulación o experimentación con las variables de estudio. Se procedió con la recolección de la información en las condiciones propias y naturales de los elementos de la muestra. (Hernández, Fernández e at, 2014).



Donde:

M = Representa la muestra de estudio.

X: La variable Bienestar Psicológico

Y: La variable de Autoestima

r: La relación entre ambas variables.

### **3.2. Población y muestra:**

Criterios de Inclusión:

- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes a partir de 12 años.
- Estudiantes con voluntad de participar en la investigación.
- Estudiantes que han finalizado correctamente el llenado del test.

Así mismo, la población estará conformada por un total de  $n= 332$  estudiantes de secundaria, pero debido a los costos para las evaluaciones son elevadas se optarán por una muestra que estará constituida por un total de  $n= 135$  estudiantes de secundaria de Uzurpampa, Lambayeque, 2022, con edad promedio de 12 a 17 años.

### 3.3. Variables. Definición y Operacionalización

**Tabla 1**

*Matriz de operacionalización de las variables*

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORIAS O VALORIZACIÓN
Autoestima	Rosemberg (1979) define la autoestima como una actividad favorable o desfavorable hacia uno mismo.	-	-	Inventario de autoestima de Rosenberg	Alto ; 30-40 Medio: 26-29 Bajo: <26
Bienestar Psicológico	Casullo (2002), la percepción que un individuo poseerá sobre sus logros alcanzados y el nivel de satisfacción personal.	Control de situaciones, Vínculos psicosociales, Proyecto Aceptación		“Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J” (Jóvenes Adolescentes) Casullo	Alto: 39 Medio:33-38 Bajo :28-32

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

La técnica utilizada en la presente investigación fue la encuesta, la misma que fue aplicada a los 135 estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.

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

#### **Instrumento de autoestima**

La escala de autoestima fue creada en el año 1989 por Morris Rosenberg, cuenta con 10 preguntas, de lo cual 5 son de forma positiva y las otra 5 de forma negativa, tiene un tiempo de 10 minutos y puede ser administrado de forma individual y colectiva. La escala de aplicación es a partir de 13 años de edad. La EAR ha sido traducida y validada en distintos países e idiomas: francés, alemán, japonés, portugués, español, etc. Recientemente, Schmitt y Allik (2005) realizaron un estudio multicultural, administrando la EAR en 53 naciones, en 48 de las cuales se presenta una confiabilidad sobre 0,75. En Perú se halló un Cronbach alpha de 0.78. En el 2021, Sánchez, De la Fuente y Ventura, realizó la investigación sobre modelos factoriales de la Escala de Autoestima de Rosenberg en adolescentes peruanos, tuvo como objetivo principal analizar la estructura interna y la fiabilidad de la RSE en adolescentes peruanos. La escala fue administrada a un total de 715 adolescentes (51.3% de sexo femenino; M edad = 12 a 20 años). "Los resultados indicaron un mejor ajuste para el modelo unidimensional al controlar el efecto del método en los ítems inversos, eliminando el ítem 8 debido a su ambigüedad. La fiabilidad fue adecuada, calculándose mediante el coeficiente omega. Se discute la estructura unidimensional de la RSE y se concluye que el instrumento proporciona evidencia de validez y consistencia interna suficientes para su uso en el contexto peruano (Sánchez Villena, et.al, 2021) .

#### **Instrumento de bienestar psicológico BIEPS-J**

La escala de bienestar psicológico fue creada en el 2002 por María Martina Casullo, esta escala consta de 13 ítems, que evalúan el Bienestar Psicológico desde una perspectiva multidimensional y cuenta con cuatro dimensiones que permite medir el control de situaciones, aceptación de sí mismos, vínculos psicosociales y proyecto de vida. La aplicación

del instrumento es colectiva, tiempo de duración es de 10 minutos. En el 2019, Faberio realizó una adaptación de la escala de bienestar psicológico en el Perú, con el objetivo de evaluar sus propiedades psicométricas en una muestra de 1000 estudiantes. Se comprobó una adecuada validez de contenido mediante la V de Aiken, seguidamente se obtuvo un alfa de Cronbach general de 0.645, mostrando valores medios en el control de situaciones (10.515), siendo la más alta entre las dimensiones. Luego vemos que los vínculos psicosociales y proyectos (8.1) tienen una media de ambas dimensiones, y por último la aceptación de sí mismo (7.68). En este sentido, el instrumento no pasará por juicio de expertos ya que cuenta con una confiabilidad y validez interna aceptable.

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

Luego de la aplicación del cuestionario, se procederá a la calificación de las mismas, ser digitadas en una base de datos en Excel, se consignará los niveles en la que encuentren cada participante con respecto a los resultados y las tablas de conversión del instrumento. Seguidamente se procederá al análisis de la validez y confiabilidad de la prueba, finalmente se procesará los resultados haciendo uso de la estadística descriptiva con el programa Microsoft Excel y SPSS v26 se realizará las tablas de frecuencias, porcentajes y promedios.

### **3.6.Aspectos éticos**

El presente estudio contempló los principios éticos necesarios para su realización recomendados por el reglamento de integridad científica en la investigación v.001, los cuales fueron:

- a) **Respeto y protección de los derechos de los intervinientes:** su dignidad, privacidad y diversidad cultural.
- b) **Cuidado del medio ambiente:** respetando el entorno, protección de especies y preservación de la biodiversidad y naturaleza.
- 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

**Tabla 2:**

*Relación entre el autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria del Centro Poblado de Uyurpampa, 2022.*

<b>Pruebas de chi-cuadrado</b>					
	Valor	gl	Sig. Asintótica (Bilateral)	Significación exacta (Bilateral)	Significación exacta
(Unilateral)					
Chi-cuadrado de Pearson	11,387 <sup>a</sup>	1	,001		
Corrección de continuidad	10,038	1	,002		
Razón de verosimilitud	12,959	1	,000		
Prueba exacta de Fisher				,001	,000
Asociación lineal por lineal	11,303	1	,001		
N de casos válidos	135				

*a. 0 casillas (0,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 12,19.*

*b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2*

**Interpretación:** siendo  $P = ,001$  y es menor al  $\alpha = 0.050$  tomamos la decisión de que existe suficiente evidencia para rechazar la hipótesis nula, infiriendo que existe relación entre el autoestima y bienestar psicológico.

**Tabla 3:**

*Determinar el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.*

Autoestima	f	%
Alta	90	66.7
Media	38	28.2
Baja	7	5.1
Total	135	100

**Interpretación:** En la tabla 2, se observa los niveles de autoestima en estudiantes de secundaria del centro poblado de Uyurpampa, 2022; donde se observa del 100% (n=135) de estudiantes, el 66.7% (n=90) percibe un nivel alto de autoestima, mientras el 28.2% (n=38) percibe un nivel medio de la variable de estudio y finalmente solo el 5.1% (n=7) denota un nivel bajo de autoestima.

**Tabla 4:**

*Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.*

Bienestar psicológico	f	%
Alto	31	23
Medio	88	65.2
Bajo	16	11.8
Total	135	100

**Interpretación:** En la tabla 3, se observa los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria del centro poblado de Uyurpampa, 2022; donde se observa del 100% (n=135) de estudiantes, el 65.2% (n=88) percibe un nivel medio de bienestar psicológico, mientras el 23% (n=31) percibe un nivel alto de la variable de estudio y finalmente solo el 11.8% (n=16) denota un nivel bajo de bienestar psicológico.

## V. DISCUSIÓN

Los resultados del estudio indican que sí existe relación significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del nivel secundaria de Uyurpampa Lambayeque, los que nos estarían indicando que en la medida que los estudiantes se sienten valorados, respetados y considerados su bienestar psicológico es mayor, evidenciando en ellos mayor satisfacción con sus vidas. Sin embargo, hallazgos diferentes se encuentran en el estudio de Miranda (2020) toda vez que él no encontró relación entre estas dos variables en su estudio realizado en estudiantes del quinto grado de educación secundaria en la ciudad de Lima.

La autoestima es la base y fundamento de la salud mental. Si nuestra autoestima es lo suficientemente alta, podremos interactuar con el mundo de una manera saludable y podremos hacernos valer y proteger nuestros derechos sin ser degradados en ninguna situación. Con una buena autoestima seremos más o menos vulnerables a los ataques emocionales de quienes nos rodean, mantendremos la calma ante cualquier situación, nos aceptaremos incondicionalmente y nos permitiremos estar satisfechos con nuestras reacciones y acciones.

Por el contrario, Miranda (2020), realizó la investigación “Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. “San Luis” N°1128, del quinto grado de educación secundaria, Lima, 2020. 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, es decir, mantener una autoestima alta y positiva no implica necesariamente tener una buena salud mental ni una sensación de bienestar personal. Por otro lado, también podemos afirmar que, según los resultados de este estudio, el bienestar psicológico, entendido como el buen funcionamiento de las funciones mentales, no garantiza un nivel adecuado de autoestima, en el presente estudio llegamos a una conclusión diferente debido a que hallamos una correlación significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico de los estudiantes, a medida que los estudiantes se sienten apreciados, respetados y tomados en cuenta, su bienestar psicológico aumenta, lo que se refleja una vida satisfactoria.

Con respecto, al primer objetivo específico determinar el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de Uzurpampa, Lambayeque, 2022. Se obtuvo como resultado que el nivel de autoestima de los estudiantes de secundaria se ubican en un nivel alto que implica confianza, aceptación de las propias limitaciones, mientras un grupo de estudiantes se encuentran en un nivel medio de la variable de estudio en la que indica, que tienden a tener momentos en los que se siente capaz y valiosa y otros en los que se siente mal debido a diversos factores como pueden ser la opinión de los demás y finalmente el grupo restante denota un nivel bajo de autoestima, Tienen problemas para reconocer sus sentimientos, le resulta difícil compartir sus sentimientos con los demás, no se sienten bien consigo mismos, sienten que no están haciendo nada bien.

De manera similar, Silvia (2020) ejecutó su investigación autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Chiclayo, 2020. Se encuentran en un nivel medio de autoestima. Para Álvaro (2022), explica que las personas con este tipo de autoestima muestran cierta inconstancia en su autovaloración. A veces, las personas se perciben como inferiores, incapaces y frágiles, mientras que en otras ocasiones se ven a sí mismas como valiosas y capaces, lo que refleja una autoestima elevada. Significa que existe un balance entre las percepciones y emociones tanto positivas como negativas acerca de uno mismo. Si bien no es tan fuerte como una autoestima alta, tampoco resulta tan perjudicial como una autoestima baja. Se encuentra en un nivel intermedio que puede elevarse o disminuir dependiendo de las vivencias y el crecimiento personal de cada individuo.

Sin embargo, en una investigación internacional de Rivera (2019), realizó la investigación titulada autoestima en estudiantes de Alemania, en conclusión, se obtuvo que los estudiantes se ubican en un nivel bajo de autoestima debido a una visión negativa que una persona posee sobre sí misma. Se manifiesta en una carencia de confianza en sus propias capacidades y en una sensación general de insuficiencia o inferioridad. Las personas con baja autoestima tienden a tener problemas para apreciarse y reconocer sus éxitos, lo cual puede afectar distintos aspectos de su vida, como sus relaciones personales, su rendimiento académico o profesional, y su salud emocional.

Por otro lado, el segundo objetivo específico determinar el nivel de bienestar

psicológico en estudiantes de secundaria de Uzurpampa, Lambayeque 2022. Se percibe un nivel medio de bienestar psicológico en el que consiste que el individuo expresa sus sentimientos positivos e ideas constructivas de sí misma, que están determinadas por la naturaleza subjetiva de su experiencia y estrechamente relacionadas con aspectos específicos de la actividad física, espiritual y social. Indica que una persona está en un estado de equilibrio emocional que puede mejorarse con el tiempo mediante prácticas de autocuidado, crecimiento personal y apoyo social. Es fundamental entender que este estado puede variar y que el trabajo en el bienestar mental es un proceso constante.

Así mismo, Arias (2021), publicó la investigación bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública Luis Carranza, Ayacucho, 2021. se obtuvo que el nivel del bienestar psicológico es de nivel alto, hace alusión a un nivel ideal de salud mental y emocional en el que una persona siente satisfacción, equilibrio y eficacia en diferentes aspectos de su vida. El bienestar psicológico es un estado valioso que mejora la calidad de vida general de un individuo. Promueve una visión positiva de la vida y favorece la salud mental y emocional a largo plazo. Además, es esencial entender que este estado puede ser afectado por factores tanto externos como internos, y que el desarrollo personal continuo es clave para preservarlo.

Finalmente, la autoestima y el bienestar psicológico son elementos esenciales para el desarrollo integral de las personas. Una autoestima positiva no solo afecta nuestra autopercepción, sino que también repercute en nuestras relaciones interpersonales, en nuestro desempeño académico y profesional, y en nuestra habilidad para enfrentar dificultades. Asimismo, el bienestar psicológico es vital para mantener un equilibrio emocional, fomentar una visión optimista y facilitar el crecimiento personal. Promover la autoestima y el bienestar psicológico es un proceso constante que demanda autoconocimiento, autocuidado y apoyo social. Al dedicar tiempo a nuestra salud mental y emocional, no solo mejoramos nuestra calidad de vida, sino que también contribuimos a crear un entorno más saludable y positivo para quienes nos rodean. Es crucial reconocer la relevancia de estos aspectos en nuestra vida cotidiana y esforzarnos activamente por fortalecerlos. De esta manera, podemos edificar una base sólida que nos permita enfrentar la vida con confianza y resiliencia, disfrutando plenamente de cada momento y de las oportunidades que se nos presentan.

## VI. CONCLUSIONES

En base a los objetivos planteados y los resultados hallados en la presente investigación, se ha concluido lo siguiente:

- **Primero.** Como respuesta a lo planteado en el objetivo general: determinar la relación entre el autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022; si están relacionadas dado que el P-valor de la correlación de Chi cuadrado siendo  $P = ,001$  y es menor al  $\alpha = 0.050$  tomamos la decisión de que existe suficiente evidencia para rechazar la hipótesis nula, infiriendo que existe relación entre el autoestima y bienestar psicológico.
- **Segundo.** Como respuesta a lo planteado en el objetivo específico 1: determinar el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022; donde se observa que del 100% (n=135) de estudiantes, el 66.7% (n=90) percibe un nivel alto de autoestima, mientras el 28.2% (n=38) percibe un nivel medio de la variable de estudio y finalmente solo el 5.1% (n=7) denota un nivel bajo de autoestima.
- **Tercero.** Como respuesta a lo planteado en el objetivo específico 2: Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022; donde se observa del 100% (n=135) de estudiantes, el 65.2% (n=88) percibe un nivel medio de bienestar psicológico, mientras el 23% (n=31) percibe un nivel alto de la variable de estudio y finalmente solo el 11.8% (n=16) denota un nivel bajo de bienestar psicológico.

## **VII. RECOMENDACIONES**

A las autoridades de la institución educativa, capacitar a los docentes y personal escolar, ofreciendo talleres y capacitaciones en temas de salud mental. Incorporar programas de educación socioemocional en el currículo escolar para ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades como la autoconciencia, la empatía, el manejo de emociones y la resiliencia.

A los administradores y departamentos psicoeducativos implementar más programas que aborden estas dos variables de manera independiente, busquen fortalecer y mejorar más aún, la autoestima y el bienestar psicológico en cada estudiante.

A los padres como: mejorar aún más la resolución de problemas de comunicación, salud mental en los estudiantes, autoestima, bienestar psicológico y etc., que darán herramientas para el fortalecimiento los lazos familiares tal como los conocemos es el respeto propio y salud mental.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Álvaro, A. (2022). Los 3 tipos de autoestima y sus características. *Positivalia*. Obtenido de <https://positivalia.com/los-3-tipos-autoestima-caracteristicas/>

Arias Quispe, Y. P. (2021). *Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública "Luis Carranza" Ayacucho 2021*. Ayacucho: Repositorio Institucional ULADECH. Obtenido de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/25812>

Bailey Matienzo, L. E. (2017). "autoestima y afrontamiento en estudiantes de secundaria de la ciudad de sucrE. 47. Obtenido de <http://repositorio.uasb.edu.bo/handle/54000/813>

2020. (s.f.). *Bienestar psicológico en adultos en Chiclayo*. Chiclayo: repositorio ULADECH.

*Características de la autoestima*. (2020). Chiclayo: Repositorio Institucional ULADECH. Obtenido de [file:///C:/Users/USER/Downloads/AUTOESTIMA\\_ESTUDIANTES\\_SILVA\\_%20SAMAME\\_JOSE\\_%20ANTONIO.pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/AUTOESTIMA_ESTUDIANTES_SILVA_%20SAMAME_JOSE_%20ANTONIO.pdf)

Cascullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Mallorcare. Obtenido de <https://www.mallorcare.eu/bienestar-psicologico-salud/>

Chapoñan Palacios, M. D. (2021). *Análisis teórico del bienestar psicológico formulado por Carol Ryff y*. Chiclayo: UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO. Obtenido de [https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/4371/1/TIB\\_Chapo%C3%B1anPalaciosMaria.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/4371/1/TIB_Chapo%C3%B1anPalaciosMaria.pdf)

Clemente, C. (2009). *definición de familia según OMS*. Obtenido de <http://cbtis149ctsv3lc2.blogspot.com/2009/10/definicion-de-familia-segun-la-oms.html>

Ferrer Honores, P., Miscán Reyes, A., Pino Jesús, M., & Pérez Saavedra, V. (2010).

*Funcionamiento familiar según el modelo Circumplejo de Olson en familias con un niño que presenta retardo mental.* Obtenido de

<https://faenf.cayetano.edu.pe/images/pdf/Revistas/2013/febrero/funcionamientofamiliarseguneImodelocircumplejodeolson.pdf>

García Zapata, A. R. (2018). *Autoestima en estudiantes de primer año de secundaria de la institución educativa emblemática el Triunfo – Tumbes, 2018.* Tumbes: Repositorio Institucional ULADECH. Obtenido de

<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/18386>

Huertas Mantilla, K. E. (2020). *Autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional, Jicamarca, Lima, 2020.* Lima: Repositorio Institucional ULADECH. Obtenido de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19566>

Maquen Mujica, R. A. (2021). *Relación entre bienestar psicológico y violencia intrafamiliar en estudiantes de una Institución Educativa, Lambayeque, 2021.* Lambayeque: Repositorio Institucional ULADECH. Obtenido de

<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/23964>

Martínez, V. (20 de Junio de 2020). *¿CUÁLES SON LOS COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA? Componentes de la autoestima.* Obtenido de <https://violetamartinez.com/cuales-son-los-componentes-de-la-autoestima/>

Mejía, P. M. (2011). *Autoestima.* Obtenido de <https://revistas.udea.edu.com>

Méndez Errico, S. (2012). *Características de la familia tradicional.* Obtenido de <http://www.innatia.com/s/c-organizacion-familiar/a-tipo-familia-tradicional.html>

Ministerio de Comercio Exterior y Turismo. (2015). *Conociendo al segmento de familias en el Perú.* Obtenido de

<http://media.peru.info/IMPP/ConociendoAlSegmentoFamilias.pdf>

Ministerio de la Mujer y Poblaciones vulnerables . (2012). *La familia peruana: ¿Espacio de Igualdad?* Obtenido de

[https://www.mimp.gob.pe/files/direcciones/dgignd/campanias/LaFamilia\\_peruana\\_espacio\\_de](https://www.mimp.gob.pe/files/direcciones/dgignd/campanias/LaFamilia_peruana_espacio_de)

[\\_igualdad.pdf](#)

Miranda Mamani, G. A. (2020). *Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. "San Luis" N°1128, del quinto grado de educación secundaria, Lima, 2020*. Lima: Repositorio Institucional ULADECH. Obtenido de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/18777>

Morales N, M., & Gonzáles G, A. (2019). *Resiliencia-Autoestima-Bienestar psicológico y Capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables*. Chile: Universidad Austral de Chile. Facultad de Filosofía y Humanidades. Obtenido de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-07052014000100013](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052014000100013)

Moreno Vazquez, b., & Lezana saldaña , F. (2020). *APOYO SOCIAL Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN ADULTOS*. Cajamarca: repositorio UPAGU. Obtenido de <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1532/LEZAMA%2C%20F.%20Y%20V%2C%81SQUEZ%2C%20M.%20%282021%29%20-%20INFORME%20DE%20TESIS%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Mundaca Perez, M. I. (2019). *Autoestima en estudiantes de secundaria de la institución educativa Mariano Melgar, Chiclayo 2019*. Chiclayo: Repositorio Institucional ULADECH. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.13032/22245>

Muñoz Contreras, D. (2018). *Autoconcepto y bienestar psicológico en los pobladores del Asentamiento Humano Alto Trujillo, 2018*. Trujillo: repositorio ULADECH. Obtenido de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/5358>

Nizama, E. (2015). *"Los jóvenes peruanos sufren de baja autoestima"*. Obtenido de <https://larepublica.pe/archivo/787634-los-jovenes-peruanos-sufren-de-baja-autoestima/>

Paredes Solorzano, V. J. (2019). *Autoestima prevalente en estudiantes de nivel secundario de la institución educativa Pestalozzi, Nuevo Chimbote, 2019*. Chimbote: Repositorio Institucional ULADECH. Obtenido de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/15901>

Rivera Sernaque, A. (2019). *Niveles de autoestima en estudiantes de secundaria - Alemania*. Universidad de Hamburgo. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/83615795.pdf>

Rodríguez , R. (2021). *Autoestima*. psiquion. 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.>

Salud, O. M. (30 de Marzo de 2018). Bienestar psicologico. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Salud, O. P. (14 de Marzo de 2019). Es fundamental mejorar la atención y promoción de la salud y bienestar emocional de los jóvenes, según una PNL. Obtenido de [https://www.infocop.es/view\\_article.asp?id=8009](https://www.infocop.es/view_article.asp?id=8009)

Sánchez Villena, A. R., De la Fuente Figuerola, V., & Ventura León, J. (2021). *Factorial models of rosenberg self-esteem scale in peruvian adolescents* (Vol. Vol. 26 (1)). Perú: Revista de Psicopatología y Psicología Clínica. Obtenido de [https://www.researchgate.net/publication/350972042\\_Modelos\\_factoriales\\_de\\_la\\_Escala\\_de\\_Autoestima\\_de\\_Rosenberg\\_en\\_adolescentes\\_peruanos](https://www.researchgate.net/publication/350972042_Modelos_factoriales_de_la_Escala_de_Autoestima_de_Rosenberg_en_adolescentes_peruanos)

Silva Samame, J. A. (2020). *Autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Chiclayo, 2020*. Chiclayo: Repositorio Institucional Uladech. Obtenido de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19302>

TANGO MARÍN, N. K. (2020). *Autoestima en adultos mayores de pucallpa*. Pucallpa. Obtenido de [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20099/ADULTOS\\_MAYORES\\_TANGO\\_MARIN\\_NORMY\\_KARITO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20099/ADULTOS_MAYORES_TANGO_MARIN_NORMY_KARITO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Velásquez Aguilar, L. O. (2017). *importancia del desarrollo del autoestima en niños y niñas*. Obtenido de <https://blogs.upc.edu.pe/blog-de-editorial-upc/actualidad/importancia-del-desarrollo-de-la-autoestima-en-los-ninos-y-ninas#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,desarrollo%20y%20ma>

[ntenimiento%20de%20un](#)

Vera Dávinson, R. G. (2020). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, región Callao – 2020*. Callao: Repositorio Institucional ULADECH. Obtenido de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/18779>

## ANEXOS

### *Anexo 01: Matriz de consistencia*

**Título:** Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<b>Problema General</b>	<b>Objetivo general</b>	<b>Hi:</b> Existe relación entre	<b>Autoestima</b>	<b>Tipo de Inv:</b>
¿Qué relación existe entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022?	Establecer la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.	autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.		cuantitativa
<b>Problemas específicos</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Ho:</b> No existe relación	<b>Bienestar psicológico</b>	<b>Nivel de Inv:</b>
¿Cuál es el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022?	Determinar el nivel de autoestima de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.	entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.		correlacional
¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022?	Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.			<b>Diseño de Inv:</b> no experimental, transversal, descriptivo-correlacional
				<b>Población y muestra:</b>
				<b>Población:</b> 332
				<b>Muestra:</b> n= 135

Anexo 02 Instrumento de recolección de información



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

**I. Instrumento de recolección de información**

Edad:.....Sexo:..... Grado:.....

Sección:..... Tipo de familia:

Nuclear.....extensa.....monoparental.....reconstruida.....

**II. Escala de Autoestima de Rosenberg.**

**Instrucciones:** Este test tiene como objetivo evaluar el sentimiento de investigación que la persona tiene de sí misma, Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

A) Muy de acuerdo B) De acuerdo C) En desacuerdo D) Muy desacuerdo

N°	Pregunta				
1	Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás				
2	Creo que tengo un buen número de cualidades				
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 mucho motivo para sentirme orgulloso/a de mi				
6	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a				

<b>7</b>	En general, estoy satisfecho conmigo mismo/a				
<b>8</b>	Desearía valorarme más a mí mismo/a				
<b>9</b>	A veces me siento realmente inútil				
<b>10</b>	A veces creo que no soy bueno para nada				



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



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

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

A) Mujer ( ) B) Varón ( )

Te pedimos que leas con atención las frases siguientes. Marca tus respuestas en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. La alternativa de respuesta es: ESTOY DE ACUERDO - NI DE CUERDO NI DESACUERDO – ESTOY EN DESACUERDO.

No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No dejes frases sin responder. Marca tu respuesta con una cruz (o aspa) en uno de los tres espacios.

FRASES	De acuerd o	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerd o
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago			
2. Tengo amigos/as en quienes confiar			
3. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida			
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo			
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
6. Me importa pensar que haré en el futuro.			
7. Generalmente caigo bien a la gente			
8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			

9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10. Si estoy molesto/a por algo soy capaz de como poder cambiarlo.			
11. Creo que en general me llevo bien con la gente			
12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida			
13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar			

### Anexo 03 Formato de Consentimiento informado



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE  
CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA  
SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE  
PSICOLOGÍA



#### CONSENTIMIENTO INFORMADO.

Yo, como padre/madre/tutor(a) \_\_\_\_\_,

identificado con DNI \_\_\_\_\_, DECLARO:

Haber sido informado de forma clara, precisa y suficiente sobre los fines y objetivos que busca la investigación: **AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DEL CENTRO POBLADO DE UYURPAMPA, 2022.**

Después de haber recibido la información **DOY MI CONSENTIMIENTO** para que mi menor hijo(a) sea evaluada con el instrumento de investigación: **ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG y ESCALA BIEPS-J (JÓVENES- ADOLESCENTES)** y la protección de datos desde los principios éticos de la investigación científica. Al término de la investigación, seré informado de los resultados que se obtengan.

Uyurpampa, 10 de septiembre del 2022.

\_\_\_\_\_  
Padre/madre/tutor(a)

DNI:

\_\_\_\_\_  
Nombre y Firma del

Responsable del Proyecto

## Anexo 04 Documento de aprobación de institución para la recolección de datos



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA**

**“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”**

Chimbote, 16 de Agosto del 2022

**CARTA N°0516-2022-DIR- EPP-FCCS-ULADECH Católica**

**Señor:**

**Prof. Oscar del Carmen Bernilla Carlos**

**I.E.N°10082 "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS" – UYURPAMPA**

**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, la estudiante **RODRIGUEZ BERNILLA JHOSELYN ROCIO**, viene desarrollando un trabajo **AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DEL CENTRO POBLADO DE UYURPAMPA, 2022** en la asignatura de TESIS II, para lo cual se requiere de su autorización para que se aplicar el Escala de Autoestima de Rosemberg (EA-Rosemberg)a los estudiantes de nivel secundaria, Durante los meses de agosto y setiembre del 2022.

Es propicia la oportunidad, para reiterarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

WVS/cuc  
Archivo

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