



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

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

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y NIVEL DE
AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE
AYACUCHO 2021**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA

AUTORA

FLORES TUPAYACHI, DIANA CRISTINA

ORCID: 0000-0002-5763-1183

ASESOR

FLORES POVES, JAIME LUÍS

ORCID: 0000-0003-1276-1563

AYACUCHO-PERÚ

2021



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

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

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y NIVEL DE
AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE
AYACUCHO 2021**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA

AUTORA

FLORES TUPAYACHI, DIANA CRISTINA

ORCID: 0000-0002-5763-1183

ASESOR

FLORES POVES, JAIME LUÍS

ORCID: 0000-0003-1276-1563

AYACUCHO-PERÚ

2021

FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

Dra: Quintanilla Castro María
Cristina

Miembro

Mgtr: Morillas Orchessi
Marisa Esperanza

Miembro

Mgtr: Millones Alba Érica Lucy
Presidenta

Mgtr: Flores Póves, Jaime Luís
Asesor

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradezco a Dios por brindarme la oportunidad de realizar mis objetivos y acompañarme en este recorrido de mi formación profesional.

A mí, por no desistir ni rendirme en el proceso de mi formación profesional y llevar presente siempre que con esfuerzo y perseverancia se logra las metas trazadas y a pesar de las dificultades siempre hay una luz de esperanza.

Agradecer a quien fue mi compañera de estudio y amiga Yulia, por inspirarme a ser una profesional de vocación y convicción y aconsejarme en el trayecto de mi formación de estudiante universitaria.

DEDICATORIA

A mí esposo, por no dejarme desistir ni rendirme en el proceso de mi formación profesional y llevar presente siempre que con esfuerzo y perseverancia se logra las metas trazadas y a pesar de las dificultades siempre hay una luz de esperanza.

A mis hijas:

Liseth, Anthonela y Almendra, por apoyarme en este proceso de concluir mis estudios, brindándome confianza, amor, esperanza y valorándome como madre, amiga y mujer.

A mis padres:

Octavio y Lucrecia, ya que siempre conté con su apoyo moral y en especial a mi madre que me motivo a concluir mi carrera.

RESUMEN

El presente estudio de investigación tuvo como objetivo principal determinar si existía relación entre bienestar psicológico y el nivel de autoestima en los estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021. El grupo de estudio estuvo compuesto por 120 estudiantes y como muestra probabilística se consideró a 92 estudiantes entre varones y mujeres, la investigación fue de tipo observacional, prospectivo, transversal, analítico, de nivel relacional con diseño epidemiológico. Se halló que el 56,5% tiene un nivel medio de B.P, el 37% autoestima alta y un 38% autoestima media. Para poder determinar la relación entre estas variables se utilizó el programa de SPSS y Excel, encontrándose que el coeficiente de correlación de Chi cuadrado de Pearson fue de 40,968 con un valor de **0,000** siendo $< 0,05$. Se concluyó que, sí existe relación entre la variable de bienestar psicológico y el nivel de autoestima, se rechaza la (H_0) y se acepta la (H_a) es decir que si existe relación entre el bienestar psicológico y nivel de autoestima media entre los estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021. La fiabilidad de la prueba de acuerdo con el estadígrafo de Alfa de Cronbach para bienestar psicológico fue de 0,817 y para autoestima fue de 0,790, lo que significa que los instrumentos aplicados en el grupo de estudio tienen una buena confiabilidad.

Palabras clave: Bienestar psicológico, autoestima y adolescentes

ABSTRAC

The main objective of the present research study was to determine if there was a relationship between psychological well-being and the level of self-esteem in students of 3rd, 4th and 5th grade of secondary school of a public institution in Ayacucho 2021. 120 students and 92 male and female students were considered as a probabilistic sample. The research was observational, prospective, cross-sectional, analytical, relational level with epidemiological design. It was found that 56.5% have a medium level of B.P, 37% high self-esteem and 38% medium self-esteem. In order to determine the relationship between these variables, the SPSS and Excel program was used, finding that the Pearson's Chi-square correlation coefficient was 40.968 with a value of 0.000 being <0.05 , with which it was concluded that it does exist relationship between the psychological well-being variable and the level of self-esteem, the (H_0) is rejected and the (H_a) is accepted, that is, if there is a relationship between the psychological well-being and the average level of self-esteem among 3rd, 4th grade students and 5th year of high school from a public institution in Ayacucho 2021. The reliability of the test according to the Cronbach's Alpha statistic for psychological well-being was 0.817 and for self-esteem it was 0.790, which means that the instruments applied in the group study have good reliability.

Keywords: Psychological well-being, self-esteem and adolescents.

ÍNDICE DE CONTENIDO

AGRADECIMIENTO	v
DEDICATORIA	vi
RESUMEN	vii
I INTRODUCCION	1
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA	6
2.1 Antecedentes:	6
2.2 Bases Teóricas de la Investigación	12
2.2.1 Definición de Bienestar Psicológico	12
2.2.2 Teoría del Bienestar Psicológico de Carol Ryff	15
2.2.3 Dimensiones del Bienestar Psicológico	16
2.2.3.1 Las relaciones positivas con otras personas	16
2.2.3.2 La autonomía	16
2.2.3.3 El dominio del entorno	16
2.2.3.4 Propósito en la vida	17
2.2.3.5 Crecimiento personal.....	17
2.2.4 Bienestar Psicológico y estudiantes adolescentes	17
2.2.5 Modelos multidimensional del Bienestar Psicológico de Ryff	18
2.2.5.1 La Autoaceptación	18
2.2.5.2 La Autonomía.....	19
2.2.5.3 Dominio del Ambiente.....	19
2.2.5.4 Las Relaciones Positivas.....	20
2.2.5.5 Propósito de Vida.....	20
2.2.5.6 Crecimiento Personal.....	21
2.3 La Autoestima	22
2.3.1 Definición de la Autoestima.	22
2.3.2 Bases de la autoestima.....	23
2.3.3 Componentes de la autoestima	24
2.3.3.1 Componente cognitivo	25
2.3.3.2 Componente afectivo o emocional.....	25
Son	25
2.3.3.3 Componente conductual	25
2.3.4 Características de la autoestima según Basadre	25
2.3.4.1 Autoestima Alta	25
2.3.4.2 Autoestima Baja.....	26
2.3.5 Características de la autoestima según Calero	26
2.3.5.1 La autoestima es Aprendida	26
2.3.5.2 La autoestima es generalizada.....	27
2.3.5.3 La autoestima es estable	27
2.3.5.4 La autoestima es de carácter social	27
2.3.5.5 La autoestima es integrativa.....	27

2.3.6	Importancia de la Autoestima.....	28
2.3.7	Elementos que forman la Autoestima según Branden.....	28
2.3.7.1	Autoimagen	28
2.3.7.2	Autovaloración.....	29
2.3.7.3	Autoconfianza	29
2.3.8	Dimensiones de la autoestima según Coopersmith	29
2.3.8.1	Autoestima personal.....	29
2.3.8.2	Autoestima en el área académica.....	29
2.3.8.3	Autoestima en el área familiar	30
2.3.8.4	Autoestima en el área social.....	30
2.3.9	Niveles de Autoestima según Coopersmith	30
2.3.9.1	Autoestima alto	30
2.3.9.2	Autoestima medio	31
2.3.9.3	Autoestima bajo.....	31
2.3.10	Niveles del Autoestima según Rosenberg	31
2.3.10.1	Alta autoestima.....	32
2.3.10.2	Mediana autoestima	32
2.3.10.3	Baja autoestima	32
III	METODOLOGIA	33
3.1	Diseño de Investigación	33
3.1.1	Tipo de Investigación	33
3.1.2	Nivel de la Investigación.....	33
3.1.3	Diseño de la Investigación	33
	Epidemiológica	33
3.2	Población y Muestra	34
	Población.....	34
	Criterios de Inclusión	34
	Criterios de exclusión.....	34
3.2.1	Muestra.....	35
3.3	Definición y Operacionalización de Variables.....	36
3.4	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	37
3.4.1	Técnicas.....	37
3.4.2	Instrumentos	37
3.4.2.1	Escala de Bienestar Psicológico de BIEPS-J	37
3.4.2.2	Escala de Autoestima de Rosenberg.....	38
3.5	Plan de Análisis.....	39
3.6	Matriz de Consistencia.....	40
3.7	Principios éticos.....	41
IV	RESULTADOS.....	42
4.1	Resultados.....	42
4.2	Análisis de Resultado	47
V	Conclusiones y Recomendaciones	51

5.1 Conclusiones	51
5.2 Recomendaciones.....	52
VI REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	53
VII ANEXOS	55
Anexo 01 Cronograma de actividades	55
Anexo 2: Presupuesto.....	56
Anexo 3 Formato de Solicitud para realizar el proyecto de investigación.....	58
Anexo 4 ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO	59
Anexo 5 ESCALA DE AUTOESTIMA.....	60
Anexo 6 FIABILIDAD DEL INSTRUMENTO	61

Índice de Tablas

<i>Tabla 1 Dicotomización de las variables psicológicas de Bienestar psicológico y autoestima</i>	<i>42</i>
<i>Tabla 2 Correlación de las variables psicológicas de Bienestar psicológica y Nivel de autoestima ...</i>	<i>42</i>
<i>Tabla 3 Nivel de Bienestar psicológico en los estudiantes de 3° 4° y 5° de secundaria del colegio San Ramón de Ayacucho 2021.....</i>	<i>43</i>
<i>Tabla 4 Nivel de Autoestima.....</i>	<i>44</i>
<i>Tabla 5 Rango de edades en el grupo de investigación.....</i>	<i>45</i>
<i>Tabla 6 Prevalencia de sexo en el grupo de estudio.....</i>	<i>46</i>

Indice de Gráficos

<i>Figura 1 Gráfico nivel del bienestar psicológico en los estudiantes de 3°4°y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021.</i>	43
<i>Figura 2 Gráfico nivel de Autoestima en los estudiantes de 3°4°y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021.</i>	44
<i>Figura 3 Gráfico Prevalencia de rango de edades en los estudiantes de 3°4°y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021.</i>	45
<i>Figura 4 Gráfico de Prevalencia del sexo en los estudiantes de 3°4°y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021.</i>	46

I INTRODUCCION

El presente estudio de investigación se realizó con dos variables de estudio como son: Bienestar Psicológico y Nivel de la Autoestima en estudiantes de 3°, 4° y 5° grado de nivel secundario de la institución pública San Ramón de Ayacucho. En tal sentido se manifestó que el bienestar psicológico está considerado como la inclusión de elementos cognitivos (valorativos y reflexivos), así como reacciones y distintos estados emocionales que experimentamos a través de nuestras vidas (Vásquez 2009) el cuál se encuentra centrado en el desarrollo de manera personal, en la capacidad de afrontamiento a situaciones de retos vitales en el esfuerzo de superación a nivel personal. Dentro del bienestar se incluyen los conceptos de bienestar subjetivo o el Hedonismo y el bienestar psicológico o Epicureísmos. El primero, aborda, tal y como recoge Diener (1994), por qué y cómo las personas experimentan su vida de forma positiva, por lo que los estudios se inscriben en un marco fundamentalmente emocional (felicidad, satisfacción con la vida y afectos positivos y negativos). El segundo hace mención ha como la persona desarrolla capacidades y enfrenta adversidades incrementado en el sujeto el crecimiento a nivel personal, donde va mostrando indicadores de funcionamiento de manera positiva.

Entre tanto el bienestar psicológico es un concepto amplio y de dimensiones sociales (Carol Ryff, 2006) desarrolla un modelo de bienestar psicológico el cual está formado por 6 dimensiones y una escala para medirlas, entre las dimensiones que considera Carol Ryff en su modelo de B.P. están: La autoaceptación, las relaciones positivas, propósito en la vida,

crecimiento personal, autonomía, dominio del entorno y el bienestar psicológico en diferentes culturas. Se ha considerado que el bienestar psicológico podría ser importante, ya que se ha hallado una fuerte relación entre el bienestar psicológico y el nivel educativo García y Soler (2019), mencionan que la relación del sexo es significativa y que la relación entre el bienestar psicológico y las variables de autoestima podrían determinar o afectar a su bienestar psicológico de una persona. Del mismo modo Chambi (2018) considera que la autoestima negativa es la valoración negativa de sentimientos que tiene el sujeto así mismo y por ende este influye de modo significativo en su bienestar psicológico afectando al sujeto en su relación consigo mismo y su entorno.

La autoestima es otra variable que hace mención del comportamiento positivo a través de la habilidad, capacidad y destreza que tenga la persona para afrontar situaciones adversas en el transcurso de su vida diaria. La autoestima se va desarrollando a través de ciclos o periodos en el transcurso de la vida, esto quiere decir que, no es propio de la persona Coopersmith (1967). Define a la autoestima como “la valoración positiva o negativa que el sujeto hace de su autoconcepto, valoración que se acompaña de sentimientos de forma personal y auto aceptación”.

Rudas Murga, (2021). Hace mención que durante la adolescencia la autoestima se fortalece como un estado mental, sentimiento o concepto valorativo de la propia persona, construido en base a pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que son interiorizadas en el transcurso de la vida

En este estudio de investigación se deseó conocer la relación del bienestar psicológico y el nivel de autoestima con una muestra probabilística de 92 estudiantes de nivel secundario en etapa escolar de la institución educativa pública San Ramón del distrito de Carmen Alto provincia de Huamanga del departamento de Ayacucho 2021, puesto que están en la etapa de cambios a nivel físico y mental, por tanto, el bienestar podría ser relevante al momento de realizar sus labores educativas y la capacidad de relacionarse con su entorno. Por otro lado, la problemática encontrada en la población de estudio viene hacer adolescentes que se encuentran en etapa escolar que muestran un desempeño bajo en los estudios o falta de interés, es decir no tienen la motivación ni la actitud para querer realizar sus trabajos escolares y se muestran desinteresados en el ámbito escolar y algunos presentan poca comunicación en sus hogares, muestran baja tolerancia y desinterés por realizar tareas cotidianas o se muestran agresivos e intolerantes a las críticas realizadas por sus padres o docentes, este estudio de investigación nos va a permitir conocer la salud mental del grupo de estudio.

A sí mismo, surge la importancia y disposición de realizar este estudio de investigación, proyectándonos a sugerir la siguiente pregunta: ¿Qué relación existe entre el bienestar psicológico y el nivel de autoestima en los estudiantes en etapa escolar, de la institución educativa a realizarse la investigación? Es así como, para dar una respuesta a la pregunta, se planteó el siguiente objetivo general: Determinar la relación entre el bienestar psicológico y el nivel de autoestima en estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de una institución educativa pública de Ayacucho, 2021. Y como objetivos específicos de

investigación se planteó determinar el nivel de bienestar psicológico, identificar el nivel de autoestima, sexo y edad.

Al mismo tiempo, se justifica el estudio para poder contribuir a realizar líneas de investigación, y poder determinar la importancia del bienestar psicológico y los niveles de autoestima que se presentan en los estudiantes y como estas variables psicológicas influyen en el desarrollo de su vida escolar y la capacidad que puedan tener en afrontar distintas fases de su vida de adolescentes a partir de conocer como el nivel de autoestima y su bienestar psicológico influye en su toma de decisiones y la capacidad de relacionarse con su entorno, es necesario llevar a cabo más investigaciones en otros centros escolares para ir mejorando el bienestar y la autoestima en los adolescentes, al contar con datos científicos y estadísticos se nos permitirán conocer las falencias de los adolescentes y poder contribuir a fortalecer su autoestima y bienestar psicológico que de algún modo afecta en su desempeño escolar. Este estudio de investigación es de nivel relacional, ya que conlleva solo a mirar el comportamiento de la persona, sin incidir en esta, cabe mencionar que los beneficiarios directos son el grupo de estudio (estudiantes adolescentes) de la institución educativa, y la recolección de datos a través de la investigación valdrán como un apoyo para dar a conocer a la plana docente cuáles serán la toma de decisiones pertinentes y que medidas de prevención posteriores se deberán aplicar.

En la presente investigación se empleó la metodología de Supo (2014), donde el tipo de investigación es: observacional, prospectivo, transversal, analítico, de nivel relacional con diseño epidemiológico, se aplicó dos instrumentos psicológicos el primero es: La escala de la Autoestima de Rosenberg (1965), adaptado por Oliva (2011) y el segundo instrumento psicológico empleado es: La Escala de Bienestar Psicológica de BIEPS-J Casullo 2012., esta prueba tiene como objetivo valorar el grado de bienestar psíquico y satisfacción vital. Los resultados encontrados en esta investigación fueron que si existe relación entre bienestar psicológico y el nivel de autoestima media con una fiabilidad de 0,817 para bienestar psicológico y un 0,790 para autoestima, de acuerdo con el estadígrafo de Alfa de Cronbach estas pruebas son muy confiables y se recomienda mejorar el nivel de autoestima media de los estudiantes a través de talleres, charlas informativas e educativas, también se recomienda a los futuros investigadores trabajar con una muestra más amplia, esto ayudara a determinar que los resultados se puedan generalizar a otro grupo de estudio que tengan características similares.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1 Antecedentes:

García y Soler (2019) de la Revista de Orientación Educativa- Montevideo- Uruguay, realizan un estudio de investigación titulada: “Bienestar Psicológico en adolescentes: Relaciones con Autoestima, Autoeficacia, Malestar Psicológico y Síntomas Depresivos” tuvo como objetivo principal analizar las relaciones del bienestar psicológico con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos en adolescentes, el tipo de metodología que emplearon para este estudio se ajusta a una investigación no experimental transversal correlacional – causal, el presente estudio se basa en considerar el bienestar psicológico como una medida en sí misma, como aproximación a conocer la salud mental en la adolescencia temprana, para el estudio se contó con una muestra de 188 adolescentes entre edades comprendidas de 12 a 15 años, se contó con la participación de 94 adolescentes varones y 94 adolescentes mujeres, todos ellos de distintas instituciones educativas de la ciudad de Montevideo- Uruguay para realizar el estudio se emplearon instrumentos de recolección de datos de tipo autoinforme. Se utilizó para el estudio de investigación los siguientes instrumentos psicológicos, 1° Escala de Bienestar Psicológico de BIEPS.J Casullo 2002, la 2° Escala de Autoestima de Rosenberg, con una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.82. A modo de resultados, se encontraron diferencias estadísticamente significativas de acuerdo con el sexo en los niveles de autoestima concretamente mayor en el sexo masculino, en cambio mayores niveles de malestar psicológico y sintomatología depresiva en el sexo femenino.

Arriaga (2018) presenta en la universidad Autónoma del Estado de México- Toluca una investigación titulada “Bienestar Psicológico en jóvenes estudiantes del nivel Superior” que tuvo como objetivo conocer y comparar el bienestar psicológico con relación al sexo que pertenecen, el tipo de muestra con el que se trabajó fue no probabilística de tipo de intencional, el grupo de estudio estuvo conformado por 134 estudiantes entre ellos 67 varones y 67 mujeres, para el estudio de investigación se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff que define al BP como la valoración que se hace el sujeto con respecto a cómo ha vivido y la importancia que tiene en su vida, se tomó en cuenta algunos criterios a los participantes para realizar la investigación los cuales fueron: ser alumnos activos, no tener problemas psicológicos o impedimentos físicos y que sean de ambos sexos, este estudio permitió conocer si hay o no relación del bienestar psicológico en los estudiantes de nivel superior con relación a su sexo, dando como resultado que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas con relación al sexo que pertenecen, también se pudo observar de forma general que los participantes presentaron un puntaje de media mayor concerniente a la autoaceptación y una tendencia con satisfacción con la vida, se da como sugerencias hacer estudios en grupos diferentes en relación al sexo, edad, nivel socioeconómico y características culturales así mismo se propone desarrollar estudios cualitativos que den cuenta de los factores que potencializan al BP y como correlacionar otras variables psicológicas como autoestima, calidad de vida, resiliencia, comunicación familiar y satisfacción con la vida para conocer como estas influyen en los adolescentes y jóvenes.

Gutiérrez (2015) sustentó en la universidad PUCP de Lima, la tesis de investigación titulada: “Claridad del Autoconcepto, Autoestima y Bienestar Psicológico en estudiantes de zonas Urbano marginales” El presente estudio se realizó con la participación de 128 adolescentes, 60 varones y 68 mujeres todos ellos en edad escolar pertenecientes a la zona urbano marginal de Pachacútec, distrito de Ventanilla , el objetivo de la investigación fue hallar la correlación entre la Claridad del autoconcepto, la Autoestima y el Bienestar Psicológico de 128 adolescentes en zonas urbano-marginales, y su relación con distintos factores sociodemográficos. Se aplicaron 2 pruebas psicológicas, 1° Escala de Bienestar Psicológico de BIEPS.J Casullo 2002, y la 2° Escala de Autoestima de Rosenberg. Los resultados mostraron que únicamente en el grupo de mujeres la Autoestima se relaciona de manera significativa con el Bienestar Psicológico total y sus dimensiones, y por tanto esta sostuvo la relación hallada entre Claridad del autoconcepto y Bienestar Psicológico. Además, se halló una correlación significativa entre Claridad del autoconcepto y Autoestima en las mujeres que puntuaron de manera significativamente más alta que los hombres en la dimensión de Proyectos personales y se llegaron a obtener correlaciones un tanto significativas entre la claridad del autoconcepto y grado.

Helguero (2017) realizó un estudio en la universidad ULADECH-Tumbes un estudio de investigación titulada, “Relación entre autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa” República del Perú–Tumbes 2016”. El objetivo de la investigación fue, determinar la relación entre el nivel de autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria. Se realizó una investigación de tipo descriptiva correlacional a un nivel cuantitativo que permite describir y estudiar las relaciones de dos variables en un momento determinado, proporcionando la descripción de los hechos tal como se dan en cuanto al diseño de investigación corresponde a una investigación no experimental , el estudio se basa en una muestra constituida por 80 estudiantes, para la recolección de datos se aplicó dos instrumentos psicológicos, La escala de Rosenberg y la escala de bienestar psicológico BIEPS-J. La investigación concluye con los siguientes resultados: el nivel de autoestima es alto con una participación del 60% y el nivel de bienestar psicológico es de nivel alto con un 51%. En relación con las dimensiones de la variable bienestar psicológico, se ha encontrado que estas se ubican en nivel alto. Así, el control tiene el 76,3%; la aceptación el 71,3%; vínculo el 65.0% y proyecto con el 60%. La prueba Tau C de Kendall utilizada para ver si se establece la correlación entre el nivel de la autoestima y el nivel del bienestar psicológico de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la institución educativa “Republica del Perú” Tumbes, dan como resultado que no existe correlación entre la autoestima y el bienestar psicológico.

Chambi (2018) de la universidad San Ignacio de la Oyola-Lima- Perú, hace un estudio de investigación titulada “La influencia de la autoestima sobre el bienestar psicológico en estudiantes de educación superior técnica de Lima”, la presente investigación tuvo como objetivo poder determinar la influencia de la autoestima (AE) sobre el bienestar psicológico (BP) en estudiantes de I a VI ciclo de un instituto de educación superior técnica de Lima. Este trabajo de investigación es de tipo predictivo transversal ya que tiene como objetivo conocer la influencia que ejerce una variable predictora (también conocida como independiente) sobre otra variable de criterio (también conocida como dependiente), en este caso se define como puede influir la autoestima sobre el bienestar psicológico en los estudiantes de educación técnica superior de Lima. La muestra de estudio estuvo conformada por 162 estudiantes entre varones y mujeres, siendo en su mayoría mujeres con un porcentaje del 64.8% y en varones fue el 35.2% con las edades comprendidas entre los 16 y 45 años, los estudiantes que participaron en la muestra pertenecen a distintas carreras que ofrece el instituto. Se utilizó dos pruebas para la investigación 1° Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y la 2° Escala de Bienestar Psicológico para adultos (BIEPSA), ambas pruebas validadas en población peruana. Se realizó una regresión múltiple, considerando como variable predictora las dimensiones de la AE y como variable criterio o dependiente las dimensiones del BP. Los resultados demuestran que existe mayor influencia AE negativa sobre las dimensiones del BP y se concluye que la AE negativa influye sobre el BP.

Eudemonismo: Proviene del griego eudaimonía que significa felicidad, placer o goce; este término se empleó de forma general a toda teoría ética que se creía que la felicidad era un bien que las personas buscaban por naturaleza. Aristóteles, filósofo griego del siglo IV a.c expresaba que alcanzar la felicidad era el fin de la vida humana; es decir que toda persona quiere ser feliz, pero para acceder a ello implicaba poner en práctica virtudes éticas y virtudes dianoéticas (de las que la forma parte la prudencia) las cuales conducen a la sabiduría y el estado ideal de la felicidad. Por lo que se resume que un sujeto es más feliz mientras más placentera sea su vida. El eudemonismo considera que el anhelo de felicidad esta principalmente motivado por la conducta del hombre. (Rosental, 1984) Define el eudemonismo como el principal criterio que sostiene la moralidad (atmósfera natural en la que una persona se desenvuelve) y sirve de base a la conducta moral de una persona, llegando a ser la aspiración a la felicidad personal y social.

Epicureísmos. Este movimiento filosófico fue fundado por Epicuro alrededor del año 307 a.c tenía como fin la búsqueda de la felicidad a partir de la proporción de los placeres y separación de los temores que causan los dioses, la muerte o el destino. Según el epicureísmo, una persona está constantemente en la búsqueda de la vida sana y virtuosa, buscando así remediar los dolores que atacan su alma, para alcanzar la ataraxia (ausencia de turbación) por lo que el individuo debía demostrar una disposición orientada al equilibrio de sus emociones. Rosental (1984) menciona que para Epicuro el principal objetivo filosófico fue el procurar la felicidad y evitar el sufrimiento.

2.2 Bases Teóricas de la Investigación

2.2.1 Definición de Bienestar Psicológico

En el transcurso de los años el tema de bienestar psicológico ha sido objeto de debate filosófico y sociológico. Autores como (Diener, Suh y Oishi, 1997) creían que el sentirse satisfecho con la vida estaba ligado con la inteligencia, el aspecto físico o el nivel económico. Ya en estos tiempos se sabe que el mayor o menor bienestar subjetivo no está tan relacionado con esas variables, sino con la subjetividad de los individuos.

Casullo (2002) señala que el bienestar es la capacidad de establecer buenos vínculos, como el control sobre su entorno, tener proyectos y una autoaceptación de sí mismo, todo esto se va evaluándose a través de los efectos positivos y negativos de satisfacción Casullo (2002) resalta y considera que el B.P está representado por estados emocionales como son el afecto positivo y afecto negativo, y el componente cognitivo. Los estados emocionales son más lábiles y momentáneos, al mismo tiempo son independientes. El tener un porcentaje alto de afectividad positiva no va a implicar tener una dosis alta de afectividad negativa, el componente cognitivo de la satisfacción se denomina bienestar y este es el resultado de la integración cognitiva que las personas se realizan acerca de cómo les fue (o les está yendo) en el transcurso de su vida.

Diener (1994). Veenhoven (1991) definen el bienestar como el grado en que una persona juzga su vida "como un todo" en términos favorables.

Andrews y Withey (1976) indican que el bienestar subjetivo junto con los afectivos (afecto positivo y negativo). Diener (1994) sostiene que “el término felicidad es evitado en la investigación científico-académica porque alude a su significación popular”, es decir, la experiencia del bienestar, del afecto positivo y negativo en su dimensión diacrónica. Para Diener et al. (1997) el bienestar está comprendido como el grado en que un sujeto evalúa su vida, incluyendo distintos componentes como la satisfacción con la vida, con su matrimonio, la ausencia de depresión y una experiencia de emociones positivas.

Campbell, Converse y Rodgers (1976) definen el bienestar psicológico como la satisfacción como una dimensión cognitiva, y que es el resultado de la discrepancia entre las aspiraciones y los logros alcanzados. Para estos autores la satisfacción incluye un juicio cognitivo, mientras que la felicidad viene a ser una experiencia de afecto positivo y/o negativo. Para Diener (2009) el bienestar psicológico tiene 2 componentes entre ellos están el afectivo y el cognitivo, al nivel efectivo lo define como “nivel hedónico” el cual está definida en como sentimos emociones positivas o negativas frecuentemente, en el nivel cognitivo, se basa en como evaluamos nuestra satisfacción con la vida y de qué manera vamos evaluando las diferentes áreas con relación a nuestra existencia.

García (2006) menciona que el bienestar psicológico son factores “objetivos” que admitían “medir” la calidad de vida que tenía un individuo. Así mismo García (2006) nos habla de un modelo de este enfoque sobre las características personales que forman a la felicidad refiere que: “La persona feliz se muestra como una persona joven, saludable con una buena educación, bien remunerada, extrovertida, optimista, libre de preocupaciones, religiosa, casada, con una alta autoestima, una gran moral del trabajo, aspiraciones modestas, de uno u otro sexo y con una inteligencia de amplio alcance”. Poco a poco, los estudios empezaron a incluir los aspectos subjetivos en el concepto de bienestar, actualmente, se sabe que éste se relaciona fundamentalmente con estos aspectos. (Rossi, et al., 2019). El bienestar psicológico está centrado en la creación de actividades frecuentes que son realizados con valores positivos, señalando a que se debe de vivir de forma estable, llevándolo a desarrollar su potencial humano, para sentirse realizado Vázquez, Hervás, Rahona, y Gómez, (2009), parten de pensamientos aristotélicos en los que relacionan a la felicidad con el hallazgo de la autorrealización, es decir, ser capaces de reconocer sus propios talentos y sus funciones.

Así mismo Peterson y Seligman (2004), mencionan que este concepto de definición de la autorrealización guarda una relación con la definición de autorrealización de Maslow, donde la define como una necesidad de crecimiento, para desarrollar al máximo el potencial que hay en cada sujeto. Jahoda (1958) propuso que la salud mental de manera positiva es la integración de la persona y su autonomía para autodeterminar su percepción y

tener dominio sobre su entorno, donde la ausencia de una enfermedad no va a manifestar un indicador determinante de su salud mental.

Por tanto, se puede decir que el Bienestar Psicológico (BP) es la relación del sujeto consigo mismo y su entorno, ya que envuelve aspectos valorativos como afectivos, estos se van a integrar de forma futura y las cuales darán sentido a la vida. (Vivaldi y Barra, 2012, p. 24).

2.2.2 Teoría del Bienestar Psicológico de Carol Ryff

Ryff (1989) refiere que la persona hace el mayor esfuerzo por perfeccionar su propio potencial, relacionándolo con el propósito de vida, el cual lo llevara a la superación de metas valiosas. Ryff (1989), propone una teoría multidimensional, que consiste en el enfocarnos en el cambio de nuestra forma existencial la cual guarda relación con el progreso personal y que a su vez la persona desarrolla capacidades de manera positiva para crear distintos criterios de su personalidad en forma positiva.

Es así como el bienestar hace referencia a la satisfacción personal del individuo la cual está relacionado con la autorrealización, que viene a ser la forma en que las personas desarrollan acciones dirigidas a un objetivo más grande y relevante para el individuo (Ryff y Singer, 2013).

Desde el modelo de bienestar psicológico de Carol Ryff (2013), considera agrupar diversas teorías, para ver las aproximaciones teóricas y decide no tomar características hedónicas y formar un modelo de bienestar psicológico positivo.

2.2.3 Dimensiones del Bienestar Psicológico

2.2.3.1 Las relaciones positivas con otras personas

Para Castro (2000) llega a ser la capacidad de poder tener o mantener una relación estrecha con otro sujeto, la cual está basada en la confianza entre ambos y la empatía.

2.2.3.2 La autonomía

Es la capacidad que tiene el ser humano, para mostrarse ante sí mismo y ante los demás como un ser propositivo, que comprende y participa activamente en el mundo que le rodea, que evalúa las alternativas de acción más ajustadas al contexto, en función de sus intereses y motivaciones. Dicha capacidad, es fundamental para el desarrollo del bienestar psicológico y social de las personas. (Blanco y Valera, 2007). “Para poder sostener su propia individualidad en diferentes contextos sociales, las personas necesitan asentarse en sus propias convicciones (autodeterminación), y mantener su independencia y autoridad personal” Ryff y Keyes, (como se citó en Díaz, Rodríguez, Blanco, et al, 2006).

2.2.3.3 El dominio del entorno

Las personas con un alto dominio del entorno poseen una mayor sensación de control sobre el mundo y se sienten capaces de influir sobre el contexto que les rodea” (Ryff y Singer, 2002 (como se citó en Díaz, Rodríguez, Blanco, et al, 2006). Aquellas personas que presentan bajo dominio del entorno presentan dificultades para manejar los eventos cotidianos de su vida, y se consideran incapaces de modificar su entorno, en función de sus necesidades. Castro. (como se citó en Casullo, 2002).

2.2.3.4 Propósito en la vida

Hace referencia a la intención, al cumplimiento de alguna función o al logro de algún objetivo, basados en los valores de referencia de cada persona. “Los proyectos personales son aquellas actividades que las personas piensan o planean llevar a cabo” (Casullo, 2002, p.46).

2.2.3.5 Crecimiento personal

Se define esta dimensión, como la característica de los seres humanos, “por desarrollar sus potencialidades, por seguir creciendo como persona y llevar al máximo sus capacidades” Keyes (como se citó en Díaz, Rodríguez, Blanco, et al, 2006, p.5).

2.2.4 Bienestar Psicológico y estudiantes adolescentes

Desde el punto de vista del desarrollo, la adolescencia transita por subetapas o períodos que obedecen a marcadores biológicos, cognitivos y psicosociales, asociados a tareas del desarrollo, que coinciden con rangos de edad (Barcelata y Rivas, 2016). La adolescencia es considerada una etapa en la que se pueden producir altos niveles de estrés debido al desempeño de nuevos roles psicosociales, a la toma de decisiones acerca del proyecto de vida y al enfrentamiento de los acontecimientos vitales tales como los cambios físicos, interpersonales, afectivos y cognitivos que vive el adolescente (Jessor Wray-Lake, Syvertsen & Flanagan, 2016). El bienestar psicológico es especialmente importante en la adolescencia, por tratarse de un período en el que se producen sustanciales transformaciones en la personalidad, al mismo tiempo que se define la identidad personal (y social) y se empieza a vislumbrar el proyecto de vida (Casullo y Fernández, 2001).

Figuerola, Contini, Lacunza, Levín y Estévez (2005), en su investigación acerca de estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en población adolescente de bajo estrato socioeconómico y retomando la postura de Diener, Suh, & Oishi (1997), aseveran que durante muchos años se relacionó el término bienestar con aspectos específicos como la apariencia física y la inteligencia. Así mismo, Lawton (1972) plantea que el bienestar es visto como una valoración cognitiva, como la evaluación de la congruencia entre las metas deseadas y las obtenidas en la vida.

2.2.5 Modelos multidimensional del Bienestar Psicológico de Ryff

Ryff (2013) presenta un modelo de bienestar psicológico multidimensional en el desarrollo de la persona, en este modelo se consideran 6 dimensiones psicológicas propias de un individuo, estas son:

2.2.5.1 La Autoaceptación

Son autoevaluaciones que se hace la persona de manera positiva y que a su vez va evaluando su vida pasada; esto le ayuda a conocer y aceptar los diferentes aspectos que han ido marcando en su persona. Por tanto, la autoaceptación forma parte de la autoevaluación la cual puede ser medida a largo plazo y estos procesos crean un nivel adecuado de aceptación de la toma de fortalezas y debilidades del individuo (Ryff y Singer, 2013).

2.2.5.2 La Autonomía

Es la determinación propia, independiente, autorregulada, que tiene la persona para pensar y actuar de forma autónoma, dejando de lado las presiones sociales o de un grupo, es vivir con autenticidad frente a modelos cotidianos y de esta forma generar una conducta autónoma en busca de la felicidad (Ryff y Singer, 2013).

Blanco y Valera, (2007). Definen a la autonomía como la capacidad que tiene una persona para mostrarse ante sí mismo y ante los demás como un ser propositivo, que entiende y participa activamente en el lugar que vive o lo rodea, evalúa alternativas de acción más ajustadas a su contexto, en función de sus intereses y motivaciones. Dicha capacidad, es principal para el desarrollo del bienestar psicológico y social de las personas. “Para poder sostener su propia individualidad en diferentes contextos sociales, las personas necesitan asentarse en sus propias convicciones (autodeterminación), y mantener su independencia y autoridad personal” Ryff y Keyes, (como se citó en Díaz, Rodríguez, Blanco, et al, 2006).

2.2.5.3 Dominio del Ambiente

Tiene que ver con la capacidad de crear situaciones o espacios favorables, para poder satisfacer sus necesidades y dar valor a sus acciones., se va aprovechando las oportunidades creando una sensación de control sobre los acontecimientos e influencias sobre el contexto que se desenvuelve la persona. (Ryff y Singer, 2013).

Ryff y Singer, 2002 (como se citó en Díaz, Rodríguez, Blanco, et al, 2006) Menciona que las personas con un nivel alto de dominio del entorno poseen mayor sensación de control sobre el mundo y son capaces de influir sobre el grupo que les rodea”. Aquellas personas que presentan un bajo dominio de su entorno presentan dificultades para manejar eventos cotidianos en su vida, y se consideran a sí mismos incapaces de modificar su entorno, en función a sus necesidades. Castro. (como se citó en Casullo, 2002).

2.2.5.4 Las Relaciones Positivas

Una característica particular de esta dimensión es la de generar o crear vínculos de aspectos confiables, cálidos y satisfactorios con otros sujetos, llegando a ser un componente que rige la salud mental del individuo para relacionarse con otras personas y servir de guía y soporte a otros causando mejoras en sus relaciones de forma positiva (Ryff y Singer, 2013).

Para Castro (2000) las relaciones positivas con otras personas llegan a ser la capacidad de poder tener o establecer una relación estrecha con otra persona, la cual se basa en la confianza y empatía.

2.2.5.5 Propósito de Vida

Acá la persona se basa principalmente en tener metas para dar un sentido a su vida de manera directa, siendo capaz de recapitular sus experiencias presentes, pasadas para comprender cual es el propósito de su vida, y como todo esto contribuye a generar retos, y que estos sean cumplidos en su totalidad generando en la persona una integración emocional en las distintas etapas de su vida (Ryff y Singer, 2013).

También se hace mención al propósito de vida como a una capacidad del cumplimiento de alguna función o al logro de un objetivo, basándose en los valores de referencia de cada persona. “Los proyectos personales son aquellas actividades que las personas piensan o planean llevar a cabo” (Casullo, 2002, p.46).

2.2.5.6 Crecimiento Personal

El crecimiento personal es la que tiene más semejanza a la autorrealización ya que es el desarrollo continuo de la persona en los obstáculos que se le presenten en su vida, son características de cada etapa evolutiva (Ryff 1989).

Se define a esta dimensión, como una característica del ser humano, “por desarrollar sus potencialidades, por seguir creciendo como persona y llevar al máximo sus capacidades” Keyes (como se citó en Díaz, Rodríguez, Blanco, et al, 2006, p.5).

2.3 La Autoestima

2.3.1 Definición de la Autoestima.

Se sabe que la autoestima es la expresión del sentimiento que siente uno a sí mismo, el sujeto se considera como una persona “Suficientemente Buena” es decir digna(o) del afecto de los demás y por ende recibe la aceptación y respeto por lo que es. Así mismo la autoestima está considerada como la aceptación, de uno mismo, es decir, se acepta tal cual es la persona, aunque esto implique reconocer múltiples defectos, habilidades y dificultades como ser humano, pero también se sabe que los deseos de superación, las metas trazadas, los éxitos logrados son parte de nuestra vida. Rosenberg, (1973), citado en Vargas, (2007).

Coopersmith (1967), citado por Luque y Arango (2017), hacen mención sobre los comportamientos que tiene una persona y como estas actitudes forman la autoestima, ya que estas manifestaciones de comportamientos que se observan a través de las habilidades, capacidades, destrezas y logros que tenga la persona, ya que estos factores servirán de base fundamental para el afrontamiento de eventos adversos que se presenten en su vida. La autoestima se desarrollando en las etapas de vida de una persona, es decir no es propio.

Por otro lado, Feldman (2005), citado en Avendaño (2016), refiere que la Autoestima es todo un conjunto de sentimientos y pensamientos que un sujeto tiene sobre sí mismo, por ende, que si este no está bien definido (la autoestima) afectara de un modo significativo en su vida. Se ha considerado que la autoestima puede ser inestable y que está ligada al sujeto, también puede ser estable y que el hecho de aceptarse tal cual es la persona lo ayudara a tener una idea racional sobre sí mismo y es estar de acuerdo o conforme con

ello, valorarse, sentirse amado, aceptado y ser cortés con uno mismo forman el autorrespeto, la confianza y la aceptación propia hacia uno mismo.

Asimismo, Maslow (1979), citado en su investigación de Sicha (2018), nos detalla a la autoestima como la necesidad de confianza y de respeto que uno mismo percibe, esta puede ser primordial y básica, ya que las personas tenemos un deseo de ser aceptados y valorados por los que nos rodean.

Así mismo se ha considerado que la necesidad de satisfacer la autoestima hace que el individuo logre sentirse más seguro de sí y por el contrario al no poder tener un reconocimiento de sus logros y sacrificios pueden generarle sentimientos de inferioridad llevándolo a sentirse menos que los demás. Por otra parte, Ribeiro (2006), citado en Uribe (2012), se refiere a la autoestima como la capacidad de reconocer la valoración que se tiene de uno mismo y de qué forma esta valoración la da un equilibrio la cual le ayuda a estimular y desarrollar sus habilidades, es así que esta valoración que tiene el sujeto de sí mismo lo puede ayudar a comportarse en ciertos aspectos de su vida.

2.3.2 Bases de la autoestima.

Castillo (2015), citado en su investigación por Luque y Arango (2017), realizan un estudio sobre la autoestima, mencionando que es la fabricación psicológica de elementos que favorecerán en la formación de la autoestima, esta investigación se remonta a un estudio que realizó el psicólogo William James a finales del siglo XIX en la obra “Los Principios de la Psicología”, en esta investigación se estudia la evolución de nuestro “Yo” global en un “Yo” conocedor y en un “Yo” conocido, de esta forma se desarrolla un perfil de la autoestima, y a su vez nos da a conocer de qué manera somos conscientes ya

sea en un grado alto o bajo, de ahí que nace la autoestima. A mediados del siglo XX, la psicología fenomenológica y la psicoterapia humanista hacen que la autoestima cobre gran importancia y llegue a tomar un espacio primordial en estas ciencias, se habla también de la teoría de Abraham Maslow, citado en Inca (2017), la cual forma parte de la psicología humanista, según esta teoría de Abraham Maslow (1985), se hace referencia a la autoestima como la secuencia de obligaciones que se encuentran estructuradas, es decir, que la autoestima está dividida en una estructura de pirámide ubicando a la autoestima en la parte superior de las necesidades básicas de todas las personas.

Coopersmith (1967), Alcántara (1993), Branden (1995), Rossemberg y Colarte, concordaron en que el factor de satisfacción personal ayuda a la persona de manera positiva y que un tratamiento psicoterapéutico permitirán entender las causas o factores que influyen en los individuos para que se sientan inseguros de sí mismos, desmotivados e incompetentes de desempeñar roles o tareas en su vida; estos autores mencionan que la autoestima es esencial y básica para la vida de una persona, puesto que va significar un factor elemental en su estabilidad emocional, cognitiva y práctica en sucesión a su desarrollo personal.

2.3.3 Componentes de la autoestima

Alcántara (1993), citado en Gallardo (2018), menciona a la autoestima como un componente que está fragmentado en tres formas como: cognitivo, afectivo y conductual.

2.3.3.1 Componente cognitivo

Es la visión y concepto que se tiene de uno mismo, es decir, que esta guarda relación con la personalidad propia del sujeto y su comportamiento.

2.3.3.2 Componente afectivo o emocional

Son todos aquellos sentimientos que están relacionados de alguna manera hacia uno mismo, este componente se puede visualizar de forma positiva o negativa en la persona y está unido a sentimientos de aceptación favorable o desfavorable según su estado emocional. En cuanto a este componente se sabe que las emociones son todos esos sentimientos buenos que tiene la persona y que estos lo ayudan a satisfacer sus deseos y necesidades que forman parte de su vida.

2.3.3.3 Componente conductual

Hace referencia a diversas cualidades que posee una persona entre estas están: la fuerza, la voluntad, la determinación para relacionarse correctamente con su entorno, todo esto llevado a la práctica determinaran un comportamiento adecuado y promoverá una conducta positiva y racional.

2.3.4 Características de la autoestima según Basadre

Según Basadre (1999), citado por Calderón (2014). Manifiesta que la autoestima está caracterizada de distintas formas, clasificándolas, como autoestima alta y autoestima baja.

2.3.4.1 Autoestima Alta

Las personas que tienen una autoestima alta, se definen por presentar características singulares como ser colaboradoras, amorosas, emocionalmente estables, llevan una vida ordenada con objetivos trazados y tienen un alto sentido de confiar en sí mismos, se trazan metas y objetivos para desarrollar

sus habilidades no se frustran ante problemas que se les presente, toman las críticas como consejos y esto fortalece sus deseos de mejorar en sus actividades, son optimistas, observadores, son capaces de manejar situaciones de cambios, y se muestran orgullosos de sí mismos.

2.3.4.2 Autoestima Baja

Se considera que, si un individuo presenta una autoestima baja, esta se va a caracterizar por distintos factores y se va a hacer perceptible en el sujeto manifestando diversas actitudes o pensamiento como no confiar en sus ideas, carecer de confianza para empezar retos, mostrar poca o nula curiosidad o interés para realizar cosas nuevas. Prefieren no participar o cancelar actividades, se muestran aislados de su entorno, se definen en términos negativos como (no puedo hacerlo porque soy inútil, no sirvo para nada, mi cuerpo es feo, etc.) no se sienten orgullosos de sus logros y de su trabajo y finalmente no les gusta ser perseverantes ante las frustraciones.

2.3.5 Características de la autoestima según Calero

Según Calero (2000), menciona que la autoestima tiene ciertas características y que estas son claves para la formación de la personalidad de una persona, entre ellas están:

2.3.5.1 La autoestima es Aprendida

Es la forma en que una persona se relaciona con su entorno y de esta manera va adoptando y adquiriendo conductas que son manifestadas con sus allegados, esta característica de autoestima va a promover la buena o mala relación que pueda tener el sujeto con su entorno. La relación que establezca una persona con los demás fortalecerá o debilitará su autoestima según la adquisición de patrones de conducta que haya tenido en su vida.

2.3.5.2 La autoestima es generalizada

Se dice que es generalizada porque el actuar del sujeto se manifestara en todas sus etapas de la vida y desarrollo. Si cumple con las tareas asignados esta autoestima se verá efectiva o desfavorable, es decir, la autoestima va a estar reflejada según la persona lo manifieste en el desempeño de sus actividades como trabajo, familia, sociedad, y proyectos de vida que vaya desarrollando.

2.3.5.3 La autoestima es estable

Se sabe que estable cuando las emociones no son cambiantes, es decir, que está de manera fija, pero no obstante no quita que se pueda modificar de manera paulatina a través de un proceso de cambios que permitirán modificar ciertos aspectos de percepción sobre sí mismo.

2.3.5.4 La autoestima es de carácter social

Las personas a través de la interrelación con nuestro contexto o entorno social necesitamos establecer lazos de afinidad y mostrar nuestro carácter en sociedad o grupo que nos rodea, para que la autoestima se vaya formando de manera positiva y podamos llegar a tener una valoración de nosotros mismos debemos estar en constante relación con nuestros grupos de amistades o trabajo creando un concepto positivo ante los demás.

2.3.5.5 La autoestima es integrativa

La autoestima es integrativa porque se van a integrar distintas capacidades como, la eficiencia, los sentimientos y los comportamientos. y es dinámica ya que mediante la interrelación con los individuos sobre sus experiencias vividas en cada etapa de su vida va formando una autoestima favorable o desfavorable.

2.3.6 Importancia de la Autoestima.

Condiciona el aprendizaje. En estudiantes que poseen una autoimagen positiva de sí mismo, se hallan en mejor disposición para aprender también facilita la superación de las dificultades personales. La persona con la autoestima alta se siente con la capacidad de enfrentar fracasos y problemas que se le presentan en el recorrido de su vida. Apoya la creatividad del sujeto este es capaz de desarrollar o crear algo ya que confía en sí mismo lo ayuda a determinar su autonomía personal esto quiere decir que si la persona tiene confianza en sí misma, podrá tomar sus propias decisiones sin verse afectada por lo que digan los demás y finalmente posibilita una relación social saludable la persona que se siente segura de sí misma y no manifiesta temores de socializar, puede relacionarse mejor.

2.3.7 Elementos que forman la Autoestima según Branden

Según Branden (2001), citado en su investigación por Inca (2017), menciona distintos conceptos que forman la autoestima, entre ellos se considera a la autoimagen, autovaloración y autoconfianza como esenciales para poder comprender la autoestima.

2.3.7.1 Autoimagen

Es la percepción que tiene el sujeto de sí mismo y de su forma peculiar de comportarse ante otras personas, se percibe de forma consciente como sus habilidades lo ayudan a tener un manejo apropiado de su entorno y de el mismo.

2.3.7.2 Autovaloración

Viene a ser el aprecio que una persona se tiene de manera personal y como esta puede ser imprescindible para la sociedad. Reconoce el valor que tiene cada persona y que tiene esta, para que pueda proyectar una buena imagen sin deteriorarla o afectarla. A diferencia de una persona que no se sienta valorada, la autoimagen se verá afectada e influirá de manera negativa en su comportamiento.

2.3.7.3 Autoconfianza

Radica en la forma de apreciarse y ser capaz de desarrollar diversas actividades de forma eficiente, es decir, cada individuo logra sentirse confiado y en el momento de afrontar situaciones adversas, logra salir a flote de una situación adversa.

2.3.8 Dimensiones de la autoestima según Coopersmith

Coopersmith (1996), citado en Bereche y Osoreo (2015), confirman que una persona puede manifestar de distintas maneras sus estímulos esto va a depender de como los percibe en su ambiente.

2.3.8.1 Autoestima personal

Esta se basa en la aceptación que el sujeto continuamente sostiene sobre sí mismo, con referencia a sí mismo, reconoce, sus virtudes personales, posibilidades de realizar o emprender trabajos o tareas, sentirse productivos e importantes, generando un juicio personal adecuado y positivo en la persona.

2.3.8.2 Autoestima en el área académica

Está basada en la tasación que el sujeto se realiza constantemente sobre su persona, para desarrollar tareas académicas considerando sus habilidades, productividad y talento para realizarlas.

2.3.8.3 Autoestima en el área familiar

La autoestima en el área familiar es muy importante ya que el individuo constantemente se cuestiona sobre sí misma en contacto con otras personas o miembros de su familia, su destreza, habilidades hacen que su productividad tenga importancia para él y su grupo familiar y este a su vez va formando una autoestima de forma positiva.

2.3.8.4 Autoestima en el área social

Consiste en la valoración que la persona usualmente mantiene sobre sí misma, en vinculación con las relaciones interpersonales en el ámbito social, considerando su destreza, productividad, importancia y dignidad, generando un juicio personal.

2.3.9 Niveles de Autoestima según Coopersmith

Según Coopersmith (1981), citado en Gallardo (2018), refieren que la autoestima se está clasificada en los siguientes niveles:

2.3.9.1 Autoestima alto

Las personas que tengan un nivel alto se van a caracterizar por tener distintas cualidades como ser afectivos, amigueros, sociables y líderes de grupos, estas cualidades los ayudaran a enfrentar situaciones incómodas las cuales podrán ser manejadas y realizadas sin ningún problema o dificultad, ya que pondrán a prueba sus destrezas, habilidades y metas en el transcurso de su vida, asimismo, la persona maneja de manera equilibrada su estado de autoconcepto, que les permite confiar en sus capacidades, aceptan y toleran sus debilidades, y se esfuerzan por obtener más logros y tienen esperanzas altas sobre su futuro.

2.3.9.2 Autoestima medio

Los individuos desarrollan ciertas características semejantes con las personas que presentan una autoestima alta, es decir, en algunas situaciones presentan comportamientos inapropiados que generan conflictos en su autopercepción y en su autoconcepto, aunque en mayor ocasiones su comportamiento son apropiados, se muestran pacientes, enérgicos y tienen la capacidad de reconocer sus propios defectos o errores, pero presentan inseguridad al momento de actuar y tomar decisiones en las diversas etapas de su vida.

2.3.9.3 Autoestima bajo

Los individuos que muestran una autoestima baja se caracterizan por: mostrarse aislados, con un estado de ánimo deprimente, con baja habilidad de afrontar situaciones adversas que se le presente en la vida, se muestran sensibles y atemorizados ante cualquier crítica de los demás, además generan problemas en sus relaciones interpersonales e intrapersonal, presentan muchas dificultades en cuanto al reconocimiento de sus cualidades, por lo cual observan continuamente en los trabajos de los demás y desvalorizan sus capacidades que tienen como persona.

2.3.10 Niveles del Autoestima según Rosenberg

Según Rosenberg (1973), cita en Morales (2017), Hace referencia a la autoestima como un factor importante en el desarrollo de una persona y que al ser importante esta se divide en 3 niveles: la primera es la autoestima alta, la segunda es autoestima media y la tercera es la autoestima baja.

2.3.10.1 Alta autoestima

La persona se va a caracterizar por tener un manejo apropiado de sus emociones y es capaz de manejar o sobrellevar situaciones adversas o de complejidad, se autoanaliza y se ve como un sujeto bueno, con habilidades y capacidades para realizar trabajos, se acepta tal y como es y a la par va aceptando sus fortalezas y debilidades como persona, a estas características se le considerada como una autoestima normal.

2.3.10.2 Mediana autoestima

El sujeto se va a caracterizar porque no es capaz de aceptarse a sí mismo plenamente, esto no implica que tenga problemas en su autoestima, sin embargo, la persona que tiene la autoestima media cambia o varía su percepción y valoración de sí misma dependiendo de muchos factores, pero, sobre todo, de la opinión de su entorno.

2.3.10.3 Baja autoestima

Se caracteriza porque la persona se siente inferior a los demás, siente desprecio hacia sí mismo, es decir no se acepta tal y como es, no es capaz de manejar situaciones adversas, no se traza metas ni objetivos, considera sus errores como fracasos y no los ve como una oportunidad para aprender, no le gusta probar cosas nuevas o tener retos en su vida, se tienen cuenta que las dificultades de una autoestima baja son significativas y por ende esta afectara a la persona.

III METODOLOGIA

3.1 Diseño de Investigación

3.1.1 Tipo de Investigación

Observacional: El estudio de investigación implica observar el comportamiento de un sujeto sin influir sobre el de ninguna manera. (Supo 2014)

Prospectivo: La recolección de datos nos permitirá seguir una línea de investigación y esta servirá como un control de sesgo de medición. (Supo 2014)

Transversal: Las variables que se estudian en la investigación solo pueden ser medidas una sola vez para luego realizar comparaciones ya que se trata de toma de muestras independientes. (Supo 2014).

Analítico: Supo (2014) “*El análisis estadístico por lo menos de bivariado, porque plantea y pone a prueba hipótesis, su nivel más básico establece la asociación entre factores*” (p 1).

3.1.2 Nivel de la Investigación

Relacional: Los estudios de investigación son bivariados, es decir, que el estudio de investigación es de dos variables y esto solo nos va a interesar para saber la relación que hay entre estas variables. (Supo 2014).

3.1.3 Diseño de la Investigación

Epidemiológica: Según Supo “Se originaron en el campo de las Ciencias de la Salud, inicialmente planteado el estudio de los eventos adversos a la salud en poblaciones humanas”. *Supo (2014, p.2).*

3.2 Población y Muestra

Población: La población estuvo conformada por 120 estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho, todos ellos entre edades de 12 a 17 años. Por lo cual se consideran los siguientes criterios:

Criterios de Inclusión:

- a) Estudiantes que pertenezcan a la misma institución educativa.
- b) Estudiantes que deseen participar en el proyecto de investigación.
- c) Estudiantes que se encuentren en el mismo grado de educación.
- d) Estudiantes de ambos sexos (varones y mujeres)
- e) Estudiantes extranjeros que pertenezcan al mismo grado de educación y colegio.

Criterios de exclusión:

- a) Estudiantes que no pertenezcan a la institución educativa.
- b) Estudiantes que tengan problemas de discapacidad mental o significativa que les evite realizar las pruebas.
- c) Estudiantes que no sean del tercero o cuarto de secundaria.
- d) Estudiantes que no deseen participar de forma voluntaria en la investigación.
- e) Estudiantes que se encuentren trabajando o no asistan a clases.

3.2.1 Muestra:

Muestra Probabilística

$$n = \frac{k^2 * p * q * N}{(e^2 * (N-1)) + k^2 * p * q}$$

$$N = 120$$

$$k = 1.96$$

$$e = 5$$

$$p = 0.5$$

$$q = 0.5$$

$$n = 92$$

La muestra está definida con 92 estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de la institución pública San Ramón del distrito de Carmen Alto, provincia de Huamanga-Ayacucho.

3.3 Definición y Operacionalización de Variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES (ÍTEMS)	INSTRUMENTO, MEDIDA, VALORES, NIVELES
1° Variable: Bienestar Psicológico	El bienestar psicológico es la capacidad de establecer buenos vínculos, como el control sobre su entorno, tener proyectos y una autoaceptación de sí mismo, todo esto se va evaluándose a través de los efectos positivos y negativos de satisfacción Casullo (2002)	Las respuestas al Bienestar Psicológico serán medidas con la Escala de BIEPS para adolescentes y jóvenes creado por Casullo (2002)	Control	1,5,10 y 13	Instrumento: Escala de BIEPS Medida: Ordinal Valores: <ul style="list-style-type: none">• Nivel Bajo menor a 25 se encuentran insatisfechos en varias áreas de su vida.• Nivel Medio mayor a 33 a 38 satisfechos con algunas partes de su vida• Nivel Alto igual a 39 totalmente satisfechos en todas las áreas de su vida.
			Vínculos	2,8 y 11	
			Proyectos	3,6 y 12	
			Aceptación	4,7 y 9	
2° Variable: Autoestima	Rossemberg (1996) “Señala que la autoestima es un sentimiento de aprecio positivo o negativo hacia uno mismo, la autoestima tiene una base afectiva y cognitiva en cada persona y esto hará que se cuestione así mismo”.	Respuesta al nivel de Autoestima serán medidas con la escala de autoestima de Rosenberg.	AUTOESTIMA	Ítems: 1, 2, 4, 6, 7	Instrumento: Escala de Autoestima de Rosenberg Medida: Ordinal Valores: *Nivel Elevada 30-40 Autoestima normal *Nivel Media 26-29 No presenta problemas en su autoestima, pero es necesario mejorarla. *Nivel Baja <26 Problemas significativos de autoestima.
			Positiva	Ítems: 3, 5, 8, 9, 10	
			Negativa		

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.4.1 Técnicas

La técnica empleada en la presente investigación fue la Técnica Psicométrica según Supo (2014), son todos aquellos estudios realizados por investigadores de la conducta humana, los cuales pueden ser aplicados en distintos ámbitos de conocimiento, esto no quiere decir que el investigador necesariamente tenga que pertenecer a la línea de estudio que está realizando, ya que estos instrumentos pueden ser autoadministrados.

3.4.2 Instrumentos

Los instrumentos empleados en esta presente investigación son cuestionarios referidos a test especializados a medir el bienestar psicológico y nivel de autoestima, que se ajustan a los objetivos de la presente investigación como a las hipótesis y variables de estudio; también se empleó el programa de SPSS y Excel para poder realizar las tablas la correlación entre estas 2 variables. Los instrumentos empleados en esta investigación son:

3.4.2.1 Escala de Bienestar Psicológico de BIEPS-J

Para poder medir el bienestar psicológico del grupo de estudio se empleó la “Escala psicométrica de BIEPS-J” (Jóvenes Adolescentes) de María Casullo y colaboradores en el (2002). La escala de BIEPS-J está compuesta de 13 ítems que van a evaluar el bienestar psicológico del grupo de estudio, desde una perspectiva multidimensional. Consta de tres opciones de respuesta. En desacuerdo (vale 1 punto) Ni de acuerdo ni en desacuerdo (vale 2 puntos) De acuerdo (vale 3 puntos).

Esta escala tiene todos sus ítems de forma directa, donde cada respuesta tiene un puntaje asignado, dando como resultado un puntaje global, según las respuestas obtenidas a través de la escala y esta no admite respuesta en blanco.

Validación y confiabilidad: La escala ha sido validada en Argentina en población adulta por Casullo (2002). “La escala de BIEPS-J está compuesta por cuatro factores que explican el 53% de varianza de las puntuaciones, los factores encontrados en el análisis son: proyectos, vínculos, autonomía y control de situaciones que se encontraba encubierto con la aceptación de sí mismo, todo esto configuran a un solo factor. La confiabilidad total de la escala en esta investigación fue de 0,817, se puede decir que la fiabilidad de esta prueba es alta y aceptable.

3.4.2.2 Escala de Autoestima de Rosenberg

Para poder determinar el nivel de autoestima del grupo de estudio se empleó la prueba de Autoestima estandarizado de Rosenberg, el cual está constituido por diez ítems, cinco están constituidos de manera positiva y los otros cinco están de forma negativa que servirán para conocer su nivel de autoestima y como se auto consideran así mismos.

En las puntuaciones de los ítems, del 1 al 5 las respuestas de A- D están puntuadas de 4 a 1 y del 6 al 10 las respuestas A-D también se puntúan de 1 a 4.

- a) Se considera Autoestima baja cuando la puntuación es menos de 26 esto quiere decir que la persona tiene problemas significativos en su autoestima.
- b) Se considera Autoestima media cuando la puntuación es de 26 a 29 puntos, se determina que la persona no tiene problemas con su autoestima, pero se recomienda mejorarla.
- c) Se considera Autoestima elevada cuando la puntuación es de 30 a 40 la persona no presenta ningún problema en su autoestima y se considera normal.

Validación y confiabilidad: La escala ha sido traducida y validada en castellano. La fiabilidad es de 0,790.

3.5 Plan de Análisis

De acuerdo con el plan de análisis, se coordinó previamente con la directora encargada de la institución educativa y docentes del 3°, 4° y 5° grado de nivel secundario para realizar el recojo de datos, así mismo se estableció el horario y los días que se iban a aplicar las pruebas e instrumentos a utilizar en la recolección de datos para la investigación.

Después de la recolección de datos, se empleará un análisis estadístico, el cual será representado por gráfico y tablas que serán ingresado al programa de Excel. Para el proceso de datos se va a emplear usar el programa SPSS y el método de Chi cuadrado de Independencia, La prueba de independencia del (chi-cuadrado) contrasta la hipótesis de que las variables son independientes, frente a la hipótesis alternativa de que una variable se distribuye de modo diferente para diversos niveles de la otra,

3.6 Matriz de Consistencia

Título: Bienestar Psicológico y nivel de Autoestima en estudiantes de una institución pública de Ayacucho- 2021.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación del Bienestar psicológico y el nivel de autoestima en los estudiantes de 3° y 4° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021?	<p>Objetivo general</p> <p>* Determinar cuál es la relación entre bienestar psicológico y nivel de autoestima en estudiantes de 3° y 4° de secundaria de una institución educativa pública de Ayacucho, 2021.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>*Determinar el bienestar psicológico de los estudiantes de 3° y 4° de secundaria en etapa escolar de una institución educativa pública de Ayacucho, 2021.</p> <p>*Identificar el nivel de autoestima en los estudiantes de 3° y 4° de secundaria en etapa escolar de una institución educativa pública de Ayacucho, 2021.</p> <p>*Determinar el rango de edad en los estudiantes de 3° y 4° de secundaria en etapa escolar de una institución educativa pública de Ayacucho, 2021.</p> <p>*Determinar la prevalencia de género en los estudiantes de 3° y 4° de secundaria en etapa escolar de una institución educativa pública de Ayacucho, 2021.</p>	<p>Hipótesis Nula (Ho) = No existe relación entre el Bienestar Psicológico y el Autoestima en los estudiantes de 3° de secundaria en etapa escolar de una institución educativa pública de Ayacucho, 2021.</p> <p>Hipótesis alterna (Ha) = Existe relación entre las variables del el Bienestar Psicológico y el Autoestima en los estudiantes de 3° de secundaria en etapa escolar de una institución educativa pública de Ayacucho, 2021.</p>	<p>VARIABLE 1:</p> <p>Bienestar Psicológico</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Control</p> <p>Vínculos</p> <p>Proyectos</p> <p>Aceptación</p> <p>VARIABLE 2:</p> <p>Nivel de Autoestima</p> <p>Niveles:</p> <p>Autoestima baja</p> <p>Autoestima media</p> <p>Autoestima alta</p>	<p>El bienestar psicológico es la capacidad de establecer buenos vínculos, como el control sobre su entorno, tener proyectos y una autoaceptación de sí mismo, todo esto se va evaluándose a través de los efectos positivos y negativos de satisfacción Casullo (2002)</p> <p>Rossemberg (1996) “Señala que la autoestima es un sentimiento de aprecio positivo o negativo hacia uno mismo, la autoestima tiene una base afectiva y cognitiva en cada persona y esto hará que se cuestione así mismo”.</p>	<p>Tipo de investigación:</p> <p>*Observacional</p> <p>*Prospectivo</p> <p>*Transversal</p> <p>*Analítico</p> <p>Nivel de investigación:</p> <p>*Relacional</p> <p>Diseño de la investigación:</p> <p>*Epidemiológico</p> <p>Población:</p> <p>120 estudiantes de 3° y 4° de secundaria de una institución pública de Ayacucho.</p> <p>Muestra: Probabilística de 92 estudiantes.</p>

3.7 Principios éticos

Los parámetros y procedimientos que se utilizaron en el desarrollo del estudio de investigación no atentaron contra la dignidad de cada estudiante. Los objetivos y resultados son de forma transparente y accesibles a la comisión de ética y supervisión del ente de la comunidad científica. En el Código de Ética del Colegio de Psicólogos del Perú, se menciona en el capítulo XI y artículos del 81 al 85, que las actividades realizadas en una investigación profesional de psicología deben de tener en cuenta los siguientes puntos:

Respeto a la persona: Según Belmont Report, considera que el respeto a la persona es dejar que el grupo de participantes tengan el derecho a decidir de forma voluntaria si desean participar o no en el estudio de investigación, sin correr riesgos de ser expuestos o que se tomen represalias hacia ellos. Además, la persona tiene el derecho a ser informado sobre la investigación y de decidir voluntariamente si desea participar en la investigación, esto implicara que el investigador tenga que explicar detalladamente en que consiste el estudio y los pro y contras de la investigación.

El consentimiento informado: Trata de que las personas que van a participar en la investigación deben de estar correctamente informados sobre las actividades y objetivos que se desean alcanzar en la investigación y de este modo ellos deberán elegir si desean ser parte del estudio de investigación para dar su consentimiento y del mismo modo deberán realizar las pruebas asignadas según corresponda al estudio previo consentimiento.

IV RESULTADOS

4.1 Resultados

Tabla 1 Dicotomización de las variables psicológicas de Bienestar psicológico y autoestima

			DICOTOMIZACIÓN DE AUTOESTIMA		Total
			bajo	otros	
DICOTOMIZACIÓN DE BIENESTAR PSICOLÓGICO	BAJO	Recuento	21	12	33
		% del total	22,8%	13,0%	35,9%
	OTROS	Recuento	2	57	59
		% del total	2,2%	62,0%	64,1%
		Recuento	23	69	92
Total		% del total	25,0%	75,0%	100,0%

Fuente: Escala de Bienestar psicológico BIEPS-J de Casullo y escala de Autoestima de Rosenberg.

Tabla 2 Correlación de las variables psicológicas de Bienestar psicológica y

Pruebas de chi-cuadrado					
	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)	Sig. exacta (bilateral)	Sig. exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	40,968 ^a	1	,000		
Corrección por continuidad ^b	37,817	1	,000		
Razón de verosimilitudes	42,739	1	,000		
Estadístico exacto de Fisher				,000	,000
Asociación lineal por lineal	40,522	1	,000		
N de casos válidos	92				

a. 0 casillas (.0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es 8.25.

b. Calculado sólo para una tabla de 2x2.

Fuente: Escala de Bienestar psicológico BIEPS-J de Casullo y escala de Autoestima de Rosenberg.

Interpretación: Según la tabla 2, se puede observar que el P Valor = (0,000)

siendo menor a 0.05. Por lo tanto, se rechaza la (H₀) y se acepta (H_a), el

coeficiente de correlación es 40,968, se concluye que si existe relación entre

el bienestar psicológico y nivel de autoestima entre los estudiantes de 3°, 4° y

5° de secundaria de una institución Pública de Ayacucho 2021.

Tabla 3 Nivel de Bienestar psicológico en los estudiantes de 3° 4° y 5° de secundaria del colegio San Ramón de Ayacucho 2021

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
ALTO	12	13,0	13,0	13,0
BAJO	28	30,4	30,4	43,5
MEDIO	52	56,5	56,5	100,0
Total	92	100,0	100,0	

Fuente: Escala de Bienestar psicológico BIEPS-J de Casullo y escala de Autoestima de Rosenberg.

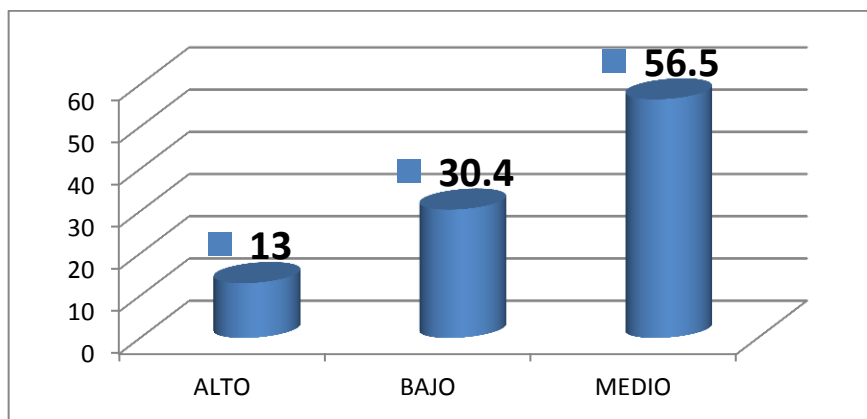


Figura 1 Gráfico del nivel del bienestar psicológico en los estudiantes de 3°4°y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021.

Interpretación: De acuerdo con la tabla 3 y el primer gráfico, se observa que el 13% (12 estudiantes) tienen un bienestar psicológico alto, así mismo el 30.4% (28 estudiantes) tienen un bienestar psicológico bajo y por último el 56.5% (52 estudiantes) obtuvieron un nivel medio de bienestar psicológico, se concluye que el 56.5% de la población estudiada pertenecen a un nivel medio de B.P.

Tabla 4 Nivel de Autoestima

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos ALTO	34	37,0	37,0	37,0
BAJO	23	25,0	25,0	62,0
MEDIO	35	38,0	38,0	100,0
Total	92	100,0	100,0	

Fuente: Escala de Autoestima de Rosenberg.

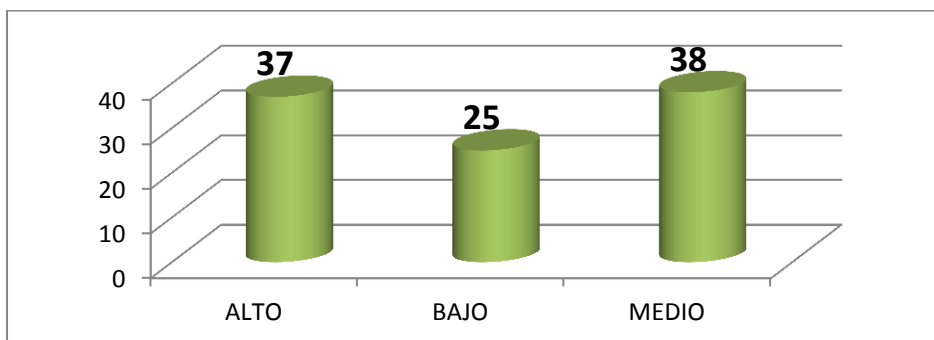


Figura 2 Gráfico del nivel de Autoestima en los estudiantes de 3°4°y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021.

Interpretación: De acuerdo con la tabla 4 y el segundo gráfico, el 25% (23 estudiantes) tienen un nivel bajo de autoestima, el 37% (34 estudiantes) obtuvieron un nivel alto de autoestima y el 38% (35 estudiantes) resultaron tener un nivel medio de autoestima; se concluye que el 38% de la muestra estudiada obtuvo el mayor índice en autoestima media.

Tabla 5 Rango de edades en el grupo de investigación

		Edad			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	12	1	1,1	1,1	1,1
	13	15	16,3	16,3	17,4
	14	18	19,6	19,6	37,0
	15	4	4,3	4,3	41,3
	16	40	43,5	43,5	84,8
	17	14	15,2	15,2	100,0
Total		92	100,0	100,0	

Fuente: Bienestar psicológico BIEPS-J de Casullo y nivel de Autoestima de Rosenberg



Figura 3 Gráfico Prevalencia de rango de edades en los estudiantes de 3°4°y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021.

Interpretación: De acuerdo con la tabla 5 y el tercer gráfico, de 92 estudiantes 3°, 4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021, que representan al 100% de evaluados el mayor porcentaje es de 43,5% que equivale a 40 estudiantes de 16 años y el menor es del 1,1% equivale a 1 estudiante de 12 años, la prevalencia de edad en el grupo de investigación fue de 16 años.

Tabla 6 Prevalencia de sexo en el grupo de estudio

		Sexo			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Femenino	64	69,6	69,6	69,6
	Masculino	28	30,4	30,4	100,0
	Total	92	100,0	100,0	

Fuente: Bienestar psicológico BIEPS-J de Casullo y nivel de Autoestima de Rosenberg

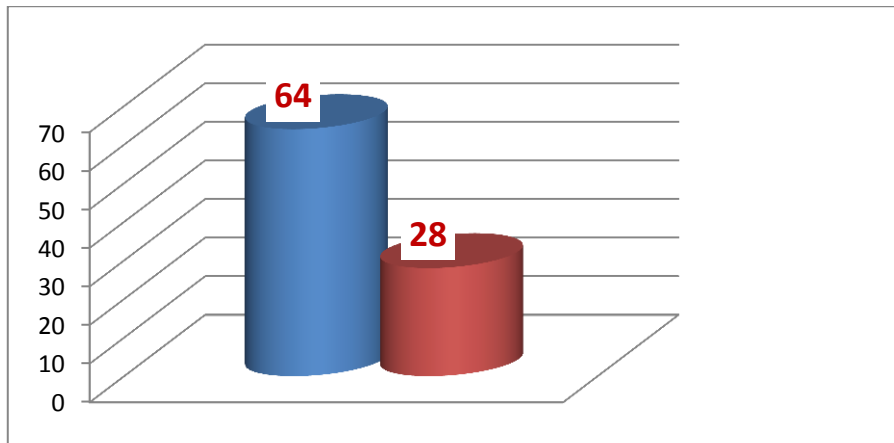


Figura 4 Gráfico de Prevalencia del sexo en los estudiantes de 3°4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021.

Interpretación: De acuerdo con la tabla 6 y el cuarto gráfico, de 92 estudiantes 3°, 4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021, que representan al 100% de evaluados la prevalencia en el grupo de estudio de investigación fue de 69,6% del sexo femenino.

4.2 Análisis de Resultado

De acuerdo con la evaluación realizada al grupo de investigación compuesta por 92 estudiantes de 3° 4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021, se trató de determinar si existía relación entre las variables de Bienestar psicológico y autoestima, para poder determinar este resultado se empleó 2 pruebas de entradas al grupo de estudio, estas pruebas fueron la escala de BIEPS-J de Casullo, y la escala de autoestima de Rosenberg. Los resultados obtenidos en estas pruebas corroboran que si existe relación entre estas variables mencionadas líneas arriba. El resultado de esta prueba fue de **0,000** siendo que $p < 0,05$ entonces se acepta que **SÍ** existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y el nivel de autoestima media, el coeficiente de correlación del Chi cuadrado de Pearson fue de 40,968 con lo que se concluye y se obtiene el objetivo principal de la investigación siendo el objetivo principal de la investigación el determinar si existía relación entre estas variables. Asimismo, Helguero (2017) realizo un estudio de investigación titulada, “Relación entre autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes del tercer grado de secundaria, su objetivo fue, determinar la relación entre el nivel de autoestima y el bienestar psicológico, su resultado fue que NO había relación entre la variable de autoestima y bienestar psicológica a diferencia de esta investigación que SI encuentra relación con estas variables, Helguero trabajo solo con estudiantes de 3° de secundaria y su muestra estuvo compuesta por 80 estudiantes para determinar la correlación de sus variables empleo la prueba Tau C de Kendall el diseño de su investigación corresponde a una investigación no experimental de tipo descriptiva correlacional a un nivel cuantitativo sus resultados fueron que el

60% de su grupo de investigación obtuvo un nivel alto de bienestar, en relación con las dimensiones de la variable bienestar psicológico, se ha encontrado que estas se ubican en nivel alto. Así, el control tiene el 76,3%; la aceptación el 71,3%; vínculo el 65.0% y proyecto con el 60%.

Los resultados de la presente investigación guardan relación y son comparadas por García y Soler (2019) donde realizaron un estudio de investigación titulada: “Bienestar Psicológico en adolescentes: Relaciones con Autoestima, Autoeficacia, Malestar Psicológico y Síntomas Depresivo. concluyen que, si existe una significativa relación entre el bienestar psicológico y las variables de autoestima, autoeficacia siendo estas 2 ultimas variables las que podrían determinar o afectar a su bienestar psicológico del adolescente. De igual forma Chambi (2018) realizo un estudio de investigación titulada “La influencia de la autoestima sobre el bienestar psicológico en estudiantes de educación superior técnica de Lima” el objetivo fue determinar la influencia del autoestima sobre el bienestar psicológico, encontrándose resultados altamente significativos con respecto al autoestima negativa y su influencia en el bienestar psicológico de la persona, Chambi considera que la autoestima negativa es la valoración negativa de sentimientos que tiene el sujeto así mismo y por ende este influye de modo significativo en su bienestar psicológico afectando al sujeto en su relación consigo mismo y su entorno.

Con respecto al nivel de bienestar psicológico en estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021, se encontraron resultados donde el 13% presenta un nivel alto del bienestar psicológico, esto quiere decir que estos adolescentes se perciben en un ambiente satisfactorio y agradable causándoles un bienestar altamente satisfactorio con su vida y a nivel psicológico, el 30.4% de estudiantes presento un nivel bajo de bienestar psicológico, esto nos hace saber que este porcentaje no se encuentra satisfecho consigo mismo y su entorno, percibiendo que le falta complementar su vida con distintos factores o incentivos a manera personal para que mejore su bienestar psicológico, por último el 56.5% presento un nivel medio de bienestar psicológico, esto quiere decir que no se sienten mal con su entorno pero que no están del todo satisfechos y que les falta optimizar o mejorar algunos campos de su vida, en esta línea de investigación Arriaga (2018) realizo un estudio de investigación sobre el “Bienestar Psicológico en jóvenes estudiantes del nivel Superior” que tuvo como objetivo conocer y comparar el bienestar psicológico con relación al sexo que pertenecen dando como resultado que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas con relación al sexo que pertenecen, da como sugerencias hacer estudios en grupos diferentes en relación al sexo, edad, nivel socioeconómico y características culturales así mismo propone desarrollar estudios cualitativos que den cuenta de los factores que potencializan al BP y como correlacionar otras variables psicológicas como autoestima, calidad de vida, resiliencia.

Sobre el nivel de autoestima en estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021. El 25% mostro un nivel bajo de autoestima esto quiere decir que se perciben de manera negativa no aceptándose tal cual son y esto les causa problemas a nivel personal y social, el 37% se muestra con un nivel alto de autoestima, esto nos hace ver que se perciben de manera positiva, se aceptan así mismos y son capaces de enfrentarse a retos y aprender de sus errores, llevándolos a ser mejores en lo que desean emprender, consiguen superar los retos que se plantean y si por algún motivo no consiguieran superar este reto no se desaniman y se alientan a superarse más de manera personal, esto los lleva a tener buenas relaciones interpersonales y satisfacción personal, por último el 38% mostro un nivel medio de autoestima, este grupo se auto percibe de manera positiva pero con algunas falencias ya sea en su aspecto físico, emocional o social los cuales son mínimos pero se deben de potenciar y mejorar.

Se pudo observar que el mayor porcentaje en edad es del 43,5% que equivale a 40 estudiantes de 16 años, en tal sentido son adolescentes que ya están por culminar su secundaria, también se halló en la muestra que la prevalencia de sexo es el femenino ya que obtuvo un porcentaje de 69,6% son del sexo femenino (64 estudiantes) y con un porcentaje menor fue el de sexo masculino con el 30,4% que equivale a (28 estudiantes), esto nos da a conocer que la mayor parte de la población estudiantil está conformada por mujeres.

V Conclusiones y Recomendaciones

5.1 Conclusiones

En el presente estudio de investigación se pudo encontrar que si existe relación entre bienestar psicológico y el nivel de autoestima en los estudiantes de 3°,4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021.

El bienestar psicológico en los estudiantes es del nivel medio con un 56,5% y un 38% de nivel medio en autoestima, con lo que se concluye que el nivel de autoestima influirá en el bienestar psicológico del sujeto.

Como variables descriptivas características de nuestro grupo de investigación encontramos que el mayor índice de los participantes de este estudio fue del 69,6% son del sexo femenino y que el mayor porcentaje en edad es del 43,5% que equivale a 40 estudiantes de 16 años, todos estos en etapa de la adolescencia y próximos a culminar sus estudios en el nivel secundario.

5.2 Recomendaciones

Se recomienda a la directora y docentes que la población de análisis (estudiantes) debe mejorar el nivel de autoestima esto a través de charlas informativas y educativas con el propósito de reforzar sus fortalezas y mejorar sus pensamientos negativos para transformarlos a respuestas positivas y racionales.

A la plana directiva y docente se recomienda que realicen talleres de salud mental para los estudiantes con el fin de fortalecer su personalidad y esto les ayude a tener buen rendimiento en el colegio y ser comunicativos en su entorno.

Realizar talleres informativos, actividades grupales con los padres de familia para mejorar su salud mental para que contribuya en el bienestar psicológico de sus hijos.

A los futuros investigadores se les recomienda trabajar con una muestra más amplia, esto ayudara a determinar que los resultados se puedan generalizar a otro grupo de estudio que tengan características similares.

A la directora de la Institución Educativa se le sugiere que realice eventualmente evaluaciones y talleres de salud mental, esto con el fin de poder fortalecer la estabilidad emocional de los docentes puesto que si ellos tienen o muestran una mala capacidad de manejar sus emociones o conflictos personales recaerá todo esto en la enseñanza de sus alumnos y por ende se verá afectada la población estudiantil.

VI REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arriaga, N. (2018). Bienestar psicológico En Jóvenes Estudiantes Del Nivel Superior. 92. <http://hdl.handle.net/20.500.11799/94984>
- Córdoba M. (2020). Autoestima, bienestar psicológico y satisfacción con la vida en personas mayores pertenecientes a dos grupos de la tercera edad del municipio de Dosquebradas 1 Dayana 1–51.
- Coopersmith, S. (2001). Autoestima Capítulo II. 24. http://132.248.9.195/ptd2008/agosto/0630645/0630645_A5.pdf
- Delgado, A., & Tejada, M. (2020). Bienestar psicologico en estudiantes universitarios latinoamericanos. Tesis, 53(9), 55.
- García. A, Soler,M & R. C. R. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes: relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos. Revista de Orientación Educativa, 33(63), 23–43.
- Flores, Y. T. (2019). Relación Entre Autoestima Y Habilidades Sociales En Los Trabajadores Del “Centro De Salud Socos”, Distrito De Socos, Provincia De Huamanga, Departamento De Ayacucho 2019. 1–105.
- Romero, J. C., & Palomar Lever, J. (2016). El Bienestar Psicológico: Una mirada desde Latinoamérica. In El Bienestar Psicológico: Una mirada desde Latinoamérica (Issue March). <https://doi.org/10.29410/qtp.16.09>
- Hernández, M., Vázquez V, C., & Torres, G. (2010). La medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes (VIA-Youth) : relación con clima familiar, psicopatología y bienestar psicológico.

- Gonzales, C. V. (2018). Facultad De Humanidades Escuela Profesional De Psicología. Filosofía, 86. LA AUTOESTIMA EN LA ETAPA DE LA ADOLESCENCIA | aprendescribiendo. (n.d.).
<https://aprendescribiendo.wordpress.com/2011/02/18/la-autoestima-en-la-etapa-de-la-adolescencia/>
- Martínez, M. (2016). Autoestima y adolescentes: consejos para aumentarla.
<https://cuidateplus.marca.com/familia/adolescencia/2016/05/14/autoestima-adolescentes-consejos-aumentarla-112751.html#:~:text=La importancia de la autoestima,lo contrario si es baja.&text=Una buena autoestima en el,profundas y estables”%2C apostilla.>
- Rudas, C. (2021). Redes sociales. *Lucerna Iuris et Investigatio*, 1, 99–110.
<https://doi.org/10.15381/lucerna.v0i1.20137>
- Salud, L. A. (1985). *CyT WEB* 1. 1–4.
- Sánchez, M. (2019). Bienestar psicologico en adolescentes de educacion secundaria de una Institucion Educativa De Cajamarca. *Tesis*, 53(9), 81.

VII ANEXOS

Anexo 01 Cronograma de actividades

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																	
N°	Actividades	Año 2021								Año 2021							
		Semestre I				Semestre II				Semestre I				Semestre II			
		Setiembre				Octubre				Noviembre				Diciembre			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaboración del Proyecto	x	x	x	x												
2	Revisión del proyecto por el Jurado de Investigación						x										
3	Aprobación del proyecto por el Jurado de Investigación							x									
4	Exposición del proyecto al Jurado de Investigación o Docente Tutor							x									
5	Mejora del marco teórico									x							
6	Redacción de la revisión de la literatura.										x						
7	Elaboración del consentimiento informado (*)									x							
8	Ejecución de la metodología												x				
9	Resultados de la investigación													x			
10	Conclusiones y recomendaciones													x			
11	Redacción del pre-informe de Investigación.													x			
12	Reacción del informe final														x		
13	Aprobación del informe final por el Jurado de Investigación														x		
14	Presentación de ponencia en eventos científicos															x	
15	Redacción de artículo científico																x

Anexo 2: Presupuesto

Presupuesto desembolsable (Estudiante)			
Categoría	Base	% o Número	To ta l (S /.)
Suministros (*)			
• Impresiones			
• Fotocopias			
• Empastado			
• Papel bond A-4 (500 hojas)			
• Lapiceros			
Servicios			
• Uso de Turnitin	50. 00	2	100. 00
Sub total			
Gastos de viaje			
• Pasajes para recolectar información			
Sub total			
Total de presupuesto de desembolsable			
Presupuesto no desembolsable (Universidad)			
Categoría	Base	% ó Número	To ta l (S /.)
Servicios			
• Uso de Internet (Laboratorio de Aprendizaje Digital - LAD)	30. 00	4	120. 00
• Búsqueda de información en base de datos	35. 00	2	70.0 0
• Soporte informático (Módulo de Investigación del ERP University - MOIC)	40. 00	4	160. 00
• Publicación de artículo en repositorio institucional	50.00	1	50.0 0
Sub total			400.

			00
Recurso humano			
• Asesoría personalizada (5 horas por semana)	63.00	4	252.00
Sub total			252.00
Total de no presupuesto desembolsable			652.00
Total (S/.)			652.00

Anexo 3 Formato de Solicitud para realizar el proyecto de investigación.



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Ayacucho, 11 de noviembre del 2021

Señora:

Prof. Nelly Mundana Huarancca

DIRECTORA DE LA I.E.P. "SAN RAMÓN"

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 estudiante **DIANA CRISTINA, FLORES TUPAYACHI** con código **N°3123130016**, se encuentra realizando la investigación de su proyecto titulado **"Bienestar Psicológico y Nivel de Autoestima en Estudiantes de Nivel Secundario de una Institución Pública, Ayacucho 2021"**, motivo por el cual se solicita a su persona brindar las facilidades del caso para aplicar el instrumento de recojo de información por vía virtual en los días 18 y 19 de noviembre del 2021, en la institución que Ud. dirige.*

A la espera de la atención a la presente y el permiso correspondiente quedo de Usted.

Atentamente,


UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE
FILIAL AYACUCHO
Pbro. Mg. Jesús Chuchón Vilca
COORDINADOR

Anexo 2 Escala De Bienestar Psicológico

Anexo 4

Anexo 4 ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

Escala de BIEPS-J (Cuestionario para medir el bienestar psicológico)
 UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES FACULTAD CIENCIA DE LA
 SALUD

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

Anexo 5 ESCALA DE AUTOESTIMA

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG. (Cuestionario para medir el nivel de autoestima). TEST ESTANDARIZADO DE ROSENBERG

INSTRUCCIONES: Marque con una (X) la respuesta que coincida con su criterio. Esta prueba tiene el objeto de evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más importante. **A.** Muy de acuerdo **B.** De acuerdo **C.** En desacuerdo **D.** Muy en desacuerdo

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

Anexo 6 FIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Variable de Bienestar Psicológico

Resumen del procesamiento de datos

	N	%
Válidos	92	100,0
Casos Excluidos ^a	0	,0
Total	92	100,0

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,817	13

Interpretación: La escala de BIEPS-J está compuesta de 13 ítems que van a evaluar el bienestar psicológico del grupo de estudio, ha sido validada en Argentina en población adulta por Casullo (2002). De acuerdo al estadígrafo de Alfa de Cronbach el resultado para esta prueba es de 0,817, lo que significa que el instrumento aplicado en el grupo de estudio tiene un nivel muy alto de fiabilidad en la variable de Bienestar Psicológico.

Variable de Autoestima

Resumen del procesamiento de datos

		N	%
Casos	Válidos	92	100,0
	Excluidos	0	,0
	Total	92	100,0

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,790	10

Interpretación: Se empleó la prueba de Autoestima estandarizado de Rosenberg, el cual está constituido por diez ítems, cinco están constituidos de manera positiva y los otros cinco están de forma negativa, la escala de Autoestima fue creada por Rosenberg en 1965, seguidamente fue traducida a la edición en castellano en (1973) y validada por Atienza, Moreno y Balaguer en el (2000) y adaptado por Oliva (2011), Para el estadígrafo de Alfa de Cronbach el resultado para esta prueba es de 0,790, lo que significa que el instrumento aplicado en el grupo de estudio tiene una buena confiabilidad en la variable de Autoestima de Rosenberg.