



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

**BIENESTAR PSICOLOGICO Y AFRONTAMIENTO AL
ESTRES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION
EDUCATIVA PUBLICA “LUIS CARRANZA”
AYACUCHO 2021.**

TESIS PARA OPTAR EL TITULO

PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGIA

AUTO

ARIAS QUISPE, YULY PILAR

ORCID: 0000-0002-0797-7653

ASESOR

FLORES POVES, JAIME LUIS

ORCID 0000-0003-1276-1563

AYACUCHO – PERU

2021

TITULO DE TESIS

**BIENESTAR PSICOLOGICO Y AFRONTAMIENTO A ESTRES EN
ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA
“LUIS CARRANZA” AYACUCHO 2021**

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Arias Quispe, Yuly Pilar

ORCID: 0000-0002-0797-7653

UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE – Egresada de la
universidad. Ayacucho

ASESOR

Flores Poves, Jaime Luis

ORCID: 0000-0003-1276-1563

Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote, Facultad Ciencias De La Salud,
Escuela Profesional De Psicología, Ayacucho, Perú

JURADOS:

Presidente

Millones Alba, Erica Lucy

ORCID: 0000-0002-3999-5987

Miembros

Morillas Orchessi, María Esperanza

ORCID: 0000-0001-5032-4618

Quintanilla Castro, María Cristina

ORCID: 0000-0001-9677-3152

FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

Dra. Morillas Orchessi María Esperanza

Miembro

Mgtr. Quintanilla Castro María cristina

Miembro

Mgtr. Millones Alba Erika Lucy

Presidenta

Mgtr. Flores Poves, Jaime Luis

Asesor

CONTENIDO

EQUIPO DE TRABAJO.....	iii
FIRMA DEL JURADO Y ASESOR.....	iv
AGRADECIMIENTO	x
DEDICATORIA	xi
RESUMEN.....	xii
ABSTRAC.....	xiii
INTRODUCCIÓN	13
II.- REVISION DE LITERATURA	17
2.1.- Antecedentes.....	17
2.2 Bases teóricas del estudio.....	19
2.2.1 Definición de bienestar psicológico.....	19
2.2.1.1.- Bases teóricas del bienestar psicológico.....	20
2.2.1.1.1.- El modelo de Bienestar psicológico de Bradburn.....	20
2.2.1.1.2.- El modelo de bienestar psicológico de Ryan y Deci.....	20
2.2.1.1.3. El modelo de ampliación y construcción de las emociones positivas. -	21
2.2.1.1.4.- El modelo multidimensional del bienestar psicológico	21
2.2.1.2.- Componentes del bienestar psicológico	22
2.2.1.2.1.- La auto aceptación	22

2.2.1.2.2.- La escala de las relaciones interpersonales	22
2.2.1.2.3.- La autonomía	23
2.2.1.2.4.- Dominio del entorno	23
2.2.1.2.5.- Propósito en la vida.....	23
2.2.1.2.6.- Crecimiento personal	24
2.2.2.- Definición del afrontamiento al estrés.....	24
2.2.2.1.- Bases teóricas del afrontamiento al estrés	25
2.2.2.1.1.- Teoría del modelo multiaxial del afrontamiento.....	25
2.2.2.1.2.- Teoría Transaccional de los estilos de Afrontamiento al estrés .	25
2.2.2.2.- Componentes del afrontamiento al estrés	25
2.2.2.2.1.- Afrontamiento centrado en problema	25
2.2.2.2.2.- Afrontamiento centrado en la emoción.....	26
2.2.2.2.3.- Afrontamiento centrado en la evitación	27
2.2.3.- Adolescentes.....	27
2.2.3.1.-La juventud	28
2.2.3.2.- El afrontamiento al estrés los adolescentes en el contexto escolar ...	28
2.2.4.- la educación peruana	28
2.3.- Hipótesis	29
IV.- METODOLOGIA.....	30
4.1 Diseño de investigación	30
4.2 Población	30

4.3 Definición y operacionalización de variables e indicadores	31
4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	31
4.5 Plan de análisis	33
4.6 Matriz de consistencia	34
4.7 Principios éticos	36
V.- RESULTADOS	37
5.1 Resultados	37
5.2 Análisis de resultados.....	43
VI.- CONCLUSIONES.....	45
REFERENCIAS.....	46
ANEXOS	50

INDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1: Tabla1: Relación entre el nivel de bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa publica “Luis carranza”- Ayacucho 2021</i>	37
<i>Tabla 2: Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de la institución educativa publica “Luis carranza” – Ayacucho 2021.</i>	38
<i>Tabla 3: Nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa publica “Luis carranza” – Ayacucho 2021..</i>	39
<i>Tabla 4: Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes prevalente al género de la institución educativa publica “Luis carranza” Ayacucho 2021</i>	40
<i>Tabla 5: Determinar nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes prevalente al género en los estudiantes de la institución educativa publica “Luis carranza” – Ayacucho 2021</i>	42

INDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1: Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” – Ayacucho 2021</i>	38
<i>Figura 2: Nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” Ayacucho 2021</i>	40
<i>Figura 3: Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes prevalente al sexo de la institución educativa pública “Luis carranza” Ayacucho 2021</i>	41
<i>Figura 4: : Nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes prevalente al género en los estudiantes de la institución educativa ‘pública “Luis carranza” Ayacucho 2021</i>	42

AGRADECIMIENTO

A Dios que me brindo bendiciones y guio mi caminar en muchos obstáculos.

A la universidad Católica los Ángeles de Chimbote de la escuela profesional de psicología que junto a los maestros que impartieron en mi formación profesional, proporcionado sus conocimientos.

Al Mgtr Flores Poves Jaime Luis, por haber estado durante el proceso en la investigación de esta tesis, estuvo presente ante las dificultades para guiarme con sus conocimientos hasta el final.

A los estudiantes de la institución educativa “Luis carranza” Ayacucho de nivel secundaria por ser partícipes de este trabajo de investigación.

DEDICATORIA

A mis madre y hermanas por brindarme su apoyo incondicional durante mi formación como profesional.

A mi padre Miguel Arias que me supo inculpar en valores y fomentar habilidades que me permitieron seguir mis objetivos y siempre cuida mis pasos desde el cielo.

RESUMEN

El estudio de investigación es de tipo correlacional el objetivo es relacionar el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa publica “Luis Carranza “Ayacucho 2021. La población está conformada por 54 estudiantes del nivel de secundaria del 5° grado de secundaria entre mujeres y varones. Los instrumentos aplicados fueron la escala de bienestar psicológico adaptado por Van Dierendonck al español el cual conforma 39 ítems clasificado en dimensiones; y la escala de modos de afrontamiento al estrés (COPE- 28) adaptado al español por Casuso, la escala conforma 28 ítems conformada por 3 dimensiones. Los resultados. La investigación es de tipo observacional, prospectivo, analítico y transversal con un diseño epidemiológico. La población que conformo el estudio fue 54 estudiantes evaluado mediante un censo en los estudiantes, para el análisis estadístico se realizó en el programa estadístico SPSS versión 25. 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%.

Palabras claves: Bienestar psicológico, afrontamiento al estrés, dimensiones

ABSTRAC

The research study is correlational, the objective is to relate the psychological well-being and coping with stress in students of the public educational institution "Luis Carranza" Ayacucho 2021. The population is made up of 54 high school students from the 5th grade of high school between women and men. The instruments applied were the psychological well-being scale adapted by Van Dierendonck to Spanish, which makes up 39 items classified in dimensions; and the scale of ways of coping with stress (COPE-28) adapted to Spanish by Casuso, the scale comprises 28 items made up of 3 dimensions. The results. The research is observational, prospective, analytical and cross-sectional with an epidemiological design. The population that made up the study was 54 students evaluated by means of a sensor in the students, for the statistical analysis it was carried out in the statistical program SPSS version 25. The results of this study were through the analysis of Chi square with P-Value of $\alpha = , 625$ in which it concludes that if there is a relationship between psychological well-being and coping with stress in students of the public educational institution "Luis Carranza" Ayacucho 2021. Taking into account the descriptive results, it is concluded that the level of psychological well-being is of a high level with 44.4%, the dimension purpose with life with 74.1% and with respect to coping with stress with a low level with 50%; dimension coping with stress focused on emotion with 85.5%.

Keywords: Psychological well-being, coping with stress, dimensions

INTRODUCCIÓN

La etapa escolar ha enfrentado diversos obstáculos durante la emergencia sanitaria que inicio un 16 de marzo del año 2020; a consecuencia de esto los estudiantes como medida de protección y proliferar el contagio del COVID 19 se tuvieron que aislar de las aulas donde las labores académicas tuvieron que continuar de manera virtual, el alumno interactuaba a través de una pantalla, causando estrés y malestar emocional en los estudiantes, terminando con problemas de rendimiento académico, los estudiantes de la I.E.P “Luis Carranza” que cursan el 5° grado de secundaria. Las variables de estudio es el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés que es el tema exploratorio en dicha población.

Ryff (1989) en Castro (2009) Menciona que la satisfacción en general está considerada como bienestar psicológico siendo la ausencia de los malestares, tensiones o afecciones psicológicas, haciendo énfasis el bienestar psicológico está ligado a las emociones positivas y es la ausencia de emociones negativas; si una persona es feliz con regularidad es satisfecha con la vida que lleva. La siguiente variable relacionada es el afrontamiento al estrés Becerra (2013) en Castillo (2018) menciona en la conclusión de una investigación de afrontamiento de estrés y las conductas de los estudiantes universitarios de lima; el afrontamiento y las estrategias específicas de son las más aplicadas en la reinterpretación positiva, el crecimiento personal y el desentendimiento mental, un estudiante posee mayor afrontamiento al estrés al tener la capacidad de enfrentarse a situaciones estresantes gestionando sus

herramientas sin generar tensión o sienta limitación en algún área de su vida experimentando una emoción negativa, partiendo de esto la formulación del problema fue ¿Cuál es la relación del bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública “Luis Carranza” Ayacucho 2021?. El objetivo general de este estudio fue identificar la relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” Ayacucho 2021. Objetivo específico: determinar nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de la institución educativa pública “Luis Carranza” Ayacucho 2021;determinar el nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” Ayacucho 2021; determinar el nivel de bienestar psicológico prevalente al género en estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” y determinar el nivel de afrontamiento al estrés en los estudiantes prevalente al género de la institución educativa pública “Luis Carranza” Ayacucho 2021. Este trabajo de investigación tuvo por finalidad ampliar los conocimientos en esta población durante la crisis de pandemia e identificar el estado de salud mental en dicha población estudiantil para que las autoridades de la institución puedan tomar acciones pertinentes frente a una problemática. La metodología de este estudio fue descriptiva siendo una población de estudiantes que cursan el 5° grado de secundaria entre varones y mujeres con una población de 54 estudiante del colegio Luis Carranza la naturaleza de la prueba es nominal por lo que la escala de bienestar psicológico que fue propuesta por Carol Ryff en el año 1989 se administra de forma colectiva e individual en mayores de

16 años; la escala tiene 39 ítems conformado por 6 dimensiones: relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito de vida, crecimiento personal y autonomía. La metodología del estudio de tipo correlacional de nivel descriptivo con un diseño epidemiológico según (Supo, 2012). La caracterización de la población se ampara bajo el decreto supremo del ministerio de salud No 025-2021- SA La educación en el Perú durante la emergencia sanitaria por el COVID 19 es un tema que causa tensión en la población causando miedo, estrés por el retorno a las aulas ya que los estudiantes se tuvieron que aislar de las aulas para continuar las actividades académica en sus casas a través de las plataformas virtuales (internet); esta estrategia de clases virtuales fue objetivo durante el aislamiento total; a través de los medios de comunicación. (Ministerio salud., 2020) se ha visto padres que apuestan que la educación vuelva ser de forma presencial alegando que los estudiantes no tienen un rendimiento académico positivo, causando estrés, frustración y ansiedad. Este estudio se justificó por el interés que es llegar a identificar el estado mental de los estudiantes de la institución educativa publica “Luis Carranza” en la región de Ayacucho ya que durante la emergencia sanitaria se enfrentaron a situaciones estresantes por el aislamiento social.

En los resultados se logra identificar los resultados para lo cual se usó el estadístico de Chi-cuadrado con la relación de P- valor de $\alpha = ,625$ el cual concluye que se aprueba la hipótesis alterna (H_a) por lo que si existe relación entre el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en los estudiantes de la institución educativa publica “Luis carranza”; en cuanto a los resultados

descriptivos se identificó que el bienestar psicológico en un 44.4% tiene un nivel alto y el afrontamiento al estrés en un 50% tiene un nivel bajo. De modo que también se identifica que las dimensiones de bienestar psicológico en los estudiantes en la que prevalece es el propósito con la vida con un 74.1% , así mismo en el género femenino la dimensión resaltante es propósito con la vida con un 48.1% y la variable del afrontamiento al estrés en los estudiantes es bajo con un 70% y la dimensión del afrontamiento al estrés centrado en la emoción con un 48.1% en el género femenino y en un 20% en el género masculino tienen un afrontamiento al estrés centrado en la emoción.

El aporte de este estudio en lo práctico se busca identificar las conductas en los estudiantes ante una situación de estrés para poder tener una visión clara para buscar medidas de apoyo en los centros educativos; ya que todos los centros educativos estuvieron expuestos a esta realidad a causa de la pandemia por el COVID 19; en el aporte social se busca obtener nuevos conocimientos en el campo de los centros educativos ya que permitirá estudiar la situación en la institución educativa pública “Luis carranza” con el aporte teórico se relaciona los estudios que han sido estudiados de esa manera se estudia con el objetivo de generar nuevos conocimientos.

II.- REVISION DE LITERATURA

2.1.- Antecedentes

Las investigaciones a nivel local son escasos; Espino (2021) en su informe de investigación “inteligencia emocional y estrategia de afrontamiento al estrés en estudiantes del Quinto año de la I.E.S “Manuel prado”-puquio 2020; objetivo general del estudio es determinar la relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés, la metodología del estudio es descriptivo correlacional con un muestreo aleatorio simple siendo una población de 110 estudiantes. La recolección de los datos se dio a través de las escalas de evaluación con una medición cualitativa de las variables; previo consentimiento informado de los padres de familia de los estudiantes menores de edad, el instrumento a utilizar es el cuestionario de modos de afrontamiento al estrés COPE (1989).Concluyendo que existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto grado de la I.E.S “Manuel Prado” de puquio,2020. siendo una asociación causal directa estadísticamente significativa ($p>0.05$).

Canchari (2020) “Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de una Institución estatal de Lima” el objetivo de la investigación fue encontrar la relación entre afrontamiento y bienestar psicológico; siendo un estudio cuantitativo de diseño no experimental, descriptivo correlacional con una población de 534 estudiantes, una muestra de 240 estudiantes, con un

muestreo no probabilístico por conveniencia. El instrumento fue la escala de afrontamiento para adolescente de fyndenberg y Lewis y la escala de bienestar psicológico de Ryff y Schmitt. Se observó que existe una relación positiva del afrontamiento al estrés en la dimensión de resolver problemas con los factores de bienestar psicológico ($p < ,05$) concluyendo que si existe relación entre el afrontamiento al estrés y algunos factores del bienestar psicológico.

La investigación es de índole nacional (Espinoza, 2020) “Relación entre los estilos de crianza y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del nivel secundario de un colegio estatal de Lima Este 2019” ejecuto con el objetivo de determinar la relación entre estilos de crianza y las estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes, con un enfoque cuantitativo de nivel aplicativo, con un método descriptivo correlacional de corte transversal, la población es los estudiantes del 4° y 5° de nivel secundaria de la institución ya descrita. se utilizó la técnica de entrevista y dos instrumentos de tipo Likert modificada concluyendo tras el análisis que si existe relación significativa entre los estilos de crianza y las estrategias de afrontamiento al estrés. Los resultados de todos los que participaron muestran que el 19% poseen un estilo de crianza saludable; en cuanto a la variable de afrontamiento al estrés el 16% presento un afrontamiento al estrés alto; y el 31% un afrontamiento al estrés medio y por último un 12% un nivel bajo. La conclusión es que si existe relación significativa entre los estilos de crianza y las estrategias de afrontamiento al estresen los estudiantes de 4° y 5° grado.

2.2 Bases teóricas del estudio

2.2.1 Definición de bienestar psicológico

Gonzalo (2005) en Vielma & Alonso (2010) refiere que el bienestar psicológico tiene una amplia relación con el estado mental y emocional por lo que la persona tiene un funcionamiento óptimo de acuerdo a sus paradigmas y expectativas, y a la condición que tiene para adaptarse de acuerdo a las necesidades internas y externas del entorno social como también lo relacional con las creencias que cada persona posee dándose de acuerdo a las experiencias que ha vivido. El bienestar es la capacidad de la persona que se puede adoptar a situaciones y ser capaces de rechazar las situaciones de tensión. (Vasquez, Hervas, Jose, & Gomez, 2009) refiere que el termino eudaimonia establece el bienestar de la persona llegando a superar las dificultades y desarrollar el potencial personal.

Rodríguez, Diaz, Moreno, & Blanco (2010) menciona que las dimensiones propuestas por Carol Ryff cumplen una vitalidad y se forma desde las experiencias positivas donde sienten control en la persona llegando a la satisfacción: las personas que se sienten mayor vitalidad al tener iniciativas autónomas por lo que casi no experimentan los conflictos internos y confían en sus propias capacidades para realizar sus objetivos de esta manera las personas sienten una mayor satisfacción.

Balcázar, P (2017) Menciona que el bienestar psicológico ha sido bastante estudiado en estas últimas décadas afirmando que las personas hacen una evaluación positiva en sus vidas en el ámbito educativo, laboral, familia, social, etc.; Manifestando emociones positivas como también negativas de

manera óptima sin generar tensión. El procesamiento del componente cognitivo es la satisfacción denominado finalmente bienestar psicológico Andrew y Withey (1976) en (Balcazar, 2017) “menciona que el bienestar subjetivo incluye los aspectos cognitivos y afectivos (positivo y negativo)”, si la persona experimenta insatisfacción con su vida y manifiesta frecuentes emociones negativas siendo las emociones positivas disminuidas entonces su bienestar subjetivo se considera bajo.

2.2.1.1.- Bases teóricas del bienestar psicológico.

2.2.1.1.1.- El modelo de Bienestar psicológico de Bradburn. -Bradburn fue el pionero en emplear el termino de bienestar psicológico tras múltiples investigaciones que duro una década estudio que se centró en la felicidad y eudemonía haciendo una explicación acerca del bienestar psicológico que está conformado por dimensiones con contenido de efecto positivo y negativo por lo que también propuso una escala para su medición.

2.2.1.1.2.- El modelo de bienestar psicológico de Ryan y Deci. - Este modelo también llamado teoría de la autodeterminación está centrado en un modelo de la motivación humana el objetivo de esta teoría es evaluar hasta qué punto las personas se implican con sus actividades siempre resaltando sus mecanismos y/o habilidades para ejecutar las destrezas; por el desarrollo de múltiples estudios la motivación auto determinada está altamente relacionada con la motivación intrínseca. Así como también evalúa si las conductas son volitivas esto quiere decir si refleja concretización de un pensamiento en un acto específico teniendo la capacidad elegir o decidir utilizando la

inteligencia y mecanismos psicológicos. (Moreno & Martinez, 2006).

Clasificaron el bienestar psicológico en dos grupos el bienestar hedónico relacionándolo con la felicidad y eudamónico relacionado con el potencial humano (Rodríguez, cartajena, maldonado, Toledo, & Quiñonez, 2012).

2.2.1.1.3. El modelo de ampliación y construcción de las emociones positivas.

Esta teoría de ampliación y construcción de las emociones fue realizada por Fredrickson (1998) está centrado en las emociones positivas afirmando que las teorías se centraban más en las emociones negativas; predominando las afecciones o malestares psicológicos; como por ejemplo lo relaciona el miedo con la ansiedad, tristeza con la depresión. Por lo que Erickson propone que las emociones positivas pueden prevenir las afecciones, malestares psicológicos y emociones negativas, llega a diferenciar entre las emociones y efecto; esta teoría menciona que las emociones positivas como la alegría, el sentirse orgullosa influyen en el modo de pensar y sentir y permite construir los recursos personales del individuo.

2.2.1.1.4.- El modelo multidimensional del bienestar psicológico. –

El estudio eudamónico del bienestar psicológico se ha centrado en el funcionamiento positivo las primeras aportaciones con los conceptos fueron la auto actualización, la madurez y el funcionamiento pleno que fueron las aportaciones de Maslow (1968) Díaz et al (2006) en (Vielma & Alonso, 2010)

Este modelo multidimensional fue creado por Carol Ryff con una investigación en el funcionamiento positivo y el bienestar psicológico en la persona enfocándose desde la eudemonista haciendo énfasis relacionándolo con la autorrealización, hace una crítica a los estudios del bienestar subjetivo por centrarse en los efectos negativos y positivos argumentando que carecía de argumento científico. Ryff elaboro el modelo multidimensional del bienestar psicológico conformado por 6 dimensiones: auto aceptación, relaciones positivas con otros, dominio del ambiente, autonomía, propósito con la vida y crecimiento personal. (Gonzales & Andrade, 2015)

2.2.1.2.- Componentes del bienestar psicológico.

2.2.1.2.1.- La auto aceptación. - Balcázar (2017) menciona haciendo uso de la literatura las dimensiones del bienestar psicológico, la primera dimensión es la auto aceptación siendo una de las dimensiones fundamentales que se relaciona de tipo emocional y es donde la apreciación es positiva teniendo la capacidad de reconocerse y aceptación de uno mismo incluyendo las propias dificultades o limitaciones. La también la aceptación del pasado y presente, así como aceptar las emociones y sensaciones este trabajo enseña al lector aprender a vivir con los pensamientos y sentimientos (Rodriguez, cartajena, maldonado, Toledo, & Quiñonez, 2012)

2.2.1.2.2.- La escala de las relaciones interpersonales.- Balcázar (2017) agrupando 8 ítems en el cual se evalúa la experiencia vivida al compartir sus emociones, pensamientos y experimentar la sensación que tiene al tener pocos amigos que quieran escucharlo cuando desee hablar, propósito de esta

dimensión es garantizar el bienestar con uno mismo así como mantener relaciones optimas con los demás porque las personas necesitamos tener relaciones sociales equilibradas y tener personas en quien confiar para evitar el aislamiento social y el malestar emocional. La habilidad de sostener las relaciones estables con otras personas manteniendo la confianza y la empatía. (Rodriguez, cartajena, maldonado, Toledo, & Quiñonez, 2012)

2.2.1.2.3.- La autonomía.- Esta dimensión conforma a 6 ítems y examina como otras personas perciben las decisiones de su vida, la preocupación que tiene de lo que los demás piensen de él, la insatisfacción que tiene de su vida por lo que hay una relación con la independencia que la persona siente de su vida (Balcazar, 2017) esta dimensión conlleva a tener la habilidad de poner resistencia a las tensiones sociales esto podría establecer las conductas y mejorar la independencia puesto que esto ayudaría que el individuo tenga el control de sus decisiones para tomar el control de la situación. (Rodriguez, cartajena, maldonado, Toledo, & Quiñonez, 2012).

2.2.1.2.4.- Dominio del entorno. - Es una habilidad que nos lleva a elegir espacios agradables para tener momentos satisfactorios teniendo el control de la situación tiene 5 ítems evalúa la importancia que la persona tiene de experimentar nuevas experiencias creando contextos equilibrados desde sus principios y valores.

2.2.1.2.5.- Propósito en la vida. - Esto tiene que ver con las expectativas personales, los objetivos, y la dirección en la vida que tiene, también tiene que ver con el desarrollo personal y adaptación ante los cambios. El sentido

que le ponen a la vida con metas de esta manera es un indicador de la salud mental, (Rodríguez, cartajena, maldonado, Toledo, & Quiñonez, 2012).

2.2.1.2.6.- Crecimiento personal. - Esta dimensión está orientado a la constante búsqueda de habilidades sociales para llegar a un crecimiento personal llegando al funcionamiento positivo (Rodríguez, cartajena, maldonado, Toledo, & Quiñonez, 2012).

2.2.2.- Definición del afrontamiento al estrés.

Es una de las variables que en la actualidad ha mostrado una gran importancia en la salud mental, se vivió momentos y situaciones bastante estresantes debido al confinamiento y aislamiento social por el COVID 19 iniciando un 16 de marzo del año 2020, la educación en ese periodo se llevó a cabo de forma virtual, para un aislamiento definitivo la interacción de los estudiantes tenía que ser a través de una pantalla alejándoles por completo de la interacción social que todo ser humano debe socializar Espinoza (2020) menciona que el estrés es un problema de talla mundial afectando la salud mental y la salud física que repercute en el rendimiento académico, familiar y en el ámbito social; al estrés se conceptúa cuando el estudiante o la persona se enfrenta a situaciones estresantes poniendo en riesgo la salud biopsicosocial ante esta situación el individuo llega a desarrollar habilidades para hacer frente al estrés por lo que se denomina “afrontamiento al estrés”, así como menciona Lazarus y Folkman en (Espinoza, 2020) que es un proceso de esfuerzo cognitivo y conductuales que están cambiando constantemente de acuerdo a los conflictos internos y externos. El estrés

psicosocial es la conexión entre el individuo y la persona que pueda generar una amenaza afectando el bienestar de la persona o estudiante.

2.2.2.1.- Bases teóricas del afrontamiento al estrés. - El afrontamiento al estrés ha sido estudiando con bastante regularidad durante las últimas décadas aportando teorías para su estudio valorativo.

2.2.2.1.1.- Teoría del modelo multiaxial del afrontamiento. - Refiere que cuando un individuo se enfrenta al problema utiliza estrategias con el propósito de disuadir el problema y modificar la situación, las estrategias para modificar la situación del entorno que va ser de forma indirecta, en algunas ocasiones estas estrategias en el ámbito del ambiente son manipuladas siendo dirigidas al problema. (Pedrero P, 2007)

2.2.2.1.2.- Teoría Transaccional de los estilos de Afrontamiento al estrés. - Nava, Vega, & Soria (2010) menciona que son los esfuerzos cognitivos y conductuales permanentes de forma dinámica para poder gestionar las necesidades internas y externas por lo que el afrontamiento es el proceso dinámico y el investigador Lazarus y Folkman propone y dimensiones como el afrontamiento centrado en el problema, afrontamiento centrado en la emoción y la búsqueda del apoyo social.

2.2.2.2.- Componentes del afrontamiento al estrés. - El modelo teórico interaccionista propuesto por Lazarus propone 3 dimensiones para la evaluación de afrontamiento al estrés (Pedrero P, 2007)

2.2.2.2.1.- Afrontamiento centrado en problema. - la confrontación es una acción que va dirigida a tener la capacidad de poder modificar una

situación adversa para poder influir en la conducta de la otra persona.
(Pedrero P, 2007)

Lazarus y Folkman (1984) en (Colloredo, Aparicio, & Moreno, 2007) hace su mayor énfasis en la resolución de los problemas en la cual se necesita la capacidad de gestionar las necesidades internas y externas que se presentan como amenaza, desequilibrando la relación interpersonal y su medio ambiente utilizando las estrategias con la que se cuenta las estrategias orientadas al problema se necesita del proceso analítico para enfrentar el medio entorno conflictivo.

2.2.2.2.- Afrontamiento centrado en la emoción.- Mecanismos utilizados para disuadir el estrés mediante el: distanciamiento donde la persona lo usa para poder tratar de olvidar, negarse adoptando una actitud que todo está bien o no haya pasado nada; el autocontrol permite que la persona no se precipite ante un problema y mantiene la calma; aceptación de la responsabilidad ante esto la persona posee la capacidad de reconocer el problema y si fuera el causante pide disculpas; escape evitación es una acción que el individuo evita los problemas como podría ser la gente conflictiva o situaciones problemáticas (drogas); la reevaluación positivas es aprender de las experiencias y sacar el lado positivo de cada problema. (Pedrero P, 2007).

Lazarus y Folkman (1986) en Colloredo, Aparicio, & Moreno (2007) en el enfrentamiento centrado en las emociones tiene por objetivo equilibrar las emociones, la persona hace el esfuerzo de modificar una situación lleno de tensión o malestar manejando la situación estresante siendo muy importante

la valoración del factor cognitivo para la identificación las situaciones estresantes o los acontecimientos positivos.

2.2.2.2.3.- *Afrontamiento centrado en la evitación.* - ser capaces de pedir sugerencias, consejos o ayuda, ser comunicativos con el entorno. (Pedrero P, 2007).

Lazarus y Folkman (1986) en (Collredo, Aparicio, & Moreno, 2007) hace énfasis en tener un soporte emocional, moral, comprensión, empatía y aceptar los procesos para un enfrentamiento al estrés.

2.2.3.- *Adolescentes*

La adolescencia en la actualidad es definida como una etapa esencial durante el ciclo de las personas comprendida entre la etapa de la niñez y la adultez, sufriendo cambios físicos, biológicos, psicológicos y cambios sociales. La adolescencia está comprendida entre las edades de 10 y 19 años en el cual se considera dos etapas en la adolescencia: la adolescencia temprana de 10 a 14 años y la adolescencia tardía de 15 a 19 años; la adolescencia temprana se caracteriza por los cambios físicos, motora, por la curiosidad sexual, busca su autonomía e independencia siendo marcado por los conflictos familiares o en lugares donde socializa por lo que empieza a buscar grupo social. La adolescencia tardía se caracteriza ante el desarrollo global culminando satisfactoriamente esta etapa con las tomas de decisiones para su vida en el ámbito educativo y ocupacional empezando a tener proyecto de vida, se alcanzando controlar de los impulsos y madures en la identidad sexual. (pineda & aliño, 2002)

2.2.3.1.-La juventud. -Es una etapa transitoria comprendida de los 15 a 24 años el individuo experimenta procesos de interacción social y toma responsabilidades esto va depender del grupo social que tiene el adolescente. (Pineda & Aliño, 2002)

Factores de riesgo en el adolescente: deserción escolar, conductas de riesgo, familias disfuncionales, consumo de sustancias psicoactivas, enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados, desigualdad de oportunidades y condiciones ambientales insalubres. (Pineda & Aliño, 2002).

2.2.3.2.- El afrontamiento al estrés los adolescentes en el contexto escolar.-Al enfrentar la vida pasamos diferentes etapas con el objetivo de ser mejores cada día adquiriendo herramientas para afrontar las situaciones que genera tensión, los padres cumplen un rol importante de inculcar a los hijos desde sus etapas iniciales de cada persona (infancia) para que sean capaces de afrontar las diversas situaciones, al llegar a la etapa de la adolescencia ocurre cambios emocionales y físicos donde descubren nuevas formas de vivir y afrontar una situación, presentan también nuevas necesidades emocionales y físicas de aquí hacer énfasis de la importancia de las instituciones que forman a los niños y adolescentes es aquí donde van ir adquiriendo muchas estrategias y habilidades y esto va depender mucho de la convivencia y experiencias en este espacio

2.2.4.- la educación peruana

La educación en el Perú en las últimas décadas se ha convertido un tema de debate, con el objetivo de mejorar la educación para brindar una enseñanza

eficaz brindando oportunidades a los estudiantes implementando los centros de estudio con infraestructura y materiales tecnológicos para un mejor desempeño académico. En los últimos años la educación ha superado múltiples obstáculos. En el periodo de 1995 al 2000 se logró instalar “el programa de mejoramiento de la calidad de la educación (MECEP)” teniendo el objetivo de mejorar la calidad de enseñanza, actualizar el sistema administrativo de la educación e invertir en la infraestructura. Llegando a instalar programas de educación básica, como resultado se realizó mejoramientos de la infraestructura educativa. Por más que en la educación peruana se creó programas para beneficiar la educación; no existe una ley que pueda velar por las necesidades emocionales de los estudiantes en el sistema educativo. (Guadalupe, Leon, Rodriguez, & Vargas, 2017)

2.3.- Hipótesis

Ho = No existe relación entre el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa publica “Luis Carranza” Ayacucho 2021

Ha = Existe relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa publica “Luis Carranza” Ayacucho 2021.

III.- METODOLOGIA

3.1 Diseño de investigación.

Epidemiológica: “se originaron en el campo de las ciencias de la salud, inicialmente planteando el estudio de los eventos adversos a la salud en poblaciones humanas

3.2 Población

La población está conformada por 54 estudiantes siendo los que participaron en este estudio “la unidad de estudio es los estudiantes, la medición fue completa de todos los elementos que constituye la población denominándolo censo y no puede ser ejecutado mediante muestreo”. (Supo, 2012.p16)

3.3 Definición y operacionalización de variables e indicadores

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADOR
Bienestar psicológico	El Bienestar psicológico tiene una relación entre el estado mental y emocional por lo que la persona tiene un funcionamiento óptimo de acuerdo a sus paradigmas y expectativas y la capacidad de adoptarse de acuerdo a sus necesidades.	La escala del bienestar psicológico busca evaluar mediante las dimensiones el estado de satisfacción tiene con uno mismo, tiene 39 reactivos. Esta prueba adaptada por Van Dierendonck al español. Pérez B (2017)	Auto aceptación	1,7,8,11,17,25 y 34
			Relaciones positivas con otros	2,13,16,18,31 y 38
			Autonomía	3, 5, 10 y 27
			dominio con el entorno	6, 19, 29, 32, 36 y 39
			propósito con la vida	9, 12, 14, 20, 22, 28, 33 y 35
			crecimiento personal	4,24,30 y 37
Afrontamiento al estrés	Es un proceso de esfuerzos cognitivos y conductuales dinámicamente de acuerdo a los conflictos internos y externos.	(Matalinares, y otros, 2016)Este instrumento fue adaptado por Casuso 1996 diseñada por Carver, Scheir y Weintraub (1989) Consta de 28 ítems teniendo un objetivo de conocer las diferencias emocionales, procesos cognitivos clasificado en 3 dimensiones. Vergara M (2019)	Afrontamiento centrado en el problema	<ul style="list-style-type: none"> • Esta dimensión tiene afrontamiento pasivo conforma a los ítems (1,24) • Indicador de planificación (6,18)
			Afrontamiento centrado en la emoción.	<ul style="list-style-type: none"> • apoyo emocional. (9,27) • apoyo instrumental. (2 y 22) • reinterpretación positiva. (7 y 20) • aceptación. (8 y 17) • religión. (3 y 14)
			Afrontamiento centrado en la evitación	<ul style="list-style-type: none"> • Desconexión conductual. (13 y 23) • Deshago. (4 y 16) • El uso de sustancias. (10 y 21) • El humor. (12 y 26) • Auto distracción (5 y 19) • Negación. (15 y 28) • La autoinculpación. (11 y 25)

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para este estudio se aplicó la escala de bienestar psicológico propuesto por Carol Ryff siendo adaptada por Van Dierendonck al español compuesta por 39 ítems con una respuesta tipo Likert, las puntuaciones están calificando de 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 6 (totalmente de acuerdo), conformada por 6 dimensiones: Auto aceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito con la vida y crecimiento personal. La escala bienestar psicológico fue aplicado en los estudiantes de la institución educativa pública “Luis Carranza” que cursan el 5° grado de secundaria, la población conformada por 54 estudiantes encuestados de género femenino y masculino, la escala fue totalmente anónimo, la aplicación fue mediante las plataforma virtual del Google drive para facilitar la llegada a los estudiantes ya que el acceso solo es de manera virtual por el aislamiento social, de manera que se realizó una solicitud pidiendo permiso para su participación a la institución correspondiente, se brindó las instrucciones para ser respondido. Los datos se procesarán en el programa SPSS VERSION 25 para realizar el análisis estadístico. Para la variable de afrontamiento al estrés y se usó la escala de Modos de afrontamiento al estrés (COPE-28), diseñada por Caver, Scheir y Weintraub (1989) con el propósito de evaluar las estrategias ante el estrés, Casuso realizo la traducción al español interpretada en Perú (1996) la escala consta de 28 ítems, las respuestas es de tipo Likert con 4 alternativas con un puntaje de: nunca=0; a veces= 1; usualmente = 2 y siempre=3. Dicha escala tiene 3 dimensiones: Afrontamiento centrado en el problema, en la emoción y centrado en el problema; Teniendo en cuenta la

ética de investigación se realizó el consentimiento informado del auxiliar y tutor de los estudiantes del 5° grado del colegio “Luis Carranza” quienes participaron voluntariamente.

3.5 Plan de análisis

Luego de haber realizado las encuestas virtuales a los estudiantes del 5° grado del nivel secundario; considerando las variables nominales: bienestar psicológico y afrontamiento al estrés, se realizó la baremación respectiva en la hoja de cálculo y posteriormente fue procesada en el software estadístico SPSS versión 25, mediante el coeficiente de Chi cuadrado de PEARSON. Para así obtener la escala de fiabilidad del bienestar psicológico y la escala de afrontamiento al estrés, según al alfa de Cronbach, en donde la prueba analizada se rechaza o se acepta. Una vez aceptada la prueba, con el alfa de Cronbach mayor a 0.5, se procedió a clasificar las dimensiones de cada variable nominal.

3.6 Matriz de consistencia

ENUNCIADO	OBJETIVO	VARIABLE	HIPOTESIS	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	METODOLOGIA
¿Cuál es la relación del bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza”- Ayacucho 2012?	Identificar la relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la I.E.P “Luis carranza”- Ayacucho 2021. Objetivo específico Determinar el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de la I.E.P “Luis carranza” Ayacucho 2021 Determinar el nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes de la I.E.P “Luis Carranza” Ayacucho 2021. Determinar el nivel de bienestar psicológico prevalente al género en los estudiantes de la I.E.P “Luis carranza” Ayacucho 2021. determinar el nivel de afrontamiento al estrés en	Bienestar Psicológico Afrontamiento al estrés	Ho = No existe relación entre el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa publica “Luis carranza” Ayacucho 2021 Ha = Existe relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa publica “Luis carranza” Ayacucho 2021.	El Bienestar psicológico tiene una relación entre el estado mental y emocional por lo que la persona tiene un funcionamiento óptimo de acuerdo a sus paradigmas y expectativas y la capacidad de adoptarse de acuerdo a sus necesidades	La escala del bienestar psicológico busca evaluar mediante las dimensiones el estado de satisfacción tiene con uno mismo	Tipo de investigación: Observacional, prospectivo Transversal, Analítico Nivel de investigación Relacional Diseño de investigación: Epidemiológico población: la población está conformada por 100 estudiantes que están entre las edades de 16 años. el estudio se evalúa mediante un censo. instrumento: escala de bienestar psicológico adaptado por van Dierendonck 1996. escala de afrontamiento Afrontamiento al estrés adaptado por Cacuso 2006

estudiantes prevalente al
género en los estudiantes de
la I.E.P “Luis carranza”
Ayacucho 2021.

3.7 Principios éticos

En este trabajo de investigación se basó en las normas de ética de la universidad católica los ángeles de Chimbote, cumpliendo la protección de los participantes haciendo uso del consentimiento informado. Este estudio está basado en la legalidad impuesta por la UNESCO en el ámbito nacional. Código de ética para la investigación de la Uladech (2016).

La protección de las personas; este principio ético se centra haciendo énfasis que la persona no es un medio para llegar a los objetivos, ellos son la parte fundamental siendo la razón para los resultados en este estudio. El beneficio es que este código protege el bienestar general de los participantes, de manera que no presenten daños o prejuicios para poder prevenir el riesgo de incrementar el beneficio.

El consentimiento informado se refiere a la participación voluntaria, informada y libre de tomar la decisión.

IV.- RESULTADOS

4.1 Resultados

Tabla 1: Tabla 1: Relación entre el nivel de bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública "Luis carranza"- Ayacucho 2021

		AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS				
		muy bajo	bajo	regular	alto	total
BIENESTAR PSICOLOGICO	bajo	1 1,9%	6 11,1%	3 5,6%	0 0,0%	10 18,5%
	moderado	0 0,0%	9 16,7%	9 16,7%	0 0,0%	18 33,3%
	alto	0 0,0%	11 20,4%	12 22,2%	1 1,9%	24 44,4%
	elevado	0 0,0%	1 1,9%	1 1,9%	0 0,0%	2 3,7%
		1 1,9%	27 50,0%	25 46,3%	1 1,9%	54 100,0%
total						

Fuente: respuestas de la escala de bienestar psicológico y escala de afrontamiento al estrés

Tabla Análisis de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	,238 ^a	1	,625
Corrección de continuidad ^b	,046	1	,831
Razón de verosimilitud	,238	1	,625
Asociación lineal por lineal	,234	1	,629
N de casos válidos	54		

a. 0 casillas (0,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 11,11.

Interpretación: en la tabla 1 de acuerdo a la medición de Chi-cuadrado de Pearson, según P- valor de (significación simbiótica bilateral), $625 >$ al Alpha de $\alpha 0.50$, esto significa que no existe relación entre la variable bienestar psicológico y afrontamiento al estrés por lo que existe evidencia de aceptar la hipótesis nula (H_0).

Tabla 2: Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” – Ayacucho 2021.

Nivel de bienestar psicológico					
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado	
Bajo	10	18,5	18,5	18,5	
Moderado	18	33,3	33,3	51,9	
Alto	24	44,4	44,4	96,3	
Elevado	2	3,7	3,7	100,0	
Total	54	100,0	100,0		

Fuente: respuestas a la escala de bienestar psicológico

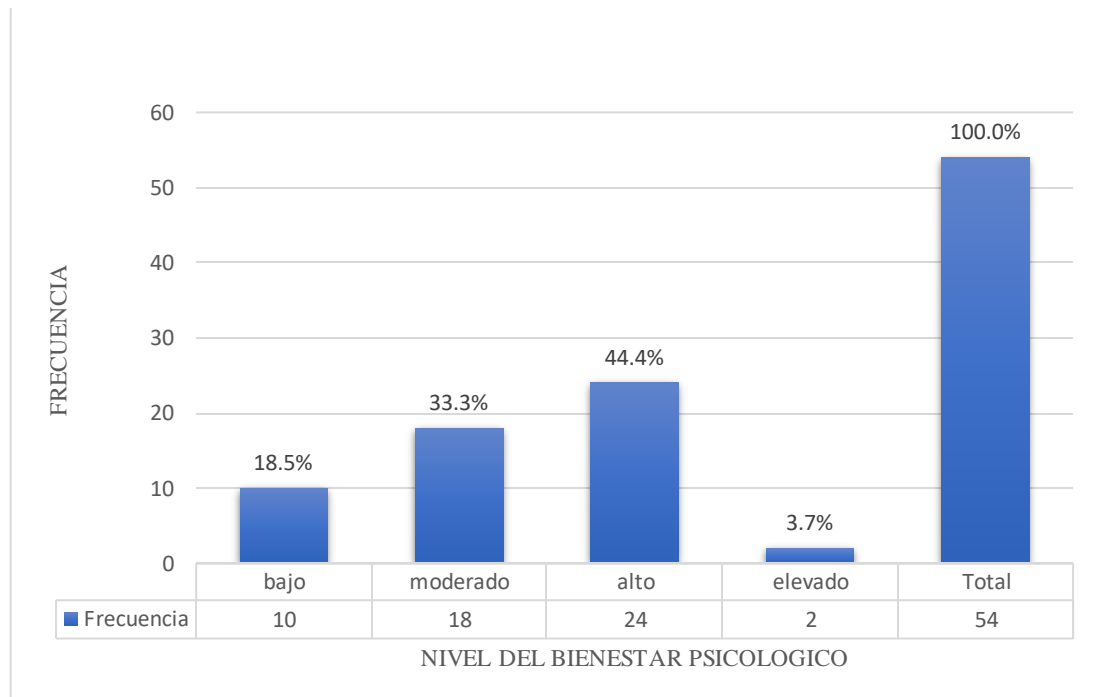


Figura 1: Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” – Ayacucho 2021.

Interpretación: la tabla N°2 y figura 1 refiere que de un total de 54 estudiantes que equivale al 100%; el 44.4% equivale a 24 estudiantes los cuales se encuentran en un nivel de bienestar psicológico alto; el 33.3% equivale a 18 estudiantes los cuales tienen un nivel moderado de bienestar psicológico; el 18.5% corresponde a 10 estudiantes los cuales tienen un nivel bajo de bienestar psicológico y por último un 3.7% equivale a 2 estudiantes los cuales tienen un nivel psicológico elevado.

Tabla 3: Nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” – Ayacucho 2021.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Muy bajo	1	1,9	1,9	1,9
Bajo	27	50,0	50,0	51,9
Regular	25	46,3	46,3	98,1
Alto	1	1,9	1,9	100,0
Total	54	100,0	100,0	

Fuente: respuestas a la escala de afrontamiento al estrés

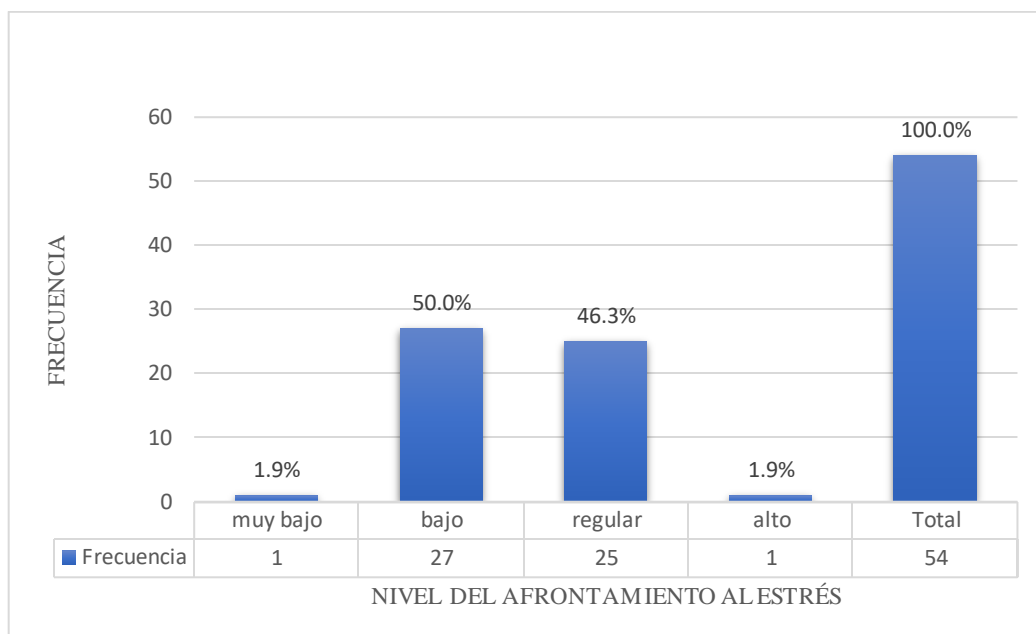


Figura 2: Nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” Ayacucho 2021

Interpretación: En la referencia de tabla 4 y figura 2 se evidencia que de un total de 54 estudiantes que equivale a un 100%: el 50% equivale a 27 estudiantes y se encuentran en un nivel bajo de afrontamiento al estrés; el 46% equivale a 25 estudiantes que se encuentran en un nivel regular de afrontamiento al estrés; el 1.9% equivale a 1 estudiante que se encuentra en un nivel alto de afrontamiento al estrés y por último el 1.9% equivalente a 1 estudiante y se encuentra en un nivel muy bajo de afrontamiento al estrés.

Tabla 4: Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes prevalente al género de la institución educativa pública “Luis carranza” Ayacucho 2021

		GENERO			
		femenino	porcentaje	masculino	porcentaje
BIENESTAR PSICOLOGICO	ALTO	12	22.2%	12	22.2%
	BAJO	7	13.0%	3	5.6%
	ELEVADO	1	1.9%	1	1.9%
	MODERADO	10	18.5%	8	14.8%

Fuente: respuesta de la escala de clasificación de las dimensiones del bienestar psicológico.

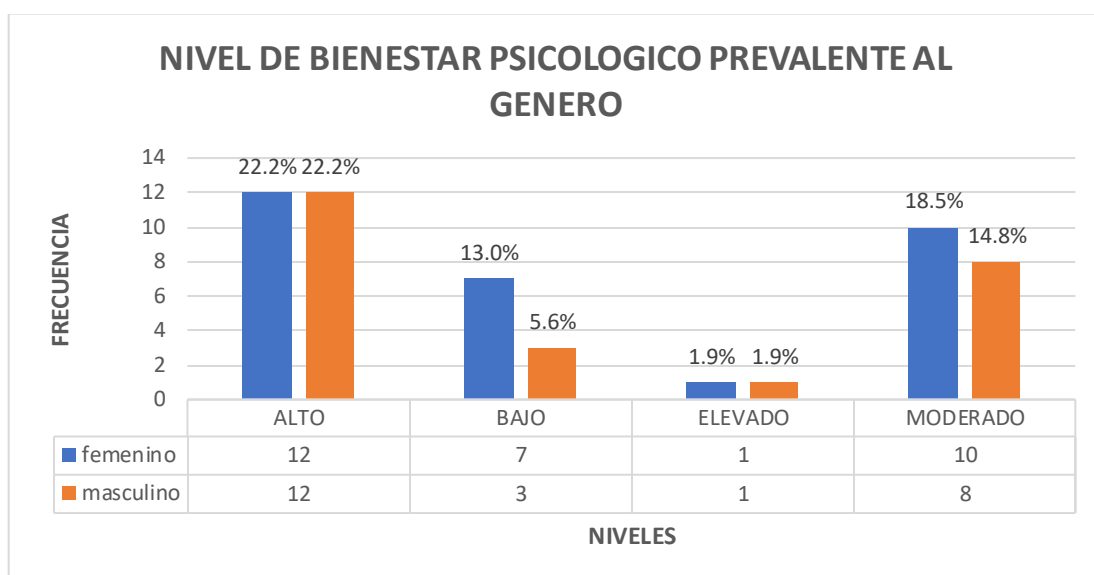


Figura 3: Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes prevalente al sexo de la institución educativa pública “Luis carranza” Ayacucho 2021

Interpretación: En la frecuencia de tabla 4 y figura 3 evidencia que de 54 estudiantes equivalentes al 100%; de 22.2% equivale a 12 estudiantes de género femenino los cuales corresponden tener un nivel alto en bienestar psicológico ; el 22.2% equivale a 12 estudiantes de género masculino y tienen un nivel alto en bienestar psicológico; el 18% equivale a 10 estudiantes de género femenino tiene un nivel moderado en bienestar psicológico; el 14.8% equivale a 8 estudiantes de género masculino tiene un nivel moderado en bienestar psicológico; el 13% equivale a 7 estudiantes de género femenino por lo que tiene un nivel bajo en bienestar psicológico; el 5.6% equivale a 3 estudiantes de género masculino tienen un nivel bajo en bienestar psicológico; EL 1.9% equivale a un estudiante de género femenino que tiene un nivel elevado en bienestar psicológico y por último el 1.9% equivale a 1 estudiante de género masculino que tiene un nivel elevado en bienestar psicológico.

Tabla 5: Determinar nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes prevalente al género en los estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” – Ayacucho 2021.

		genero			
		femenino	porcentaje	masculino	porcentaje
AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS	ALTO	1	1.9%	0	0.0%
	BAJO	13	24.1%	14	25.9%
	MUY BAJO	1	1.9%	0	0.0%
	REGULAR	15	27.8%	10	18.5%

Fuente: Respuesta a la dimensión según género de la escala de afrontamiento al estrés.

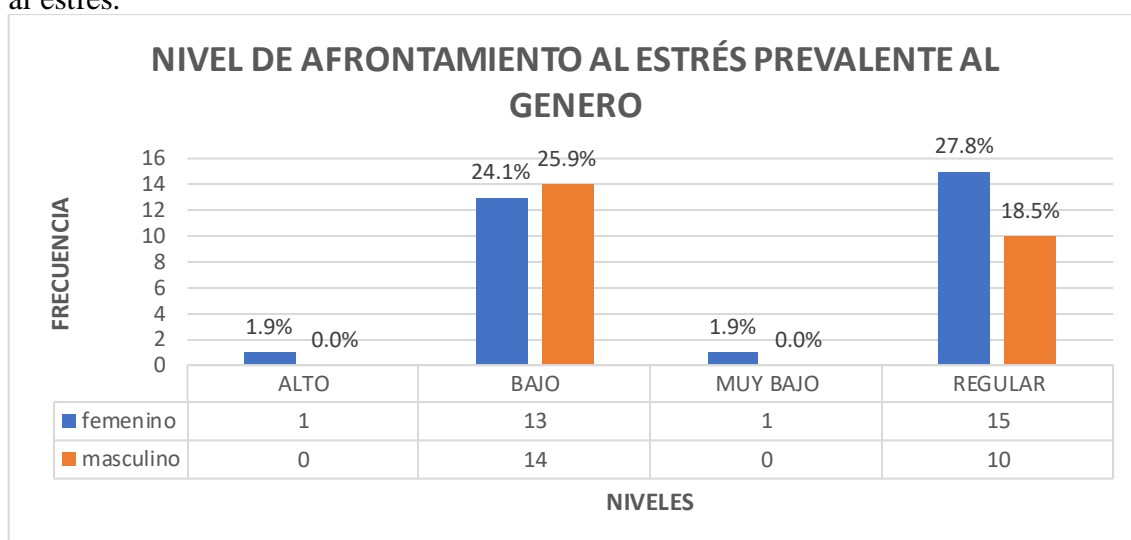


Figura 4: Nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes prevalente al género en los estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” Ayacucho 2021

Interpretación: En frecuencia de la tabla 5 y figura 4 de 54 estudiantes que equivale al 100%; el 27.8% equivale a 15 estudiantes del género femenino y tienen un nivel regular en afrontamiento al estrés; el 18.5% equivale a 10 estudiantes del género masculino que corresponden tener un nivel regular en afrontamiento al estrés; el 25.9% equivale a 14 estudiantes de género masculino corresponden tener un nivel bajo afrontamiento estrés; el 24.1% equivale a 13 estudiantes de género femenino y un nivel bajo en afrontamiento al estrés; el 1.9% equivale a 1 estudiante de género femenino y corresponde tener un nivel muy bajo en afrontamiento al estrés y por último

el 1.9% equivale a un estudiante de género masculino y tiene un nivel alto en afrontamiento al estrés.

5.2 Análisis de resultados

El presente estudio tuvo por objetivo general, identificar la relación del bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” Ayacucho 2021, mediante este estudio se evidencia que no hay relación estadísticamente entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en los estudiantes de la institución educativa pública “Luis carranza” Ayacucho 2021. Para la continuidad de proceso de datos se obtuvo una fiabilidad de alfa de Cronbach de ,919, en la escala de bienestar psicológico y de ,773 de alfa de Cronbach en la escala de afrontamiento el estrés.

En el estudio realizado con estudiante de nivel universitario titulado “inteligencia emocional y estrategia de afrontamiento al estrés en estudiantes del Quinto año de la I.E.S Manuel prado”-puquio 2020 (Espino, 2021) llega a la conclusión que en su estudio existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés; en este estudio se pudo determinar que no existe relación significativa entre la variable de bienestar psicológico y afrontamiento al estrés.

En Canchari (2020) “afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de una institución estatal de lima” donde se determina que existe relación positiva entre el afrontamiento en relación con los demás dirigido a resolver los problemas con los factores de bienestar psicológico.

Respecto al bienestar psicológico en estudiantes de la institución educativa pública "Luis carranza" Ayacucho 2021 se logró identificar en la tabla de doble entrada donde se relaciona a las variables con un 22.2% en el bienestar psicológico con un nivel alto en cuanto al afrontamiento al estrés de nivel regular; con un 44.4% con un nivel alto en bienestar psicológico; con un 50% con un nivel bajo en afrontamiento al estrés en los estudiantes esto nos quiere decir que los estudiantes a pesar de la dificultad por el aislamiento social pudieron equilibrar sus emociones manteniendo el bienestar llegando a adaptarse a los cambios que tuvieron durante el aislamiento social por lo que se vieron imposibilitados de continuar sus actividades presenciales durante la emergencia sanitaria por el COVID 19 por lo que demuestra que tuvieron un bienestar psicológico.

Al referirse al bienestar psicológico prevalente al género se observó que los estudiantes en un 22.2% de género femenino tienen de nivel alto de la misma forma en los estudiantes del género masculino en un 22.2% con un nivel alto en el bienestar psicológico; respecto al afrontamiento al estrés el 27.8% con un nivel regular en estudiantes de género femenino y con un 14% tiene un nivel bajo en afrontamiento al estrés en estudiantes de género masculino. esto nos quiere decir que los estudiantes poseen mecanismos de equilibrar las emociones ante momentos de tensión en el cual tienen la capacidad de identificar la dificultad para transformarlo en una situación positiva.

V.- CONCLUSIONES

5.1 conclusiones

La tabla doble entrada estadísticamente significativa, nos concluye en el Chi cuadrado donde valor de P- valor de (significación simbiótica bilateral), $625 >$ al Alpha de $\alpha 0.50$, esto significa que no existe relación entre la variable bienestar psicológico y afrontamiento al estrés por lo que existe evidencia de aceptar la hipótesis nula (H_0).

Respecto al bienestar psicológico en un 44.4% de los estudiantes tienen un nivel alto de bienestar psicológico

Respecto al afrontamiento al estrés se identificó que en 50% tienen un nivel bajo demostrando que los estudiantes demostraron tensión y dificultades; así mismo demostraron tener la habilidad de adecuarse a los cambios para estudiar demostrando ser positivos por lo que se ubican en la dimensión de estrés centrado en la acción.

5.2 Recomendaciones

- ✓ Ampliar los estudios acerca la baremación en ficha técnica del bienestar psicológico y afrontamiento al estrés.
- ✓ Estudiar en el contexto académico las consecuencias psicológicas a causa del aislamiento social en las instituciones educativas públicas y privadas.
- ✓ Realizar más estudios con la variable de estudio en la población educativa de nivel secundario.

REFERENCIAS

- Balcazar, P. (2017). adaptacion de la escala de bienestar pasicologico de Ryff en adolescentes universitarios. *revista cientifica electronica de psicologia ICSa-UAEH*, 69 - 84.
- Canchari. (2020). Afrontamiento al estres y bienestar psicologico en estudiantes de una institucion educativa estatal de la ciudad de lima. *PALAN*, 21 - 27.
Obtenido de
<http://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/view/1513/2160>
- Castillo. (2018). *relacion entre el clima social laboral, afrontamiento al estres y bienestar psicologico en el personal de tratatimento del establecimiento penitenciario de Lurigancho*. Lima.
- Castro. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de formacion del profesorado*, 23(3),43- 72. doi:ISSN: 0213-8646.
- Colloredo, Aparicio, & Moreno. (2007). Descripcion de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situacion de desplazamiento. *Revista redalyc.org*, 127 al 141. Obtenido de
<https://www.redalyc.org/pdf/2972/297224996002>.
- Espino. (2021). *inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estres en estudiantes del quinto año de la I.E.S. "Manuel Prado" - puquio,2020*. Ica.
- Espinoza. (2020). *relacion entre los estilos de crianza y las estrsategias de afrontamiento al estres en un colegio estatal de Lima Este 2019*. lima.

- Gonzales, M., & Andrade, p. (2015). escala de bienestar psicologico en adolescentes. *revista iberoamericana de diagnostico y evaluacion* , 69 - 80.
Obtenido de recuperado de
[https://www,redalyc.org/articulo.oa?id=459653216016](https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459653216016)
- Guadalupe, C., Leon, J., Rodriguez, J., & Vargas, S. (2017). *Analisis y perspectiva de la educacion basica*. Lima: Arteta E.I.R.L. Obtenido de
<http://repositorio.grade.org.pe/handle/GRADE/353>
- Matalinares, M., Diaz, G., Arenas, C., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J., & Yaringaño, J. (2016). afrontamiento al estres y bienestar psicologico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *revista IIPSI*, 127.
- Moreno, j. a., & Martinez, a. (2006). importancia de la teoria de autodeterminacion en la practica fisico-deportivo: fundamentos e implicaciones practicas. *red de revistas cientificas de America Latina, el Caribe, España y Portugal*, 40.
Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2270/227017635004>.
- Nava, C., Vega, C., & Soria, R. (2010). Escala de modos de afrontamiento: consideraciones teoricas y metodologicas. *Universitas Psychologica*, 140.
- Pedrero P, E. J. (2007). *Adaptacion española de la escala multiaxial de afrontamiento disposicional*. Madrid: cibersam. Obtenido de
<https://biadmin.cibersam.es/>
- Pérez, B (2017). *Adaptación de la escala de bienestar psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del distrito de los olivos*. pg. 29,30,31,32.

- pineda, S., & aliño, M. (2002). El concepto de la adolescencia. *Manual de practicas clinicas para la atencion integral de la salud en la adolescencia*.2, 16 - 20.
Obtenido de <https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/Capitulo%20I.pdf>
- Rodriguez, R., Diaz, d., Moreno, B., & Blanco, A. y. (2010). vitalidad y recursos internos como componentes del construto de bienestar psicologico. *psicothema*, 1 - 9.
- Rodriguez, y., cartajena, N., maldonado, Y., Toledo, N., & Quiñonez, A. (2012). el bienestar psicologico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *revista Griot*, 4. Obtenido de <https://www.researchgate.net/publication/267926455>
- salud., M. d. (2020). decreto supremoque prorroga la emergencia sanitaria declarada por decreto supremoN° 008-2020-SA, Prorrogada por decretos supremos N° 020-2020-SA, N°031-2020 Y N°009-2021-2021-SA. Lima. Obtenido de <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/2122594/Decreto%20Supremo%20N%C2%B0025-2021-SA>
- Supo, D. J. (2012). metodologia de investigacion cientifica. *seminarios de investigacion cientifica* , 1 - 3.
- Vasquez, C., Hervas, G., Jose, R. J., & Gomez, D. (2009). bienestar psicologico y salud: Aportaciones desde la psocologia positiva. *anuario de psicologia clinica y de la salud*, 16 - 23.
- Vergara, M (2019) *Ansiedad y estrategias de afrontamiento en jóvenes de una universidad particular de lima metropolitana* pg. 22, 23, 24.

Vielma, & Alonso. (2010). El estudio del bienestar psicologico subjetivo. una breve revision teorica. *la revista Venezolana de educacion*, 265 - 275. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35617102003>

ANEXOS

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO DE RYFF

sexo: femenino ()

Masculino ()

A continuación, se presenta los enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuestas correctas o incorrectas. Responda con toda sinceridad su respuesta.

1. Totalmente en desacuerdo
2. Poco de acuerdo
3. Moderadamente de acuerdo
4. Muy de acuerdo
5. Bastante de acuerdo
6. Totalmente de acuerdo

No	PREGUNTAS	1	2	3	4	5	6
1	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento como han resultado las cosas						
2	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.						
3	No tengo miedo de expresar incluso cuando “son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.						
4	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.						
5	Tengo confianza en mis opiniones Incluso si son contrarias al consejo general.						
6	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.						
7	Reconozco que tengo defectos.						
8	Reconozco que tengo virtudes.						

9	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlo realidad.						
10	Sostengo mis decisiones hasta el final.						
11	en general me siento seguro y positivo conmigo mismo.						
12	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.						
13	Puedo confiar en mis amigos.						
14	Cuando cumpla una meta me planteo otra.						
15	tiendo a preocuparme sobre lo que la otra persona piense de mí.						
16	mis relaciones amicales son duraderas						
17	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.						
18	Comprendo con facilidad como la gente se siente.						
19	Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles.						
20	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.						
21	considero que hasta ahora no hay mejoras en mi vida						
22	Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.						
23	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.						
24	Tengo la sensación que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.						
25	En general me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.						
26	Siento que soy víctima de las circunstancias						
27	Me juzgo por lo que yo creo que es importante no por los valores que otros tienen.						
28	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.						
29	Tengo la capacidad de construir mi propio destino.						

30	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.						
31	Mis amigos pueden confiar en mí						
32	En general siento que soy responsable de la situación en la que vivo.						
33	Tomo acciones ante las metas que me planteo.						
34	me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.						
35	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.						
36	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.						
37	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.						
38	Es importante tener amigos.						
39	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.						

Normas de puntuación y clasificación,

Para identificar el nivel se realizó con una puntuación directa invirtiendo los siguientes ítems 15, 17, 21, 23 y 26 con una escala tipo Likert, se clasifico en 6 dimensiones con los respectivos ítems:

Autoaceptación con los ítems : 1,7,8,11,17,25 y 34

Relación positiva con otros con ítems: 2,13,16,18,31 y 38

Autonomía : 3, 5, 10 y 27

Dominio con el entorno : 6, 19, 29, 32, 36 y 39

Propósito con la vida : 9, 12, 14, 20, 22, 28, 33 y 35

Crecimiento personal : 4,24,30 y 37

GRADO DE BIENESTAR PSICOLOGICO	
>176 PTS	BP ELEVADO
141-175 pts.	BP ALTO
117-140 pts.	BP MODERADO
<116 pts.	BP BAJO

PUNTAJE MAXIMO TOTAL: 234 PUNTOS

ESCALA DE AFRONTAMIENTO AL ESTRES COPE 28

INSTRUMENTO DE AFRONTAMIENTO AL ESTES

No	PREGUNTAS	NUNCA	CASI NUNCA	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1	Concentro todos mis esfuerzos en afrontar los desafíos durante mis estudios.				
2	Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer para disminuir el estrés académico.				
3	Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.				
4	Digo cosas para liberar sentimientos desagradables provocados por el estrés.				
5	Recurso a otras actividades para relajarme,				
6	Intento proponer una estrategia sobre qué hacer en caso de sentirme estresado.				
7	Trato de ver el lado positivo de la situación en la que me encuentro.				
8	Acepto la realidad de la situación académica en la que estoy.				
9	Consigo apoyo emocional de otras personas cuando me siento estresado.				
10	utilizo alcohol o drogas para sentirme mejor.				
11	Me echó la culpa cuando no puedo manejar el estrés.				
12	Me rio de la situación que me produce estrés académico.				
13	Renuncio a intentar ocuparme de la situación que me genera estrés durante mis estudios.				
14	Rezo o medito.				
15	Me digo a mí mismo “esto no es real”.				
16	Expreso mis sentimientos negativos cuando me siento estresado por mis estudios.				
17	Aprendo a vivir con situaciones estresantes propias del estudio.				
18	Planifico la forma de afrontar el estrés generando por los estudios.				
19	Hago algo para pensar menos en la situación que me genera estrés.				
20	Busco el lado positivo de lo que está sucediendo.				
21	Utilizo sustancias adictivas para ayudarme a manejar el estrés académico.				
22	Consigo que otras personas me ayuden a aconsejen cuando me siento muy estresado.				

23	Renuncio al intento de hacer frente a una situación estresantes en mis estudios.				
24	tomo medidas para intentar mejorar en mis estudios.				
25	Me critico a mí mismo.				
26	Hago bromas para salir del estrés académico.				
27	Consigo el consuelo y la comprensión de alguien cuando me siento estresado.				
28	Me niego a creer que haya sucedido algún acontecimiento que me produzca estrés académico.				

Puntuación y normas de la escala

Para la clasificación de los niveles y dimensiones se realiza con una puntuación directa, la escala consta de 3 dimensiones y se clasifica con sus respectivos ítems.

Afrontamiento al estrés centrado en el problema: 1, 24, 6 y 18.

Afrontamiento centrado en la emoción: 9, 27, 2, 22, 7, 20, 8, 17, 3 y 14.

Afrontamiento centrado en la evitación: 13, 23, 4, 16, 10, 21, 12, 26, 5, 19, 15, 28, 11 y 28.

escala de Likert	Valor de respuesta mínima	Valor de respuesta máxima
	0	3
No de ítems	28	
No de niveles	5	

Escala de valoración para los 5 niveles

NIVEL	PUNTUACION MINIMA	PUNTUACION MAXIMA
Muy bajo	0	17
Bajo	18	34
Regular	35	50
Alto	51	67
Muy alto	68	84

CONSENTIMIENTO INFORMADO

La finalidad de este protocolo en ciencias sociales es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento de participar en el estudio de investigación lleva por título “Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa “Luis carranza” Ayacucho – 2021” dirigido por: Yuly pilar arias Quispe identificada con DNI 70209255 investigador de la universidad católica los ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es identificar la relación del bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en estudiantes de la mencionada institución en estudiantes del 5° grado de nivel secundaria para poder obtener mayor información en el estado del bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en medio de la cuarentena a causa del COVID 19.

Por ello se le invita a participar en la encuesta que se le tomara 40 minutos de su tempo, su participación en este estudio es completamente voluntaria y anónima usted decide interrumpir la prueba en cualquier momento, sin que le genere ningún prejuicio. Si tuviera alguna duda puede formularlo en el momento que crea conveniente.

Al concluir la investigación usted será informado de los resultados a través de un correo.

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

Nombre: _____

Fecha : _____

Correo electrónico: _____

Firma del participante

firma del investigador o
encargado de recoger información

SOLICITUD PRESENTADO A LA INSTITUCION EDUCATIVA “LUIS
CARRANZA” – PERMISO DE LA INSTITUCION.



UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES
CHUMBIVILCA

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Ayacucho, 23 de noviembre de 2021

Señora:

Directora Sandra Sánchez Huamani

DIRECTORA DE LA I.E.P. "Luis Carranza"

Presente.-



La formación integral del estudiante de psicología implica el desarrollo de trabajos de investigación para la obtención del grado académico y título profesional.

La Bach. YULY PILAR ARIAS QUISPE, con código N°3123152052, se encuentra realizando la investigación de su proyecto titulado "Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la Institución educativa Pública, "Luis Carranza" - Ayacucho 2021", motivo por el cual se solicita a su persona brindar las facilidades del caso para aplicar el instrumento de recojo de información en la sección del 5° grado; los días 24 al 30 de noviembre del 2021, en la institución que Ud. dirige.

A la espera de la atención del presente documento y el permiso correspondiente.

Atentamente,

Autorizado para su aplicación.



UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES
CHUMBIVILCA
Pbro. Mg. JESUS EMBUCÓN VILCA
COORDINADOR

FIABILIDAD DE LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,919	,918	39

FIABILIDAD DE LA ESCALA DE AFRONTAMIENTO AL ESTRES (COPE 28)

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,773	,779	28

ENCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICA APLICADA MEDIANTE EL GOGLE DRIVE

CUESTIONARIO DE LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO.

ESTIMADO ESTUDIANTE DE LA INSTITUCION EDUCATIVA "LUIS CARRANZA" ESTA ENCUESTA ES TOTALMENTE CONFIDENCIAL CON FINES EDUCATIVOS SU PARTICIPACION ES MUY IMPORTANTE; PARA LO CUAL SE LE PIDE QUE RESPONDA LAS PREGUNTAS DE ACUERDO A SU REALIDAD Y/O SENTIR, NO HAY RESPUESTAS MALAS NI BUENAS. SE LE AGRADECE SU PARTICIPACION EN ESTE ESTUDIO.

GENERO *

MASCULINO

FEMENINO

1.- Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento como han resultado las cosas. *

Totalmente en desacuerdo

ESCALA DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (COPE 28) POR MEDIO DEL GOOGLE DRIVE

AFRONTAMIENTO AL ESTRES



Descripción (opcional)

GENERO

- Femenino
- Masculino

1.- Concentro todos mis esfuerzos en afrontar los desafíos durante mis actividades. *

- Nunca
- Casi nunca
- Casi siempre

Activa
Ve a Co

