



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

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA, AYACUCHO, 2022**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTOR

**ATAUCUSI CHOQUECAHUA, YOLANDA
ORCID:0000-0002-6013-5412**

ASESOR

**VALLE RIOS, SERGIO ENRIQUE
ORCID:0000-0003-0878-6397**

**CHIMBOTE-PERÚ
2024**



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0100-121-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **13:20** horas del día **24** de **Junio** del **2024** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **PSICOLOGÍA**, conformado por:

MILLONES ALBA ERICA LUCY Presidente
ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN Miembro
VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA Miembro
Mgtr. VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, AYACUCHO, 2022**

Presentada Por :
(3123182549) **ATAUCUSI CHOQUECAHUA YOLANDA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **14**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Psicología**.

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

MILLONES ALBA ERICA LUCY
Presidente

ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN
Miembro

VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA
Miembro

Mgtr. VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, AYACUCHO, 2022 Del (de la) estudiante ATAUCUSI CHOQUECAHUA YOLANDA , asesorado por VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 4% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

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

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

Chimbote, 09 de Julio del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

A mis padres y familiares, por su amor, dedicación, comprensión y todo el sacrificio de todos estos años de estudio, a mi hermana Norma por su apoyo incondicional, por los ánimos que siempre supo brindarme cuando ya sentía rendirme y a las personas que han estado en este camino de sabiduría y aprendizaje, a todos ellos gracias infinitamente por su apoyo, lograr llegar hasta aquí es muy satisfactorio y haberme convertirme en la persona que soy hoy en día.

Agradecimiento

Agradezco infinitamente a mi asesor, quien con paciencia y predisposición guían mis procesos de la presente investigación. Y a mi persona que día a día lucha por progresar y vivir para servir en la carrera de lo apasiona.

Al Mg. Frank E. Orozco Córdova por el soporte y confianza hacia mi persona, en los momentos difíciles de mi vida. Gracias, por tanto.

Índice General

Dedicatoria	IV
Agradecimiento	V
Índice General	VI
Lista de Tablas	VIII
Lista de Figuras	VIII
Resumen.....	X
Abstract	XI
I. Planteamiento del Problema	1
II. Marco Teórico	4
2.1. Antecedentes.....	4
2.2. Bases Teóricas	7
2.3. Hipótesis	12
III. Metodología.....	13
3.1. Nivel, Tipo y Diseño de Investigación	13
3.2. Población y Muestra	13
3.3. Operacionalización de Variables	14
3.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos.....	16
3.5. Método de análisis de datos.....	17
3.6. Aspectos Éticos	18
IV. Resultados.....	20
V. Discusión	23
VI. Conclusiones.....	24
VII. Recomendaciones	25
Referencias Bibliográficas	26
Anexos	27
Anexo 01 Matriz de consistencia	27
Anexo 02 Instrumento de recolección de información	28
Anexo 03 Ficha técnica de los instrumentos.....	30
Anexo 04 Formato de Consentimiento informado y Asentimiento Informado ...	33
Anexo 05 Formato de Asentimiento Informado	34

Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información 35

Lista de Tablas

Tabla 1 Operacionalización de variable	15
Tabla 2 Variable Bienestar Psicológico.....	17
Tabla 3 Estadística de Fiabilidad de Bienestar Psicológico	17
Tabla 4 Variable Ansiedad.	18
Tabla 5 Estadística de Fiabilidad de la Ansiedad	18
Tabla 6 Relación entre Bienestar Psicológico y Ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022.....	20
Tabla 7 Nivel de Bienestar Psicológico en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho,2022.....	20
Tabla 8 Nivel de Ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022.	21
Tabla 9 Matriz de consistencia	27

Lista de Figuras

Figura 1 Nivel de Bienestar Psicológico en porcentajes.	21
Figura 2 Niveles de la Ansiedad en porcentajes.....	22

Resumen

La presente investigación tuvo por objetivo determinar la relación entre el Bienestar Psicológico y la Ansiedad en los adolescentes de una institución educativa en la ciudad de Ayacucho, en el año 2022. Para tal efecto se organizó un estudio de tipo cuantitativo, no experimental, descriptivo, transversal y correlacional, con una muestra de 57 estudiantes, quienes fueron seleccionados a través de un muestreo probabilístico aplicándoles dos instrumentos para la recolección de datos; estos fueron, la Escala de Bienestar Psicológico (SPWB) de Carol Ryff (1995), adaptado y validado por (Briones, 2019) y la Escala de Ansiedad de Zung, de Zung, W. (1984), adaptado y validado por (MINSA,2005). En relación a la variable de Bienestar Psicológico, predominó el 96% la presencia de niveles bajos, asimismo, el nivel medio con un 2 % de los estudiantes evaluados y el 2% con un nivel bajo. Por otro lado, en la variable de la ansiedad, se halló el 37% en niveles altos, el 63% en el nivel medio y no se hallaron niveles bajos. Concluyendo que, si existe una correlación significativa y de grado muy alto; es decir, que a presencia de la ansiedad en niveles altos y moderados tendrá una repercusión en el bienestar psicológico demostrados así, por sus niveles bajos.

Palabras clave: Adolescentes, Ansiedad y Bienestar Psicológico.

Abstract

The objective of this research was to determine the relationship between Psychological Well-being and Anxiety in adolescents of an educational institution in the city of Ayacucho, in the year 2022. For this purpose, a quantitative, non-experimental, descriptive study was organized. transversal and correlational, with a sample of 57 students, who were selected through probabilistic sampling applying two instruments for data collection; These were the Scale of Psychological Well-being (SPWB) by Carol Ryff (1995), adapted and validated by (Briones, 2019) and the Zung Anxiety Scale, by Zung, W. (1984), adapted and validated by (MINSAs, 2005). In relation to the Psychological Wellbeing variable, the presence of low levels predominated in 96%, likewise, the medium level with 2% of the students evaluated and 2% with a low level. On the other hand, in the anxiety variable, 37% were found at high levels, 63% at medium level and no low levels were found. Concluding that, if there is a significant and very high degree correlation; That is to say, the presence of anxiety at high and moderate levels will have an impact on psychological well-being, demonstrated by its low levels.

Keywords: Adolescents, Anxiety and Psychological Well-being.

I. Planteamiento del Problema

1.1. Descripción del problema

A nivel mundial percibimos que el bajo bienestar psicológico está relacionado con problemas de ansiedad y esto afecta mayoritariamente a los adolescentes, siendo más propensos a conductas de riesgo.

Según, (OMS, 2022) el primer año de la pandemia de Covid-19 predominó los casos de depresión y ansiedad, incrementado drásticamente con un 25% en todo el mundo, siendo este un riesgo y un problema global en la salud mental.

La pandemia Covid-19, fue una problemática global, con consecuencias en diversos ámbitos, estando en riesgo el bienestar psicológico y teniendo altos porcentajes de población vulnerable propensos a sufrir de ansiedad. En ese sentido, esta problemática influye de forma continua en las dimensiones de bienestar psicológico referidas por Ryff (2014), como el dominio del entorno y las relaciones con los otros. La emergencia sanitaria y el aislamiento originó que las relaciones y la socialización entre las personas se disipen, la tecnología tomó un rol primario como medio de comunicación e interacción entre las personas. La pandemia causó una crisis mundial en la salud mental por las reiteradas y extensas cuarentena que cada estado dispuso.

Por otro lado, (Torres, 2022) menciona que el bienestar psicológico y la ansiedad es originada por muchos factores entre ellos está el factor predisponente, que son variables genéticas, biológicas que todo individuo tiene y este es más propenso a desarrollar alteraciones de ansiedad si se ve expuesto a situaciones de peligro. Por ese motivo, la pandemia afectó sobre todo al grupo más vulnerable, que son los niños, niñas y adolescentes, creando una reacción inevitable.

Por consiguiente, los estudiantes están proclives a padecer de ansiedad y afectar su bienestar psicológico, reflejándose en el rendimiento académico y habilidades sociales, a raíz de la emergencia sanitaria ante el Covid-19 el año 2020, se ha ido incrementando. Por tal razón, los estudiantes tuvieron que tomar medidas a la cuales tenían que adaptarse. Acorde con (Rengifo, 2017) donde señala que, “es importante detectar oportunamente la ansiedad, ya que es una conducta adaptativa que puede interferir con el buen curso del desempeño escolar de los estudiantes”. Puesto que, la adolescencia es una etapa marcada donde presentan muchos cambios no solo físicos, sino emocionales, mentales y sociales.

Así como, Álvarez (2013) realizó un estudio en el cual, la ansiedad es la más común y cosmopolita de las emociones, sitúa un sentimiento de malestar desagradable, regularmente de causa desconocida para el paciente, el cual experimenta preocupación, inquietud, insatisfacción y curiosidad acompañada casi siempre, de un sentimiento calamidad o peligro. Este tiende a aturdir las funciones fisiológicas y a hallar expresión en síntomas somáticos, habitualmente los pacientes ansiosos muestran una expresión facial tensa y rígido, dedos sobrecogidos y lenguaje interrumpido.

En la ciudad de Ayacucho el Bienestar Psicológico es un factor que está presente y algunas veces ausente en la vida diaria de los estudiantes, es por ello, que los problemas que padecen dentro de la casa, su centro de estudios y su contexto social, influyen considerablemente en el desarrollo, actitud y comportamiento de los individuos.

En estos últimos años existen muchos grupos sociales que presenta rasgos de ansiedad, estrés, depresión y baja autoestima, estas condiciones de salud determinan un incremento de las probabilidades para desarrollar enfermedades mentales y afectar el bienestar psicológico. (MINSa, 2022)

1.2. Justificación

La presente investigación aportará información relevante para el sector educativo ya que muestra envergadura teórica que contribuirá a conocer los niveles de bienestar psicológico y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa en la ciudad de Ayacucho. Con motivo de aportar este valioso informe para futuras investigaciones, debido a los cambios que ha surgido en el aspecto del bienestar a causa de la pandemia por la Covid – 19.

De manera que, se puedan implementar estrategias en las instituciones educativas para poder prevenir los distintos problemas psicológicos que prevalecen en la actualidad, adquiriendo una salud mental saludable en los adolescentes mediante talleres, capacitaciones, orientaciones, que puedan ayudarlos a ser resilientes y manejar sus emociones ante cualquier adversidad.

Asimismo, el presente estudio tiene como propósito permitir mostrar las medidas preventivas y los cambios que se ha desarrollado para prevenir la ansiedad en los estudiantes y

de esta manera obtener un adecuado bienestar psicológico que se irá reflejando en el buen desempeño académico, relaciones familiares y sociales logrando mejorar su calidad de vida.

Del mismo modo, el estudio presenta aportes metodológicos ya que se manejó un método cuantitativo, correlacional que determinaron la relación entre el bienestar psicológico y ansiedad con la finalidad de que sean valorados en futuras investigaciones y con mayor población. Cabe resaltar que la población adolescente de la región de Ayacucho esta propensa a padecer problemas de salud mental, sobre todo los estudiantes que no tienen acceso a profesionales que logren prevenir estos riesgos.

Todo lo anteriormente expuesto nos permite conocer la situación actual de los adolescentes y la necesidad de plantearnos la siguiente pregunta de investigación.

1.3. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre Bienestar Psicológico y Ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022?

1.4. Objetivos de la investigación

Objetivo general

Determinar la relación entre Bienestar Psicológico y Ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022

Objetivos específicos

Describir el nivel de Bienestar Psicológico en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022.

Describir el nivel de la Ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022.

II. Marco Teórico

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Barragán (2022) en su investigación titulada “Bienestar Psicológico y Ansiedad de los Adolescentes de una Unidad Educativa de la Ciudad de Quito en contexto de Pandemia por COVID-19”, en Ecuador. Buscó describir los niveles de bienestar psicológico y la ansiedad en los adolescentes. La metodología cuantitativa, no experimental y transversal, la muestra conformada por 175 adolescentes. Concluyendo que, el 63.43% presentan bienestar psicológico de nivel bajo; mientras que, el 72.57% presentan un nivel leve de ansiedad. Indicando que la mayoría de los adolescentes presentan niveles de ansiedad leve, en las dimensiones: fisiológicas, inquietud y social.

Castanón (2018), en su tesis titulada “Bienestar Psicológico y Ansiedad”, en Guatemala, tuvo como objetivo identificar el nivel de bienestar psicológico y ansiedad que muestran los padres de niños sordos. Estudio de metodología cuantitativa, descriptiva y no experimental basados en una muestra de 45 padres. De esta manera concluyó que, el nivel bienestar psicológico en padres es alto con un 62% y el 42 % fueron identificados con un nivel medio de ansiedad. Finalmente, los padres en algún momento de su vida sintieron ansiedad pero están satisfechos con el trabajo que realizan por su hijos con esta discapacidad.

Álvarez (2014) en su artículo titulado “Relación del Bienestar Psicológico con los niveles de ansiedad: rasgo-estado en adolescentes” en la República de Cuba, tuvo como objetivo identificar la relación que existe entre el bienestar psicológico y los niveles de ansiedad rasgo-estado en los adolescentes. La metodología manejada fue descriptiva y correlacional, desarrollado con una muestra de 34 estudiantes. Concluyendo que, el 79.4% de los adolescentes están ubicados en el rango mayor de bienestar psicológico. Se comprobó la existencia de los niveles bajos, medio y altos de ansiedad rasgo-estado, predominando el nivel medio. Finalmente, se identificó que sí existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y la ansiedad estado del mismo modo con respecto a la ansiedad rasgo se pudo identificar una ligera inconsistencia.

2.1.3. Antecedentes Nacionales

Mori (2022) en su tesis titulada “Ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de colegios del distrito de Santa Anita, 2022” en la ciudad de Lima. Sostuvo como objetivo estudiar la relación entre el bienestar psicológico sus dimensiones y la ansiedad en adolescentes. La metodología de nivel descriptivo y correlacional. Con una muestra conformada por 233 estudiantes. Concluyendo que, existe una relación inversa y significativa entre el bienestar psicológico y ansiedad manifiesta, así mismo en las dimensiones de autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal, propósito de vida, relación positiva y autoaceptación; es decir, a menor ansiedad habrá mayor nivel de bienestar psicológico en los adolescentes del mismo modo un mejor desempeño en sus distintas dimensiones.

Salazar y Mendoza (2021), en su tesis titulada “Bienestar Psicológico y Ansiedad en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cajamarca, 2021”. Teniendo como objetivo identificar la relación entre el bienestar psicológico y la ansiedad. De metodología básica, cuantitativa, descriptiva, correlacional, transversal y no experimental, constituida por 180 adolescentes de ambos sexos. Obteniendo que, el 43% presentan un nivel bajo de bienestar psicológico, por otro lado se identificó que el nivel de ansiedad alto predomina con un 48%. También se identificó que con la variable de bienestar psicológico, la mayoría de los estudiantes de sexo masculino presentan con un nivel bajo, mientras que las mujeres presentan ansiedad de nivel alto. Concluyendo que, sí existe relación significativa entre ambas variables.

(Vasquez et al., 2022) en su estudio elaborada en la ciudad de Lima titulada “Relación entre Ansiedad y Bienestar Psicológico en adultos durante la pandemia por Covid-19”. Tuvo como objetivo identificar la relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico en adultos. La metodología fue correlacional y transversal. Concluyendo que existe una correlación negativa y estadísticamente significativa entre ambas variables; es decir, a mayores rasgos y caracteres ansiosos, menor será el nivel de bienestar psicológico.

Gutiérrez (2017) en su tesis titulada “Bienestar Psicológico y Ansiedad en estudiantes de una Universidad Nacional del Norte del Perú”, tuvo como objetivo determinar

la relación del bienestar psicológico y la ansiedad rango-estados. La metodología fue descriptiva y correlacional. Concluyendo que existe una correlación significativa negativa baja; es decir, que las variables están relacionadas inversamente.

2.1.4. Antecedentes Locales o Regionales

Arias (2021) en su tesis titulada “Bienestar Psicológico y Afrontamiento al Estrés en estudiantes de la Institución Educativa Luis Carranza Ayacucho, 2021” en la ciudad de Ayacucho. Sostuvo por objetivo relacionar las variables en mención. La metodología fue de tipo correlacional, observacional, prospectivo, analítico y transversal de diseño epidemiológico, estuvo conformado por 54 estudiantes. Concluyendo que, el 44.4% predominó con un nivel alto en bienestar psicológico y el 50% presentó afrontamiento al estrés con un nivel bajo, esto significa que no existe relación entre ambas variables.

Sulca (2016) en su estudio titulado “Factores Familiares y Nivel de Bienestar Psicológico en estudiantes de la Universidad Alas Peruanas, Ayacucho, 2016”, el objetivo fue determinar los factores familiares relacionados con el bienestar psicológico es estudiantes. La metodología fue de nivel relacional y diseño transversal, conformada por una muestra de 347 estudiantes. Logrando describir que el 62.5 % predominó el nivel medio de bienestar psicológico y el 21.6% presentan disfunción familiar. Concluyendo que, factores familiares si se relacionan con el bienestar psicológico en estudiantes de la Universidad Alas Peruanas: funcionalidad familiar ($p = 0.000$), tipo de familia ($p = 0.049$) y desintegración familiar ($p = 0.026$). sí existe relación entre el bienestar psicológico en funcionalidad familiar directa.

Ruiz (2018) en su tesis titulada “Bienestar psicológico en integrantes de una organización de voluntariado sin fines de lucro en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2018”, tuvo como objetivo conocer el nivel de bienestar psicológico de los integrantes voluntarios. La investigación fue de tipo descriptivo, la muestra estuvo compuesta de 56 voluntarios. Llegando a la conclusión que, el 48.4% demuestran niveles medio de bienestar psicológico, asumiendo que el bienestar psicológico es tanto deficiente en los voluntarios esto pudiendo ser por distintos factores.

2.2. Bases Teóricas

2.2.3. Bienestar

Es una experiencia de la salud, prosperidad y la felicidad de cada ser humano. Esto incluye diversos factores como tener buena salud mental, sentirse satisfecho con el entorno de su vida, de esta manera considerando la capacidad y el propósito para poder manejar la ansiedad y el estrés. Este es añorado por todos, estas incluyen sucesos positivos entre ser feliz, socializar, estar saludable con el propósito de conectar y aumentar el bienestar de cada ser humano (Tchiki, 2020).

Ryff (1995) cataloga el bienestar como un esfuerzo para que el ser humano se perfeccione y cumpla con su potencial, lo cual tiene que ver con tener un propósito de vida que ayude a darle significado. (Mayordomo et al., 2016)

2.2.4. Bienestar Psicológico

García y González (2000) lo definen como “un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, que se define por su naturaleza subjetiva vivencial y que se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social”. Así, estos poseen elementos que están relacionados con las emociones y el entorno vivencial.

(Díaz et al., 2006) mediante las revisiones de bibliográficas sobre el Bienestar Psicológico, es un concepto amplio que este incluye dimensiones sociales, ya sean psicológicas y subjetivas, de tal modo los comportamientos son relacionados con la salud de forma general de esta manera llevar al sujeto a un funcionamiento de carácter positivo.

Ryff (1989) sugirió un modelo multidimensional de bienestar psicológico compuesto por seis dimensiones: Autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, y crecimiento personal.

2.2.5. Enfoques Teóricos del Bienestar Psicológico

2.2.5.1. Teorías Universalistas.

(Diener, 1984) también llamadas como teorías Télicas y de esta manera plantean que la satisfacción se llega a alcanzar con el logro de incuestionables objetivos o cuando estas

están satisfechas en sus necesidades básicas. De esta manera las necesidades están moderadas por el aprendizaje, los factores emocionales y el ciclo de vida, entre otros.

Diener y Larse (1991) señalan que, el logro del bienestar dará como resultado alcanzar diferentes objetivos anhelados para diferentes personas y en distintas etapas de su vida y estas pueden ser de corte universal.

2.2.5.2. Teorías de la adaptación.

Es considerado como compendio para poder entender la felicidad (Myers, 1992), los eventos altamente estresantes dan un impacto muy fuerte a las personas y estas simplemente se adecuan y retornan a su nivel de bienestar previo "*set point*"; asumiendo que, cada individuo presenta un nivel determinado de felicidad que está incluido por su personalidad y genética.

(By, 2021) explica que el juicio de todo individuo a cada estímulo según la experiencia pasada que estas hayan vivido y los recuerdos enfrentados con estímulos similares al pasado. El individuo considera las experiencias como modelos de adaptación.

2.2.5.3. Teoría de la Psicología Positiva

Según (Seligman 2002), este fue realizado como un estudio científico de las experiencias, rasgos positivos, del ser humano. Estos proporcionan su desarrollo y los esquemas que ayudan a progresar la calidad de vida, mientras comunica o disminuye el suceso de la psicopatología, el estudio de las fortalezas y virtudes humanas, acceden adoptar una representación más abierta respecto a la capacidad del ser humano entre ellas sus motivaciones y fortalezas. El aporte más importante a la psicología positiva, ha sido constituir el sentimiento de felicidad es suficiente estable en las personas y está conformado por factores ambientales y sociales. Contreras y Esguerra (2006).

2.2.5.4. Teoría de la Auténtica Felicidad.

Seligman (2006), indica los aspectos positivos de los seres humanos, este introduciendo la auténtica felicidad a la psicología positiva nada comparado con lo tradicional, indicando y permitiendo aprender a disfrutar, ser más alegres, amables, generosos, optimistas y empáticos con los demás, esta muestra un modelo holístico de felicidad, de esta manera aliviar el sufrimiento.

2.2.5.5. Dimensiones del Bienestar Psicológico

Los estudios relacionados al bienestar psicológico han ido desarrollándose en líneas semejantes, al comprender lo que afrontan, una de ellas definida como bienestar subjetivo asemejándose a conceptos de aplazamiento tradicional en la psicología, como la satisfacción con la vida que lleva está haciendo referencia a todas las experiencias vividas a lo largo de su vida cotidiana siendo negativas y positivas.

Persisten en el proceso y obtención de los valores que cada ser humano presenta de esta manera nos hacen sentir enérgicos y auténticos, que nos distingue y nos hace ser mejores personas, y no tanto como en las actividades que no nos generan satisfacción y placer y nos limitan del dolor (Bilbao, 2008).

Ryff (1995), plantea una estructura de seis factores propios del bienestar, conseguidos por medio de análisis factoriales experimentales y confirmatorios, en diversas adaptaciones de diferente longitud de las escalas de Ryff. (Darío Díaz, 2006), detallándolas:

Autoaceptación. Martínez (2016) describe y relaciona esta dimensión con los hechos de las personas en las cuales tienen un sentimiento de poder sentirse bien consigo mismos estos siendo conscientes de sus restricciones. Poseer cualidades positivas a nuestra persona es muy importante para que disfrute de su bienestar psicológico.

Relaciones Positivas. Aquella capacidad para poder iniciar y conservar las relaciones sociales, poseer amigos en lo que las personas puedan confiar, tener la facultad de poder amar y ser amado este siendo un componente esencial en esta dimensión. Martínez (2016).

Dominio del Entorno. Considerada como la habilidad que presenta cada persona para poder decidir y elegir los entornos que son propicios y satisfactorios para sí mismos. Al percibir un alto dominio en las personas estas tienden a manifestar la sensación de control sobre otros sintiéndose capaces de poder influir a su entorno. Martínez (2016).

Crecimiento personal. Esta dimensión valora la capacidad de las personas para poder crear condiciones e ir desarrollando potenciales para seguir progresando como personas.

Propósito de vida. Martínez (2016) puntúa que, las personas deben tener metas claras y precisas para poder lograr sus objetivos, un porcentaje alto en el nivel indicaría que la persona sabe lo que desea en la vida.

Autonomía. Tiene en cuenta evaluar la capacidad del hombre, si lograría sostener su individualidad en los distintos contextos sociales. Con altos niveles de autonomía las personas pueden manejar satisfactoriamente la presión social y de esta manera reglar su comportamiento. Martínez (2016).

2.2.6. La Ansiedad

Según (OMS, 2021) indica que es una intransigencia emocional estereotipado y este siendo experimentado por situaciones amenazantes y o de riesgo para el individuo, pero si estas reacciones se vuelven constantes y desagradables deben ser intervenidas y evaluadas para lograr identificar la ansiedad patológica. Del mismo modo la OMS, parte de tener la salud mental adecuada este equivale a tener una repuesta adecuada y clara ante el estrés diaria de la vida, el rendimiento laboral y esta enlazada con la comunidad.

2.2.6.1. Tipos de trastornos de la ansiedad

2.2.6.1.1. Trastorno de Ansiedad Generalizada.

(OMS, 2023) es un trastorno mental más común del mundo, y estos suelen experimentar miedo, preocupación de manera muy acelerada y excesiva yendo acompañadas con problemas fisiológicos, que muchas veces son difíciles de controlar y logran perduran por un largo tiempo interfiriendo la vida cotidiana del ser humano.

Barnhill (2020) las personas que las experimentan presentan preocupación y nerviosismo en exceso esto debiéndose a muchos factores ya sean sociales, familiares y/o personales, de esta manera manifestando cansancio, irritabilidad, tensión muscular, problema para dormir. Esto podría durar entre seis meses o más.

2.2.6.1.2. Trastorno de Pánico.

(NIH, 2022) menciona que “podría ser hereditario, pero nadie sabe la certeza por que la padecen”, son ataques que se caracterizan por ser súbitos y habituales causando temor hasta llegar a perder el control, inclusive cuando el peligro no sea real.

Barnhill (2020) define como un trance de angustia o pánico con la aparición de miedo, temor cuando la persona presencie un peligro existente o también por fobias y fobia

social, estos acompañados de síntomas somáticos como aceleración de los latidos cardíacos, dolor de pecho, dificultad para respirar, debilidad, mareos, sudor, escalofríos, contracción o entumecimientos de las extremidades, es más común en las mujeres que en los hombres.

2.2.6.1.3. Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT)

NIH (2020) explica que esto se experimenta ante un hecho sucedido que haya sido impactante, peligroso, espantoso y sentir miedo aun cuando ya haya pasado mucho tiempo después de lo sucedido, esto es natural ya que es una forma de respuesta del cuerpo humano, de sentir huida y nos pueda ayudar a evitar ante un peligro, “las personas puede tener trastorno por estrés postraumático a cualquier edad, incluyendo veteranos de guerra así como personas que han experimentado o presenciado una agresión física o sexual, maltratos, un accidente, una catástrofe, un ataque terrorista u otros hechos graves. Las personas con este trastorno pueden sentirse estresadas o asustadas, incluso cuando ya no corren peligro”

2.2.6.1.4. Trastorno Obsesivo-Compulsivo (TOC)

(NIH, 2023) lo define como “una afección mental que consiste en presentar pensamientos (obsesiones) y rituales (compulsiones) una y otra vez”, esto quiere decir que, obstruyen su vida cotidiana y no pueden ser controlados y menos suspenderlos.

Jiménes (2004) refiere “Los sujetos con TOC presentan una mayor sintomatología obsesiva”, estas causan obsesiones, compulsiones de manera recurrente y perturbadora y abrumadora que el ser humano que la padece repite ciertas conductas muy frecuentes y de manera perturbadora, es un impulso muy abrumador en el sujeto y repite ciertas conductas. Estas obsesiones pueden ser manifestados de muchas maneras como el miedo a los gérmenes, la suciedad, entre otros y suele aferrarse a estas obsesiones que pueden arruinar su vida.

2.2.7. Enfoques Teóricos de la ansiedad

2.2.7.1. Teoría Tridimensional.

Según, Díaz (2018) “la ansiedad era una disposición para la acción, resultado de la activación cerebral ante estímulos significativos que se manifiesta a través de un triple sistema de respuesta fisiológico, cognitivo y motor, con cierto nivel de discordancia y disincronía

entre sí, lo que daba lugar a perfiles de respuesta diversos, con discordancia aludió a la variación de las medidas inter e intrasistema del mismo individuo en un momento dado y con disincronía a los cambios producidos en distintos momentos”.

2.2.7.2. Teoría Cognitiva de la Ansiedad Generalizada

Beck (1985), “Es parte de la idea de que el sujeto, a lo largo de su desarrollo, ha adquirido una serie de esquemas cognitivos referentes a las amenazas que se activan en ciertas situaciones, esa activación pondría en marcha distorsiones cognitivas y pensamientos automáticos referentes a expectativas, imágenes amenazantes, incapacidad percibida de afrontamiento (a nivel cognitivo), que produciría a su vez la activación, arousal emocional, refiere que la percepción del individuo es incorrecta, estando basada en falsas premisas, esas percepciones se refieren a contenidos amenazantes sobre peligros para los intereses del sujeto y su incapacidad para afrontarlos, los esquemas cognitivos subyacentes suelen ser idiosincráticas, aunque son frecuentes los contenidos temáticos referentes a amenazas sobre las relaciones sociales, identidad personal, ejecución-rendimiento, autonomía y salud”

2.3. Hipótesis

Ho: no existe relación entre el Bienestar Psicológico en Adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022.

H1: Existe relación entre el Bienestar Psicológico en Adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022.

III. Metodología

3.1. Nivel, Tipo y Diseño de Investigación

3.1.1. Enfoque de la investigación

El estudio es de enfoque cuantitativo, considerando ser objetivo, generado a partir de la recolección de datos, con la finalidad de obtener resultados, conclusiones y plantear la hipótesis. (Hernández et al., 2014)

3.1.2. Nivel de la investigación

Es estudio es correlacional y descriptivo ya que busca describir la relación entre las variables mediante es análisis estadístico por el que se utilizó el coeficiente de correlación que facilitó la hipótesis del estudio. (Hernández et al., 2014)

3.1.3. Diseño de la investigación

El estudio muestra un diseño no experimental -transversal, por ello, se entiende que el diseño está concerniente con la observación de los eventos que suceden para así analizarlos. Asimismo, el diseño transversal busca recoger datos en un momento determinado y describe la relación entre las variables mediante es análisis estadístico para obtener correlación. (Hernández et al., 2014)

3.2. Población y Muestra

3.2.1. Población

Es el conjunto de personas u objetos que de desea estudiar y conocer algo mediante la investigación, teniendo ciertas características constituidos por un universo. (López, 2004)

Para la elaboración del estudio se presentó una carta de solicitud al director de la institución educativa estatal, en el que se solicita la autorización pertinente para la aplicación de los instrumentos y la ejecución de la investigación.

La población del presente estudio estuvo conformada por 100 estudiantes adolescentes de una institución educativa de la provincia de Ayacucho.

3.2.2. Muestra

Es un subgrupo o parte del universo o población con el que se llevará a cabo la investigación, obteniendo las cantidades de los componentes. (López, 2004)

La muestra estuvo conformada por 57 estudiantes entre 15-17 años de edad de ambos sexos.

El muestreo fue de carácter probabilístico, refiriendo que todos tienen la probabilidad de ser seleccionados detallando las diversas características de la muestra, siendo así seleccionados a criterio del investigador. Además, al momento de la selección algunos alumnos no trajeron su consentimiento informado firmado por sus padres y estos no participaron de la investigación ya que son menores de edad y los seleccionados que sí cumplieron con los criterios de elegibilidad.

Criterios de inclusión

- Estudiantes que se encuentren cursando el año escolar 2022 en una institución educativa estatal de Ayacucho.
- Estudiantes que pertenezcan y acepten participar del estudio.
- Estudiantes de nacionalidad peruana.
- Estudiantes entre las edades de 15 a 17 años.
- Estudiantes que se encuentren en pleno uso de sus facultades mentales (orientación, memoria, atención, percepción y lenguaje).

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no se encuentren cursando el año escolar 2022 en una institución educativa estatal de Ayacucho.
- Estudiantes que no pertenezcan y no acepten participar del estudio.
- Estudiantes que no sean de nacionalidad peruana.
- Estudiantes que no tengan las edades de 15 a 17 años.
- Estudiantes que no se encuentren en pleno uso de sus facultades mentales (orientación, memoria, atención, percepción y lenguaje).

3.3. Operacionalización de Variables

3.3.1. Variable independiente

3.3.1.1. Bienestar Psicológico

“Es un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, que se define por su naturaleza subjetiva vivencial y que se

relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social, posee elementos reactivos, transitorios, vinculados a la esfera emocional, y elementos estables que son expresión de lo cognitivo, de lo valorativo; ambos estrechamente vinculados entre sí y muy influidos por la personalidad como sistema de interacciones complejas, y por las circunstancias medioambientales, especialmente las más estables” García y González (2000)

3.3.2. Variable dependiente

3.3.2.1. Ansiedad

“La ansiedad es una reacción emocional ante la percepción de un riesgo o amenaza, manifestándose mediante un conjunto de respuestas: cognitivo, fisiológico y motor”. (Sierra et al., 2003)

Tabla 1

Operacionalización de variables

Variable	Definición Operativa	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento
Bienestar Psicológico	Variable Independiente “Es un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo” García y González (2000)	Autoaceptación	Seguridad, comodidad y aceptación de sí mismo.	4, 7 y 15	Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989)
		Relaciones Positivas	Considera que las personas de su alrededor son valiosas y que el sujeto es valioso para los demás.	5, 12 y 16	
		Dominio del Entorno	Controla sus acciones teniendo en cuenta su bienestar	1, 9 y 13	
		Crecimiento Personal	Sentimiento de mejora continua.	2, 10 y 14	
		Propósito de la Vida	Sabe que tiene que hacer en el presente y futuro.	3, 6 y 11	

	Variable Dependiente “La ansiedad es una reacción emocional ante la percepción de un riesgo o amenaza, manifestándose mediante un conjunto de respuestas: cognitivo, fisiológico y motor”. (Sierra et al., 2003)	Dimensión Psicológico	Miedo, angustia, aprehensión y desintegración mental.	1, 2, 3, 4 y 5. 6, 7, 8, 9, 10, 11,12 13, 14,15 16,17,18, 19, 20.	Escala auto aplicable de Ansiedad Zung (1971)
Ansiedad		Dimensión Somática	Temblores, dolores, corporales, inquietud, palpitaciones, vértigo, desmayos, disneas, vómitos, insomnio, pesadillas y sudoración.		

3.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos

3.4.1. Técnicas

Para el presente estudio se utilizó la valoración de la variable el cual es la técnica psicométrica, que consiste en lo declarado en la ficha técnica de los instrumentos.

3.4.2. Instrumentos

Para la evaluación de la presente investigación se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989), este consta de 18 ítems y están divididos en 6 dimensiones. Alvarez (2019).

De la misma forma, también se utilizó el instrumento de la Escala Autoaplicable de Zung (1985), con el objetivo de medir la ansiedad de adolescentes y adultos a través de la aplicación personal o colectiva, está compuesta por 20 ítems que estas involucran los signos y síntomas característicos de la ansiedad. Salazar y Mendoza (2021)

3.5.Método de análisis de datos

La escala de bienestar psicológico de Ryff y la escala de ansiedad de Zung estos fueron aplicados a los estudiantes que estuvo conformada por 57 adolescentes, la aplicación fue de manera presencial, de esta manera de solicito a sus padres estar de acuerdo estos siendo plasmado en un consentimiento informado para el permiso pertinente, se brindaron las pautas e instrucciones para el correcto proceso. El procedimiento de los datos se realizó a través del software Microsoft Excel 2016, se analizó con el programa de sistema se software estadístico Paquete de Ciencias Sociales-SPSS (Statistics Package for Social Science) versión 25, para poder manejar el análisis estadístico mediante Rho de Spearman, para obtener si existe correlación significativa entre ambas variables.

Por ello, los datos fueron procesados mediante la confiabilidad del estadígrafo de alfa de Cronbach que buscó correlacionar los ítems mediante la consistencia interna que sirve para poder medir la fiabilidad de la investigación, así detallando los siguiente:

Tabla 2

Variable Bienestar Psicológico.

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	57	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	57	100,0

Nota: La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Tabla 3

Estadística de Fiabilidad del Bienestar Psicológico.

Estadísticas de fiabilidad de Bienestar Psicológico	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,843	18

Nota: La confiabilidad es de 0,843 a través del estadígrafo de alfa de Cronbach, garantizando la confiabilidad altamente significativa en la variable de bienestar psicológico.

Tabla 4

Variable Ansiedad.

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	57	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	57	100,0

Nota: La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Tabla 5

Estadística de Fiabilidad de la Ansiedad.

Estadísticas de fiabilidad de la Ansiedad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,824	20

Nota: La confiabilidad es de 0,824 a través del estadígrafo de alfa de Cronbach, garantizando la confiabilidad altamente significativa en la variable de ansiedad.

3.6.Aspectos Éticos

De acuerdo a la integridad científica de la investigación Actualizado por Consejo Universitario con Resolución N° 0277- 2024-CU-ULADECH Católica, de fecha 14 de marzo del 2024, contiene 6 principios éticos, se aprueba la implementación del Reglamento de Integridad Científica en la Investigación versión 001, que contiene el artículo 5° principios éticos establecido dentro de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote (ULADECH, 2024) el presente estudio estuvo sujeto a los siguientes principios éticos:

Respeto y protección a las personas de los derechos de los intervinientes

Este principio se aplica mediante la confidencialidad de la información recogida por cada uno de los participantes del estudio.

Cuidado del medio ambiente

No corresponde por la modalidad de la investigación.

Libre participación por propia voluntad

Estos estatutos se cumplieron cuando antes de participar en el estudio se les explicó a las personas el propósito de la investigación y se les dio a conocer que su participación era voluntaria. Permiso que fue plasmado mediante el consentimiento informado.

Beneficencia y no maleficencia

Esta norma se cumplió a través del cuidado que se tuvo al recoger la información de los participantes del estudio, a fin de maximizar los beneficios y disminuir cualquier tipo de efecto negativo adverso.

Integridad y honestidad

Considera que es un deber y responsabilidad del investigador mantenerse en una postura de integridad mediante el desarrollo de todo su trabajo. Evitando de esta manera, que esta pueda causar algún perjuicio en los resultados.

Justicia

Se prioriza la justicia y se respeta el bien común. Esto significa que, no se anteponen los intereses personales. Por lo que, la investigación se llevará a cabo siguiendo estrictamente las lineaciones de la universidad para velar por un trabajo honesto y limpio.

IV. Resultados

Tabla 6

Relación entre Bienestar Psicológico y Ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022.

		Bienestar Psicológico		Ansiedad
Rho de Spearman	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación	1.000	-985**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	57	57
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	-985**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	57	57

Nota: La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

En la tabla 3, el p valor (sig.) es $0,000 < 0,001$, por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0) y acepta la hipótesis alterna (H_a) con un nivel de confianza del 99 % y error del 1 %; además, el coeficiente de correlación es de 0,985; permitiendo concluir que existe correlación negativa e inversa entre ambas variables y su grado es muy alto, en los estudiantes de una institución educativa en la ciudad de Ayacucho, 2022.

Tabla 7

Nivel de Bienestar Psicológico en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022.

Nivel	f	%
Bajo	55	96%
Medio	1	2%
Alto	1	2%
Total	57	100%

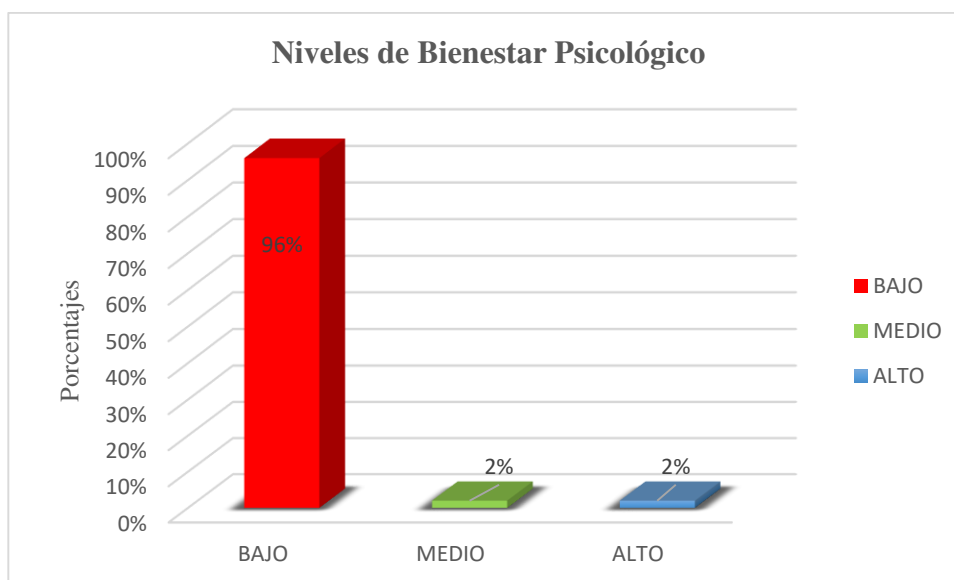
Elaboración propia. Fuente: Institución educativa de Ayacucho, 2022.

Nota: De la población estudiada, prevalece en nivel bajo de bienestar psicológico con un 96% en los adolescentes evaluados.

Estos resultados se pueden observar mejor en la siguiente figura:

Figura 1

Nivel de Bienestar Psicológico en porcentajes.



Elaboración propia. Fuente: Institución educativa de Ayacucho, 2022.

Nota: Los encuestados presentan un grado bajo de los niveles de bienestar psicológico en los estudiantes con un 96 % lo significa que la población estudiada no presentada estabilidad emocional y que afecta en su desempeño escolar, familiar y social.

Tabla 8

Nivel de Ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022.

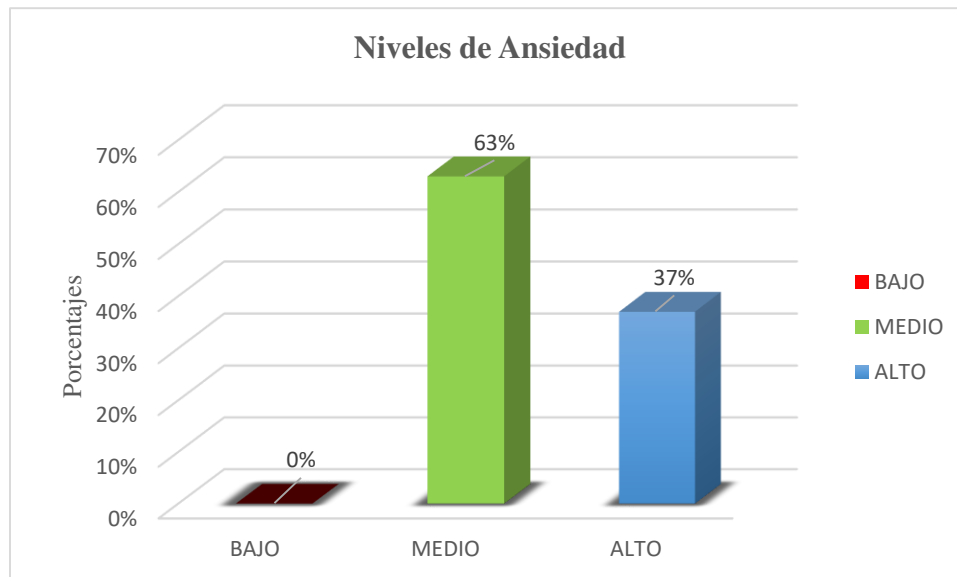
Nivel de Ansiedad	<i>f</i>	%
Bajo	0	0%
Medio	36	63%
Alto	21	37%
Total	57	100%

Nota: De la población estudiada, predomina el nivel medio de ansiedad, con un 63% de los adolescentes evaluados.

Estos resultados se pueden observar mejor en la siguiente figura:

Figura 2

Niveles de la Ansiedad en porcentajes.



Elaboración propia. Fuente: Institución educativa de Ayacucho, 2022.

Nota: Los encuestados presentan un grado medio de los niveles de ansiedad en los estudiantes con un 63 % lo significa que la población estudiada se encuentra inquietos, intranquilos por los eventos y/o situaciones que atraviesan.

V. Discusión

De acuerdo con los resultados obtenidos en el presente estudio, se encontró una correlación de -0.985 ; permitiendo evidenciar que existe correlación inversa entre las variables y su grado es muy alto, en los estudiantes de una institución educativa en la ciudad de Ayacucho, 2022. Se empleó la prueba Rho de Spearman para el análisis de la hipótesis, mostrando sí existe correlación inversa significativa entre las variables de bienestar psicológico y la ansiedad, encontrando que existe una correlación negativa muy alta; indicando, que las variables están asociadas en sentido inverso; es decir, a menor nivel de bienestar psicológico mayores niveles de ansiedad y a mayor nivel de bienestar psicológico existe una menor probabilidad de la presencia de la ansiedad, esto indica que los adolescentes a consecuencia de la pandemia pasaron por un proceso de alteración en la información, pensamientos, ideas, sentimientos y su comportamiento que implica que hayan generado cuadros ansiosos ante el nuevo estilo de vida y las sugerencias. Por lo que, al analizar en relación a demás estudios se logró identificar en cuanto a las dimensiones de bienestar psicológico presentan similitudes con Gutiérrez (2017) donde establece que el bienestar psicológico y la ansiedad muestran una correlación inversa y estadísticamente muy significativa. De la misma forma coincide con (Mori, 2022) en el que se obtuvo una relación inversa y significativa entre el bienestar psicológico y ansiedad; de la misma forma en las dimensiones de autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal, propósito de vida, relación positiva y autoaceptación. En conclusión, indicando que a menor ansiedad habrá mayor nivel de bienestar psicológica y a mayor ansiedad predominará en bajo nivel de bienestar psicológico.

En cuanto a la variable de bienestar psicológico se encontró que Arias (2021) identificó que el 44.4% predominó un nivel alto en bienestar psicológico, comparados con Sulca (2016) logrando detallar que el 62.5 % predominó el nivel medio de bienestar psicológico.

Finalmente, podemos decir que para la población de estudio el bienestar psicológico está asociado con la ansiedad de manera inversa y leve lo que indicaría que los estudiantes presentan niveles bajo de bienestar psicológico por la incidencia de la ansiedad en su desarrollo personal, familiar y social.

VI. Conclusiones

1. El bienestar psicológico y la ansiedad tiene una relación significativa inversa; es decir, que mayores niveles de ansiedad menor será el nivel de bienestar psicológico y viceversa en los estudiantes.
2. Con respecto a la variable bienestar psicológico el 96% de los adolescentes tiene un nivel bajo, lo cual afecta el dominio de entorno, el propósito de vida, la Autonomía y el Crecimiento personal de los individuos.
3. En relación a la ansiedad podemos decir que el 63% de los adolescentes evaluados presentan niveles medio, caracterizándose por presentar nerviosismo, sudoración en las manos, problemas de atención entre otros que repercuten en el rendimiento escolar.

VII. Recomendaciones

1. A los investigadores que se interesen por el tema desarrollado, se le sugiere realizar el estudio de manera sistemática incluyendo una mayor cantidad de muestra y de esta manera poder enriquecer los conocimientos obtenidos e incluir variables como, el autoestima y habilidades sociales.
2. Considerando que la mayoría de la población estudiada presenta un nivel bajo de bienestar psicológico, se recomienda a los familiares, docentes, tutores, brindar el apoyo y las facilidades para interrelacionarse y optar por medidas preventivas para los estudiantes.
3. Implementar estrategias que puedan ayudar a prevenir la ansiedad, así mejorar las actividades y prácticas de salud mental en las aulas logrando mejorar su estilo y calidad de vida.

Referencias Bibliográficas

- Álvarez, D. Y. (2014). Relación del Bienestar Psicológico con los niveles de ansiedad: rasgoestado en adolescentes. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revciemedhab/cmh-2014/cmh141j.pdf>
- Alvarez, N. D. (2019). *Propiedades Psicológicas de la Escala de Bienestar Psicológico*. Universidad de Lima, Lima. <https://cutt.ly/eDZjo49>
- Arias, Q. Y. (2021). *Bienestar Psicológico y Afrontamiento al Estrés en estudiantes de la Institución Educativa "Luis Carranza" Ayacucho, 2021*. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Ayacucho, Ayacucho. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25812/BIENESTAR_PSICOLOGICO_AFRONTAMIENTO_AL_ESTRES_ARIAS_QUISPE_YULY_PILAR.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Barnhill, J. W. (2020). *Crisis de angustia y trastorno de angustia*. Manula MSD: <https://www.msmanuals.com/es-pe/professional/trastornos-psiqui%C3%A1tricos/trastorno-de-ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-estr%C3%A9s/crisis-de-angustia-y-trastorno-de-angustia>
- Barnhill, J. W. (2020). *Trastorno de ansiedad generalizada*. Manual MSD: <https://www.msmanuals.com/es-pe/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-estr%C3%A9s/trastorno-de-ansiedad-generalizada>
- Barragán, N. K. (2022). *Bienestar Psicológico y Ansiedad de los Adolescentes de una Unidad Educativa de la Ciudad de Quito en Contexto de Pandemia por COVID-19*. Universidad Central de Ecuador, Quito, Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/26627/1/UCE-FCP-CPIPR-BARRAGAN%20KIMBERLLY.pdf>
- Briones, K. V. (2019). *Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (SPWB) de Ryff Versión abreviada en adolescentes de la ciudad de cajamarca*. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca.
- By. (2021). *Teoría del nivel de adaptación*. By Marketing: Teoría del nivel de adaptación

- Castanón, d. L. (2018). *Bienestar Psicológico y Ansiedad*. Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Guatemala.
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/22/Castanon-Yury.pdf>
- Contreras, F., & Esguerra, G. (2006). *Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología*. Scielo: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982006000200011
- Darío Díaz, R. R.-C. (2006). *Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff*. España: Psicothema.
- Díaz, D., Rodríguez, Carvajal, R., Blanco, A., Moreno, Jiménez, Bernardo, & Gallardo. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3). <https://www.redalyc.org/pdf/727/72718337.pdf>
- Díaz, K. L. (2018). *Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual*.
<https://summapsicologica.cl/index.php/summa/article/view/393/445#:~:text=Seg%C3%BAAn%20su%20teor%C3%ADa%20tridimensional%2C%20la,lo%20que%20daba%20lugar%20a>
- García, V. C., & González, B. I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral -Scielo*.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010#:~:text=El%20bienestar%20psicol%C3%B3gico%20es%20un,funcionamiento%20f%C3%ADsico%20ps%C3%ADquico%20y%20social
- García, V. V., & González, B. I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *SCielo*.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010
- Gutiérrez, C. M. (2017). *Bienestar psicológico y ansiedad en estudiantes de una universidad nacional del norte del Perú*. Universidad Privada del Norte, Trujillo.
<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10781/Gutierrez%20Chero%20Monica%20Alicia%20-%20parcial.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández, Fernández, & Baptista. (2014). Enfoques de investigaciones.
<https://recursos.uco.mx/tesis/investigacion.php>

- Jiménes, M. S. (2004). *Trastorno obsesivo compulsivo y trastornos de alimentación: Estudio de comportamiento de casos*. Universidad Autónoma de Barcelona, Barcelona.
<https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/5453/sjm1de1.pdf>
- López, P. L. (2004). Población, Muestra y Muestreo. *SCielo*.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012
- Manterola, C., & Otzen, T. (2014). *Estudios Observacionales. Los Diseños Utilizados con Mayor Frecuencia en Investigación Clínica*. Scielo: <https://cutt.ly/MDOa1XR>
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E., & Meléndez, J. (2016). *Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción*. Universidad de Valencia, Valencia-España. <http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v14n2/v14n2a08.pdf>
- MINSA. (2022). *Determinantes sociales de la Salud en Perú*. Ministerio de Salud.
http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/143_detersoc.pdf
- Mori, D. M. (2022). *Ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de colegios del distrito de Santa Anita, 2022*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Lima.
https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/18427/Mori_dm.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- NIH. (2020). *Trastorno por estrés postraumático*. Institutos Nacionales de la Salud.
<https://www.nlm.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-por-estres-postraumatico>
- NIH. (2022). *Trastorno de pánico: Cuando el miedo agobia*. Instituto Nacional de la Salud Mental. Instituto Nacional de Salud:
<https://www.nlm.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-de-panico-cuando-el-miedo-agobia#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20el%20trastorno%20de,o%20un%20factor%20desencadenante%20claro>.
- NIH. (2023). *Trastorno obsesivo-compulsivo*. Instituto Nacional de la Salud Mental:
<https://medlineplus.gov/spanish/obsessivecompulsivedisorder.html>
- OMS. (2022). *La pandemia de COVID-19 aumenta en un 25% la prevalencia de la ansiedad y la depresión en todo el mundo*. Organización Mundial de la Salud:

- [https://www.who.int/es/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide#:~:text=Seg%C3%BAun%20informe%20cient%C3%ADfico%20publicado,%25\)%20en%20todo%20el%20mundo.](https://www.who.int/es/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide#:~:text=Seg%C3%BAun%20informe%20cient%C3%ADfico%20publicado,%25)%20en%20todo%20el%20mundo.)
- OMS. (2023). *Trastornos de ansiedad*. Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
- OMS, O. M. (2021). *Generalidades sobre el Trastorno de Ansiedad*. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Rengifo, Z. T. (2017). *Autoestima y Ansiedad en estudiantes ingresantes a Ciencias de la Salud de una universidad privada*. Repositorio Universidad Científica del Perú, Iquitos. <http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/304/RENGIFO-1-Trabajo-Autoestima.pdf;jsessionid=2EB2EE78523FD28939E3A819E323B7AA?sequence=1>
- Ruiz, M. J. (2018). *Bienestar psicológico en integrantes de una organización de voluntariado sin fines de lucro en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2018*. Universidad Inca Garcilazo de la Vega, Ayacucho. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3056/TRAB.SUF.PROF_%20JUNIOR%20CIRILO%20RUIZ%20MELGAR.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Sabater, V. (2021). *Ansiedad de alta funcionalidad: ¿en qué consiste?* La Mente es Maravillosa: <https://lamenteesmaravillosa.com/ansiedad-alta-funcionalidad/>
- Salazar, F. J., & Mendoza, J. (2021). *Bienestar Psicológico y Ansiedad en Adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Cajamarca, 2021*. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca. <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/2141/TESIS%20-%20FERNANDO%20Y%20JESSI%20FINAL%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>
- Sulca, I. M. (2016). *Factores Familiares y Nivel de Bienestar Psicológico en estudiantes de la Universidad Alas Peruanas. Ayacucho, 2016*. Universidad Alas Peruanas, Ayacucho. https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/3585/Tesis_Factores_Familiares_Bienestar_Psicol%C3%B3gico.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Tchiki, D. (2020). *¿Qué es el bienestar?* Psychology Today:
<https://www.psychologytoday.com/es/blog/que-es-el-bienestar-definicion-tipos-y-habilidades-para-el-bienestar>
- Torres, L. J. (2022). *Ansiedad y Bienestar Psicológico en el personal de Salud y administrativo del Policlínico Policial Tacna, 2021*.
<http://repositorio.autonoma-de-ica.edu.pe/handle/autonoma-de-ica/1477>
- ULADECH. (2024). *reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001*.
Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos->
- Vasquez, C. D., Canales, J. M., & Gil, V. V. (2022). *Relación entre ansiedad y Bienestar Psicológico en adulto durante la pandemia por Covid-19*. Universidad de Lima, Lima, Perú.
https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/15804/Vasquez_Canales_Gil_Relacion-ansiedad-bienestar-psicologico-adultos-pandemia-COVID-19.pdf?sequence=4

Anexos

Anexo 01 Matriz de consistencia

Tabla 9

Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones/ Indicadores	Metodología
¿Cuál es la relación entre Bienestar Psicológico y Ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022?	<p>Objetivo general Determinar la relación entre Bienestar Psicológico y Ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022</p> <p>Objetivos específicos Describir el Bienestar Psicológico en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022 Describir la Ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022</p>	<p>Ho: No existe relación entre el Bienestar Psicológico en Adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022.</p> <p>H1: Existe relación entre el Bienestar Psicológico en Adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022.</p>	<p>Bienestar Psicológico</p> <p>Ansiedad</p>	<p>Autoaceptación</p> <p>Relaciones Positivas</p> <p>Dominio del Entorno</p> <p>Crecimiento Personal</p> <p>Propósito de la Vida</p> <p>Autonomía.</p> <p>Dimensión Psicológico</p> <p>Dimensión Somática.</p>	<p>El tipo de estudio fue cuantitativo, descriptivo, transversal y correlacional.</p> <p>La población estuvo constituida por los estudiantes de una institución educativa, que cumplan con los criterios de elegibilidad. El muestreo fue no probabilístico.</p> <p>Técnicas: se utilizó la técnica psicométrica que midió las variables.</p> <p>Instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989), este consta de 18 ítems y la Escala Autoaplicable de Zung (1985), compuesta por 20 ítems.</p>

Anexo 02 Instrumento de recolección de información
Escala de Bienestar Psicológico (SPWB) de Ryff

Lee cuidadosamente las siguientes oraciones y coloco un aspa (x) en el casillero cuyo significado refleje tu manera de ser más frecuente. Responde TODOS los ítems.

NOTA: No existen respuestas buenas o malas, los resultados obtenidos se utilizarán con fines netamente académicos.

		Siempre	Casi Siempre	Casi Nunca	Nunca
1	Expreso mis ideas incluso cuando estas seandiferentes al de la mayoría.				
2	Me resulta difícil organizar mi vida de unmodo que me sienta satisfecho(a).				
3	Me encanta hacer planes para mi futuro y meesfuerzo por cumplirlos.				
4	Me siento seguro(a) con lo que soy.				
5	Siento que las personas que aprecio mebrindan cosas muy valiosas.				
6	Las cosas que he hecho en mi pasado, hagoen mi presente y haré en mi futuro le dan sentido a mi vida.				
7	Me agrada mi forma de ser, en gran medida.				
8	Siento que continuamente estoy desarrollando mis capacidades.				
9	Confío en mis opiniones, incluso si soncontrarias a los de la mayoría.				
10	Los deberes que tengo en mi vida diaria megeneran gran malestar.				
11	Tengo claro cuál es mi objetivo y metas enla vida.				
12	Cuento con personas que me brindan suconfianza.				
13	Me es difícil expresar mis opiniones con lagente que tienen un tema en discusión.				
14	Soy bueno(a) manejando y aprovechandolas oportunidades que me ofrece mi entorno.				
15	Me siento orgulloso(a) de la vida que llevo.				
16	Mis amigos(as) saben que pueden confiar en mí.				
17	En los últimos años he rechazado o evitado asumir nuevas responsabilidades para mi vida				
18	A lo largo de mi vida he aprendido he cambiado y he desarrollado mis habilidades				

Escala de Ansiedad de Zung

A continuación, se le presentan una serie de preguntas relacionadas con la ansiedad, se le pide responder a cada una de manera honesta y con la alternativa que se asemeja más a su realidad, tenga en cuenta que los resultados obtenidos en el presente cuestionario no se mostrarán a terceras personas.

NOTA: NO EXISTEN RESPUESTAS BUENAS O MALAS.

	Muy pocas veces	Algunas veces	Buen número de veces	La mayoría de veces
1. Me siento más nervioso y ansioso que de costumbre				
2. Me siento con temor sin razón				
3. Despierto con facilidad o siento pánico				
4. Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos				
5. Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme				
6. Me tiemblan los brazos y las piernas				
7. Me mortifican dolores de cabeza, cuello o cintura				
8. Me siento débil y me canso fácilmente				
9. Me siento tranquilo y puedo permanecer en calma fácilmente				
10. Puedo sentir que me late muy rápido el corazón				
11. Sufro de mareos				
12. Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar				
13. Puedo inspirar y expirar fácilmente				
14. Se me adormecen o hincan los dedos de las manos y pies				
15. Sufro de molestias estomacales o indigestión				
16. Orino con mucha frecuencia				
17. Generalmente mis manos están secas y calientes				
18. Siento bochornos				
19. Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche				
20. Tengo pesadillas				

Anexo 03 Ficha técnica de los instrumentos

Ficha Técnica de la Escala de Bienestar Psicológico (SPWB) de Ryff

1. Nombre Original	Escala de Bienestar Psicológico de Ryff
2. Autor	Carol Ryff (1995)
3. Procedencia	Estados Unidos
4. Adaptación Cajamarquina	Katherine Vanessa Briones Herrera (2019).
5. Confiabilidad	0,83 con Alfa de Cronbach.
6. Administración	Individual y colectiva.
7. Duración	10 – 15 minutos aproximadamente.
8. Aplicación	Adolescentes en adelante.
9. Puntuación	Escala de Likert del 1 al 4.
10. Significación	Evaluación de la percepción de bienestar personal.
11. Usos	Educacional, clínico y en la investigación. Son usuarios potenciales aquellos profesionales que se desempeñan como psicólogos, psiquiatras médicos, trabajadores sociales, consejeros, tutores.
12. Material	Escala de Bienestar Psicológico, lápiz /lapicero.

La Escala de Bienestar Psicológico (SPWB) de Ryff de forma global y en sus seis dimensiones, según (Briones, 2019)

Niveles Generales Escala de Bienestar Psicológico (SPWB)

	BAJO	MEDIO	ALTO
Bienestar psicológico	18 a 57	58 a 63	más de 64
Auto aceptación	3 a 10	11	12
Relaciones positivas	3 a 9	10 a 11	12
Dominio de entorno	3 a 7	8 a 9	10 a 12
Propósito de vida	3 a 9	10	11 a 12
Autonomía	3 a 8	9	10 a 12
Crecimiento personal	3 a 8	9 a 10	11 a 12
Niveles para el sexo masculino			
	BAJO	MEDIO	ALTO
Bienestar psicológico	18 a 58	57 a 63	más de 64
Auto aceptación	3 a 10	11	12
Relaciones positivas	3 a 9	10 a 11	12
Dominio de entorno	3 a 7	8 a 9	10 a 12
Propósito de vida	3 a 9	10	11 a 12
Autonomía	3 a 8	9	10 a 12
Crecimiento personal	3 a 8	9 a 10	11 a 12
Niveles para el sexo femenino			
	BAJO	MEDIO	ALTO
Bienestar psicológico	18 a 56	58 a 62	Más de 63
Auto aceptación	3 a 9	10 a 11	12
Relaciones positivas	3 a 10	11	12
Dominio de entorno	3 a 7	8 a 9	10 a 12
Propósito de vida	3 a 8	10	11 a 12
Autonomía	3 a 7	8 a 9	10 a 12
Crecimiento personal	3 a 8	9	10 a 12

Ficha Técnica de la Escala de Ansiedad de Zung

❖ Nombre Original	Escala de Ansiedad de Zung
❖ Procedencia	Estados Unidos
❖ Autor	Zung, W. (1984).
❖ Adaptación para Perú	MINSA (2005)
❖ Administración	Individual y Colectiva. Personas en general.
❖ Duración	10 minutos aproximadamente.
❖ Significación	Medición de la ansiedad
❖ Confiabilidad	Alfa de Cronbach con 0,897
❖ Puntuación	Escala de Likert del 1 al 4
❖ Usos	Clínico y de investigación.
❖ Materiales	Escala de ansiedad de Zung, lápiz y/o lapicero.

Puntajes para la evaluación de la Escala de ansiedad:

Puntuación	Nivel
0 – 20	Bajo
21 – 40	Medio
41 – 80	Alto

Anexo 04 Formato de Consentimiento informado y Asentimiento Informado

PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

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

La presente investigación en Salud se titula: “BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, AYACUCHO, 2022” y es dirigido por _____, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

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

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de _____. Si desea, también podrá escribir al correo _____ para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Fecha:

Correo electrónico:

Firma del participante:

Firma del investigador (o encargado de recoger información):

Anexo 05 Formato de Asentimiento Informado

PROTOCOLO DE ASENTIMIENTO INFORMADO

Mi nombre es _____y estoy haciendo mi investigación, la participación de cada uno de ustedes es voluntaria.

A continuación, te presento unos puntos importantes que debes saber antes de aceptar ayudarme:

- Tu participación es totalmente voluntaria. Si en algún momento ya no quieres seguir participando, puedes decírmelo y volverás a tus actividades.
- La conversación que tendremos será de _____minutos máximos.
- En la investigación no se usará tu nombre, por lo que tu identidad será anónima.
- Tus padres ya han sido informados sobre mi investigación y están de acuerdo con que participes si tú también lo deseas.

Te pido que marques con un aspa (x) en el siguiente enunciado según tu interés o no de participar en mi investigación.

¿Quiero participar en la investigación de _____?	Sí	No
--	----	----

Fecha: _____

Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información



"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"
"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Ayacucho, 11 de agosto de 2022

CARTA N° 001- 2022-ULADECH CATÓLICA-ACHY-E

Señor:
Lic. Félix Valer Torres
Director de la I.E.P. "Mariscal Cáceres"
Presente. -



Asunto : Autorización para ejecutar de manera remota o virtual, proyecto de investigación.

Es grato dirigirme a usted, para expresar mi cordial saludo e informarle que soy estudiante de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote - Filial Ayacucho del ciclo VIII, con código 3123182549. El motivo de la presente tiene por finalidad detectar el nivel de Bienestar Psicológico y la Ansiedad de 100 estudiantes entre los 14 y 17 años de edad.

En tal sentido solicito su autorización para ejecutar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado: "BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, AYACUCHO, 2022"; asimismo, agradeceré me brinde el acceso y las facilidades a fin de ejecutar satisfactoriamente mi investigación la misma que redundará en beneficio de su Institución.

Sin otro particular, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi especial consideración y estima. En espera de su amable atención, quedo de usted.

Atentamente,

DNI N° 76193296

Celular: 980296996
Correo electrónico: achyolanda2@gmail.com

