



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

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE
UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, NUEVO CHIMBOTE, 2022**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL

AUTOR

CARNERO JIMENEZ, JAZMIN DANIELA

ORCID:0000-0002-5132-1424

ASESOR

ALVAREZ SILVA, VERONICA ADELA

ORCID:0000-0003-2405-0523

CHIMBOTE-PERÚ

2024



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0338-121-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **07:20** horas del día **21** de **Noviembre** del **2024** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **PSICOLOGÍA**, conformado por:

MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE Presidente
ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN Miembro
VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE Miembro
Mgtr. ALVAREZ SILVA VERONICA ADELA Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, NUEVO CHIMBOTE, 2022**

Presentada Por :
(0123192011) **CARNERO JIMENEZ JAZMIN DANIELA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **MAYORIA**, la tesis, con el calificativo de **13**, 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:

MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE
Presidente

ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN
Miembro

VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE
Miembro

Mgtr. ALVAREZ SILVA VERONICA ADELA
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 AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, NUEVO CHIMBOTE, 2022 Del (de la) estudiante CARNERO JIMENEZ JAZMIN DANIELA, asesorado por ALVAREZ SILVA VERONICA ADELA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 3% 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, 17 de Febrero del 2025



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

El presente trabajo de investigación lo dedico a Dios, ya que él me da las fuerzas necesarias para seguir adelante.

A mi madre por brindarme su apoyo incondicional durante mi formación como futura profesional.

A mi padre que me supo inculcar valores y me dio apoyo, consejos para ser una mejor persona.

Índice

Dedicatoria.....	IV
Índice.....	V
Lista de Tablas	VII
Resumen.....	VIII
Abstracts	IX
I. Planteamiento del problema.....	1
II. Marco teórico	3
2.1. Antecedentes	3
2.2. Bases teóricas de la investigación.....	5
2.2.1. Definición de bienestar psicológico.....	5
2.2.2. Bienestar psicológico en el adolescente	6
2.2.3. Factores del bienestar psicológicos en el adolescente	7
2.2.4. El modelo de Bienestar psicológico de Bradburn.	8
2.2.5 El modelo de bienestar psicológico de Ryan y Deci.	8
2.2.6 Definiciones de Afrontamiento al Estrés	8
2.2.7. Afrontamiento al estrés de Frydenberg y Lewis	9
2.2.8. Afrontamiento al Estrés COPE de Carver.....	10
2.2.10. La teoría del afrontamiento del estrés de Lazarus y los moldes cognitivos.....	10
2.2.11. Afrontamiento al estrés y la adolescencia.....	11
2.2.12 Definición de términos básicos.....	11
2.2.13. Juventud	11
2.3. Hipótesis	12
III. Metodología	12
3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación.....	12
3.2. Población y muestra:	12
3.3. Variables. Definición y operacionalización de variables	13
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	14
3.4.1. Técnica:	14
3.4.2. Instrumentos	14
3.5. Metodo de análisis de datos.....	14
3.6. Aspectos éticos	14
IV. Resultados.....	16
V. Discusión.....	19
VI. Conclusiones	24
VII. Recomendaciones	25
Referencias bibliográficas	26

Anexo 01 Matriz de consistencia.....	32
Anexo 02 Instrumento de recolección de información	33
Anexo 03 Validez y confiabilidad del instrumento	36
Anexo 04 Formato de Consentimiento informado.....	42
Anexo 05 Documento de aprobación para la recolección de la información	44
Anexo 06 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos).....	45

Lista de Tablas

Tabla 1. Matriz de Definición y operacionalización de variables.....	13
Tabla 2. Correlación entre Bienestar psicológico y Afrontamiento al estrés.....	16
Tabla 3. Correlación entre Control de situaciones y Afrontamiento al estrés.....	16
Tabla 4. Correlación entre Vínculos psicosociales y Afrontamiento al estrés.....	17
Tabla 5. Correlación entre Proyecto personal y Afrontamiento al estrés.....	17
Tabla 6. Correlación entre Aceptación de sí mismo y Afrontamiento al estrés.....	18

Resumen

El objetivo de la presente investigación fue determinar la relación entre Bienestar psicológico y Afrontamiento al estrés en estudiantes de una institución educativa, Nuevo Chimbote. Se desarrolló una investigación de tipo observacional, cuantitativa y aplicada, de diseño no experimental, descriptivo correlacional. El instrumento fue el Inventario de afrontamiento al estrés Brief “COPE-28” de Carver que consta de 28 preguntas con una escala ordinal tipo Likert de 4 alternativas y la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS - J) de Ryff y Schmutte que consta de 13 preguntas con una escala ordinal tipo Likert de 3 alternativas. La muestra estuvo conformada por 210 estudiantes de nivel secundaria, utilizando el coeficiente de correlación Pearson, se halló que existía relación no significativa entre las variables comparadas y los factores de Bienestar Psicológico: Proyecto de vida ($p < ,05$), y Aceptación de sí ($p < ,05$); y entre Afrontamiento dirigido a resolver el problema y los factores de Bienestar Psicológico: Control de situaciones ($p < ,05$), Proyecto de vida ($p < ,05$) y Aceptación de sí ($p < ,05$). Por último, se encontró relación negativa y significativa entre el Afrontamiento no productivo y el factor de Bienestar psicológico: Proyecto de vida ($p < ,05$). Se concluye que no existe relación entre Bienestar Psicológico y afrontamiento al estrés

Palabras clave. Afrontamiento, estrés, Bienestar psicológico, estudiantes

Abstracts

The objective of this research was to determine the relationship between psychological well-being and coping with stress in students of an educational institution, Nuevo Chimbote. A cross-sectional, quantitative and applied research was developed, with a non-experimental, descriptive, correlational design. The instrument was the Brief Stress Coping Inventory "COPE-28" by Carver, which consists of 28 questions with a Likert-type ordinal scale of 4 alternatives, and the Psychological Well-being Scale (BIEPS - J) by Ryff and Schmutte, which consists of 13 questions with a 3-alternative Likert-type ordinal scale. The sample was made up of 210 secondary school students, using the Pearson correlation coefficient, it was found that there was a non-significant relationship between the compared variables and the factors of Psychological Well-being: Life project ($p < .05$), and Self-acceptance ($p < .05$); and between Coping aimed at solving the problem and the Psychological Well-being factors: Situation control ($p < .05$), Life project ($p < .05$) and Self-acceptance ($p < .05$). Finally, a negative and significant relationship was found between Non-productive Coping and the Psychological Well-being factor: Life Project ($p < .05$). It is concluded that there is no relationship between Psychological Well-being and coping with stress.

Key words. Coping, Stress, Psychological well-being, stud

I. Planteamiento del problema

Según la Organización Mundial de la Salud (2020) La salud mental es el bienestar que experimenta una persona como resultado de su adecuado funcionamiento en los aspectos cognitivo, afectivo y conductual, y en definitiva la realización óptima de su potencial personal para sobrevivir, trabajar y jugar. La salud es una de las necesidades humanas básicas por lo que los gobiernos, las comunidades, las familias y los individuos siempre deben preocuparse por mantener niveles óptimos.

Bienestar psicológico se originó en los Estados Unidos y se volvió más específica debido al desarrollo de las sociedades industrializadas y al interés por las condiciones de vida. Inicialmente sentirse bien estaba relacionado con la apariencia, la inteligencia o aspectos económicos, pero ahora, a raíz de diversas investigaciones, se sabe que la salud psicológica no solo está relacionada con estas variables sino también con la práctica saludable y la subjetividad personal. (García et al, 2020).

En China, (2020) desarrollaron una investigación con una muestra poblacional en sexo masculino y femenino, durante la fase inicial del brote de Covid-19, cuyos resultados nos dice que el 8.1% de personas son afectadas por el estrés, el género más afectado es el sexo femenino (Narvárez et al, 2021).

Nos dice que en Colombia en tiempo de pandemia los adolescentes han sido afectados en varios ambientes de su vida, los profesionales de psicología utilizaron estrategias de afrontamiento a corto y largo plazo para poder sobre llevar la situación del confinamiento y que les ayuden a sobre ponerse en sus círculos sociales, para no generar una dificultad de aprendizaje (Montes, 2020).

En el plano nacional, Perú es contante el problema de la salud mental, la gran mayoría de estudiantes tiene dificultades relacionados a un mal manejo de sus emociones. No dice que en Lima ya por ser la capital tiene una mayor sobre población, lo cual es propensa a problemas más frecuentes. En las estadísticas elaboradas en la Institución Nacional de la salud mental han identificado altos grados de estrés y problemas de convivencia entre personas. MINSA identifico que el 85% de estudiantes presenta problemas de salud mental y el caso más recurrente es el estrés. (Harvey et al, 2021).

También Vilchez et al, (2019), encontró que un 89.5% en Ica los estudiantes del nivel secundario presentan un grado de ansiedad y estrés académico, por exceso de trabajos que realizan en el colegio, tal que genero una gran consecuencia al manejo de

la situación. Además, en una indagación ejecutada en Cajamarca, se realizó una estadística que refleja del 75% de los estudiantes tiene un nivel de bienestar psicológico bajo, dando como resultado que los más afectados es en el sexo femenino (Matallana, 2019).

A nivel local, en la ciudad de Nuevo Chimbote se encontró que los estudiantes tienen un bajo rendimiento académico que puede ser afectado en el ámbito emocional y afectivo, generado por el excesivo trabajo educativo que realizan, como también se ha formado un alto porcentaje de estrés académico, tal que la salud mental decae cada vez más perjudicando la estabilidad emocional y creando una baja autoestima.

De ahí surge la pregunta ¿Existe relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022? Y para ser respondida nos planteamos objetivos, de manera general determinar la relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022 y de manera específica.

Determinar la relación entre control de situaciones y afrontamiento al estrés en estudiantes de una institución, Nuevo Chimbote, 2022.

Determinar la relación entre vínculos psicosociales y afrontamiento al estrés en estudiantes de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022.

Determinar la relación entre proyectos personales y afrontamiento al estrés en estudiantes de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022.

Determinar la relación entre aceptación de sí y afrontamiento al estrés en estudiantes de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022.

De todo lo antes dicho, podemos decir que el estudio justifica su realización de manera teórica en tanto que contribuye con la línea de investigación de la Escuela Profesional De Psicología de la ULADECH referido a salud mental tal que bienestar psicológico y afrontamiento al estrés nos conducen a un control de nuestras emociones que nos permiten una satisfacción en nuestro estado de ánimo. A través de la salud mental podemos llevar una tranquilidad en nuestra vida emocionalmente porque sin salud mental no hay salud real.

Aunque el estudio no tiene carácter práctico o aplicado se podría usar la información resultante para la realización de talleres o actividades orientadas a fortalecer en la población estudiada. La misma que podrá dar a conocer el tipo de estrategias que manejan los alumnos y cuanto esto beneficia su bienestar psicológico de tal modo que podrán plantear programas de intervención de ser necesario.

II. Marco teórico

2.1. Antecedentes

Uribe et al (2019) investigaron “La relación entre las estrategias de afrontamiento con el bienestar psicológico, en escolares adolescentes, en Colombia”. La investigación es de diseño transversal correlacional, conformada por 104 adolescentes que provienen de colegios públicos, entre 15 y 18 años de la ciudad de Montería en Córdoba. Se utilizó el instrumento de la Escala de Afrontamiento para adolescentes y el Cuestionario de Bienestar Psicológico. Los resultados determinan que si presentan relación entre las estrategias de afrontamiento con el bienestar psicológico. Por otro lado, los jóvenes de la muestra, se presentan una alta correlación entre las estrategias de afrontamiento, la cual son búsqueda de apoyo social, espiritual y resolución de problemas. En conclusión, el aspecto del bienestar psicológico relacionado al género, se evidencia diferentes de tipo estadístico como en el dominio del medio ambiente de tipo social, el desarrollo personal y su bienestar.

Barcelata y Rivas (2019) investigaron “La relación entre bienestar psicológico y satisfacción vital en adolescentes de escuelas secundarias tempranos medios, en México”. La muestra fue de 572 estudiantes de 13 a 18 años, se usó las variables de: Escala de Bienestar Psicológico para adolescentes y la Escala de Evaluación Afectivo-Cognitiva de la vida. Sus resultados fueron que si hay relación en las estrategias de afrontamiento con el Bienestar Psicológico para adolescentes y la Escala de Evaluación Afectivo-Cognitiva de la vida. Los resultados fueron que los adolescentes en el área de bienestar psicológico y la satisfacción vital presentaron valores por encima de la media, a la vez en las dimensiones del bienestar psicológico, concluyendo se hayo se halló relaciones significativas en las dos variables.

Canchari (2020) en su trabajo denominado “Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de una Institución estatal de Lima” el objetivo de la investigación fue encontrar la relación entre afrontamiento y bienestar psicológico; siendo un estudio cuantitativo de diseño no experimental, descriptivo correlacional con una población de 534 estudiantes, una muestra de 240 estudiantes, con un 18 muestreo no probabilístico por conveniencia. El instrumento fue la escala de afrontamiento para adolescente de fyndenberg y Lewis y la escala de bienestar psicológico de Ryff y Schmitt. En conclusión, se observó que existe una relación positiva del afrontamiento al estrés en la dimensión de resolver problemas con los factores de bienestar psicológico

($p < ,05$) concluyendo que si existe relación entre el afrontamiento al estrés y algunos factores del bienestar psicológico.

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

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

Urbano (2019) en su informe de investigación “Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de la escuela de líderes escolares de lima norte – 2017” tuvo como objetivo general, conocer la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico. La muestra estuvo formada por 237 estudiantes de ambos sexos quienes cursaban el 5to año de educación secundaria y se encontraban entre los 16 y 17 años de edad. Se utilizó el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al

Estrés COPE y la Escala de Bienestar Psicológico - BIEPS-J. Los resultados indican que existen correlaciones altas entre los estilos de afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico, en conclusión, nos dice que existen correlaciones altas entre el estilo de afrontamiento al estrés enfocado al problema y el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción y el bienestar psicológico mientras que encontramos correlaciones moderadas entre estilos de afrontamiento adicionales y bienestar psicológico.

Avalos y Calle (2019) En su trabajo denominado “Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa de Nuevo Chimbote” tiene como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa de Nuevo Chimbote. La muestra estuvo conformada por 286 estudiantes de 1° al 5° grado, entre 12 y 17 años de edad; se utilizaron dos instrumentos: El Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE: NA, en niños y adolescentes y la Escala de Bienestar psicológico de Ryff; ambos instrumentos se encuentran adaptados al contexto peruano. Los resultados en la correlación es positiva débil ($r=,470$) entre inteligencia emocional y bienestar psicológico siendo ésta altamente significativa ($p < ,01$); asimismo correlación positiva débil ($r=,357$) de la intrapersonal; correlación positiva débil ($r=,184$) de la interpersonal; relación positiva débil ($r=,461$) del manejo de estrés; correlación positiva moderada ($r=,509$) del ánimo general; correlación positiva débil ($r=,159$) de la impresión positiva, todas estas escalas mencionadas en relación con el bienestar psicológico.

2.2. Bases teóricas de la investigación

2.2.1. Definición de bienestar psicológico

Vilma (2010) nos dice que el bienestar psicológico tiene relación con la salud mental y emocional, por lo que las personas funcionan de manera óptima de acuerdo a sus patrones y expectativas, y la condición es que deben adaptarse de acuerdo a sus necesidades internas y externas al entorno social y de relaciones. Con las creencias que cada uno tiene, dedicándose a las experiencias que ha tenido. El bienestar psicológico es la capacidad de una persona para adaptarse a situaciones y rechazar situaciones estresantes. (Vásquez et al 2009) se refiere a que el término eudaimonía establece la felicidad, la superación de las dificultades y el desarrollo del potencial personal. Rodríguez et al (2010) nos dice que las dimensiones propuestas por Carol Ryff son energizantes y

moldeadas por experiencias positivas donde se sienten en control en el triunfador: personas que se sienten más energizadas por iniciativas autodirigidas por lo que casi no experimentan conflictos y creen en su propia capacidad para lograr sus objetivos de esta manera, las personas se sienten más satisfechas.

Casullo (2002) En cuanto el bienestar psicológico, se refieren a la salud psicológica como la valoración que cada individuo hace y de todo lo que ha tenido durante esa vida, mostrándose satisfecho, complacido con lo logrado y tomando esta valoración como puramente personal. Esta satisfacción del sujeto incluye tres aspectos: El afecto, frágil e independiente, se extiende más allá de las respuestas emocionales y las dimensiones sociales para incluir diferencias en la demografía social, la carrera académica, etc. Estas características pueden crear muchos tipos diferentes de beneficios.

Balcázar (2017) Mencionó que el bienestar psicológico ha sido ampliamente estudiado en las últimas décadas, afirmando que las personas tienen una evaluación positiva de sus vidas en términos de educación, carrera, familia, sociedad, etc.; Expresar emociones positivas y negativas de forma óptima sin estrés. El tratamiento del componente cognitivo es la satisfacción, en última instancia denominada bienestar psicológico “establece que la felicidad subjetiva incluye aspectos cognitivos y afectivos (positivos y negativos)”, si la persona se siente insatisfecha con su vida y expresa con frecuencia emociones negativas, con la disminución en las emociones positivas, su felicidad subjetiva se considera baja.

2.2.2. Bienestar psicológico en el adolescente

Casullo y Castro (2000) refieren que cuando se trata del bienestar de los adolescentes, demuestran una fuerte inclinación a priorizar la familia y mantener relaciones positivas con sus seres queridos. También adoptan el concepto de aceptar sus circunstancias y sacar lo mejor de sus vidas. Construir conexiones sólidas y aceptarse unos a otros, a pesar de las imperfecciones, suelen ser las principales prioridades de los adolescentes. Por otro lado, perseguir y alcanzar metas a veces puede generar sentimientos de inquietud en lugar de satisfacción. Además, los adolescentes perciben los desafíos académicos y los conflictos con amigos y familiares cercanos como las amenazas más importantes a su bienestar psicológico.

El bienestar psicológico de los adolescentes está estrechamente ligado a sus personalidades individuales y objetivos de vida. Es crucial resaltar la importancia de alinear los objetivos de vida con planes bien estructurados para alcanzarlos, ya que esta correlación garantiza un mayor bienestar psicológico Castro (2002).

2.2.3. Factores del bienestar psicológicos en el adolescente

Casullo (2002, citado en Cabrera, 2017) se basa en el modelo multidimensional de Ryff (1989), pero en su investigación con población adolescente, considera sólo 4 factores:

- **Control de situaciones y aceptación de sí mismo:**
Los adolescentes con alto autocontrol y autoaceptación tienen un fuerte sentido de control, poder y capacidad para mejorar su entorno y cambiar situaciones para adaptarlas a sus necesidades e intereses. Si su salud mental es baja, es posible que no puedan gestionarlo con éxito. exigencias de la vida, te resultará difícil identificar oportunidades de cambio en tu entorno y no podrás mejorar la situación que tienes. Además, no pueden superar los errores del pasado, quieren ser personas diferentes y arrepentirse de lo que les pasó.
- **Vínculos psicosociales:** Las personas con conexiones psicosociales bien desarrolladas exhiben empatía, capacidad de respuesta emocional, habilidad para construir relaciones y capacidad de confianza. Por el contrario, aquellos con vínculos psicosociales limitados experimentan aislamiento social, escasez de conexiones interpersonales, insatisfacción con sus relaciones y falta de voluntad para formar compromisos con los demás.
- **Autonomía:** Los individuos que poseen un fuerte sentido de autonomía exhiben rasgos como la toma de decisiones independiente, la confianza en sí mismos y el asertividad. Por el contrario, aquellos con un nivel más bajo de autonomía dependen de que otros tomen decisiones por ellos, muestran inestabilidad emocional y experimentan ansiedad por las opiniones de los demás y el posible juicio de personas negativas.
- **Proyectos:** Los individuos que poseen un nivel sustancial de "proyecto" se caracterizan por la presencia de metas y proyectos bien definidos en

sus vidas, junto con una comprensión clara de sus valores personales y su propósito general. Por el contrario, quienes caen por debajo de este indicador tienden a tener aspiraciones limitadas y carecer de sentido en la vida, así como escasez de valores personales.

2.2.4. El modelo de Bienestar psicológico de Bradburn.

Vielma y Alonso (2009) nos cuentan que Norman Bradburn, quien propuso, a través de sus informes clínicos e investigaciones, la idea de realizar una revisión global del trabajo para evitar cuestionamientos éticos de su naturaleza por parte de grupos mayoritarios involucrados en religión y política. En los Estados Unidos Bradburn fue uno de los pioneros en el uso del término bienestar psicológico después de varias encuestas de décadas, un estudio centrado en la felicidad y eudaimonía ofrece una explicación para el bienestar psicológico que incluye dimensiones de contenido positivo y negativo. Por lo que también propuso una escala para su medición.

2.2.5 El modelo de bienestar psicológico de Ryan y Deci.

Este modelo, también conocido como teoría de la autodeterminación, se centra en modelar la motivación humana. El objetivo de esta teoría es evaluar en qué medida las personas se involucran en sus actividades, destacando siempre sus mecanismos y/o habilidades para realizar sus habilidades.; Debido al desarrollo de muchos estudios, la motivación autodefinida está íntimamente relacionada con la motivación intrínseca. También evalúa si las conductas son voluntarias, es decir, si reflejan la materialización de un pensamiento en una determinada acción, si tienen capacidad para elegir o decidir con inteligencia y mecanismos psicológicos o no (Moreno, 2006). Clasificaron el bienestar psicológico en dos grupos: felicidad hedonista relacionada con la felicidad y felicidad eudamónica relacionada con el potencial humano (Rodríguez, 2012).

2.2.6 Definiciones de Afrontamiento al Estrés

La gran parte de los científicos definen el afrontamiento como un acumulado de respuestas a un contexto que genera estrés, son diseñadas para disminuir de alguna manera las cualidades objetables del ambiente. Por cual, son las reacciones provocadas por la situación estresante, implementadas para examinar. Hablamos del término afrontar a la situación que el individuo trata de superar

que se les imponen a lo largo de la vida y para restablecer el equilibrio, es decir, es adaptarse a nuevas circunstancias. El grado de distancia determina parcialmente la presión que experimenta la persona (Márquez, 2006). Esta dimensión incluye estrategias específicas como mayor esfuerzo, planificación y análisis lógico. La segunda dimensión, el afrontamiento orientado a las emociones, representa las acciones utilizadas para modificar el significado de una situación estresante y corregir los resultados emocionales negativos (Carver et al, 1989).

Castaño y León (2010) Los estilos de afrontamiento del estrés son las predisposiciones que los individuos enfrentan ante una situación, los cuales están relacionados con la preferencia de cada persona por utilizar un determinado tipo o estrategia de afrontamiento, cuya estabilidad depende del tiempo y las circunstancias. Más concretamente, las estrategias de afrontamiento se utilizan en todos los contextos y se caracterizan por evolucionar según la situación que las provoca. Fernández (2009) El afrontamiento del estrés tiene tres aspectos a considerar: Primero, es visto como un proceso, cambiando si la experiencia del sujeto es exitosa o no. En segundo lugar, se considera una respuesta automática y también se aprende a través de la experiencia y en el último punto, el individuo tiene que generar un esfuerzo para encontrar su equilibrio.

2.2.7. Afrontamiento al estrés de Frydenberg y Lewis

Descrito desde diferentes puntos de vista a lo largo de los años. Estos enfoques se pueden agrupar en dos, un enfoque se llama afrontamiento condicional y situacional. El afrontamiento se entiende como un estilo individual de cómo un individuo maneja el estrés y, en este último caso, el afrontamiento se entiende como un proceso, como una respuesta al estrés, propio de cada situación y también evolutivo. Desde de la formulación de este concepto, también basado en la teoría de la transacción se consideran un enfoque teórico y el método de evaluación de contramedidas que aborda factores de afrontamiento tanto generales como específicos (Lazarus et al, 2000).

2.2.8. Afrontamiento al Estrés COPE de Carver

El Inventario Estimado de Afrontamiento Multidimensional COPE es una herramienta desarrollada por Carver, Scheier y Weintraub en 1989 para evaluar las formas en que las personas reaccionan al estrés, con el objetivo de evaluar la respuesta típica de un sujeto. Los elementos son los mismos en ambas formas, solo difieren las instrucciones de aplicación. Algunos académicos argumentan que, si bien puede haber ventajas al evaluar las dos versiones de manera diferente, los dos enfoques no están completamente en desacuerdo. En este sentido, sugerimos que el afrontamiento puede entenderse tanto en términos estables (condicionales) como temporales (situacionales), ya que los sujetos prefieren algunos de estos según la situación (Carver et al, 1989).

Janscht (2012) nos dice que los estilos de afrontamiento son respuestas que generan estrés, también que tienden a variar de una persona a otra, ya sea por la experiencia personal o por la autoevaluación de las propias capacidades y/o motivaciones para influir en la adaptación. Afronta las experiencias estresantes a las que te enfrentas y supéralas. Por lo tanto, la respuesta de afrontamiento es directa cuando se elimina con éxito la causa del peligro, y una respuesta de mitigación cuando se reduce la interpretación del peligro.

2.2.10. La teoría del afrontamiento del estrés de Lazarus y los moldes cognitivos

Lazarus propone que las personas en situaciones estresantes "han sido diseñadas para hacer frente a necesidades externas y/o internas específicas que se juzgan redundantes o desbordantes de sus recursos personales". "Participar en cambios en los esfuerzos cognitivos y conductuales". Para regular las reacciones emocionales que pueden surgir ante situaciones estresantes. Según los autores, todos los seres humanos tenemos formas específicas de afrontar el estrés.

Existen muchos factores que determinan los mecanismos de afrontamiento. Influyen otros factores como las creencias existenciales que tenga una persona, sean religiosas o no. Creencias generales sobre el control que puedes ejercer sobre tu entorno y sobre ti mismo. Además, Lazarus agrega el apoyo social y los recursos físicos como otros factores a considerar (Lazarus y Folkman, 1986)

2.2.11. Afrontamiento al estrés y la adolescencia

El proceso de afrontamiento del adolescente implica una secuencia de respuestas cognitivas y emocionales que surgen en respuesta a una situación particular. El objetivo final es recuperar la sensación de estabilidad y armonía personal o, al menos, aliviar el malestar que experimenta el adolescente. Esto se puede lograr mediante esfuerzos destinados a resolver problemas y abordar directamente la fuente del estrés o, alternativamente, intentar disminuir las emociones, independientemente de la eficacia de dichos esfuerzos (Frydenberg, 1994).

La edad de la adolescencia expone a las personas a una multitud de factores de riesgo y presiones sociales, lo que resulta en mayores niveles de estrés y preocupación. En consecuencia, la seguridad en uno mismo, la ansiedad y la timidez.

Las demandas psicosociales que surgen durante la adolescencia tienen el potencial de impactar los sentimientos de eficacia, autoestima y la formación de mecanismos de afrontamiento. Cuando los adolescentes carecen de las herramientas necesarias para gestionar el estrés, pueden exhibir conductas desadaptativas y volverse más susceptibles a los riesgos sociales, lo que puede obstaculizar su crecimiento psicosocial (Gonzalez et al., 2002).

2.2.12 Definición de términos básicos

Afrontamiento al estrés: Estas estrategias operan tanto a nivel cognitivo como conductual, con el objetivo de abordar y adaptarse a situaciones que se perciben como abrumadoras (Frydenberg y Lewis, 1997).

Bienestar psicológico: La capacidad de establecer y mantener conexiones emocionales positivas, manejar las circunstancias, establecer objetivos futuros y abrazarse a uno mismo comprende la gama de habilidades conocidas como inteligencia emocional (Casullo, 2002).

2.2.13. Juventud

Período de transición entre los 17 y los 25 años, durante el cual los individuos pasan por interacciones sociales y procesos de toma de responsabilidad. Esto depende del grupo social que tenga los jóvenes. Factores de riesgo en jóvenes: deserción escolar, conductas de riesgo, familia disfuncional, consumo de psicotrópicos, enfermedades de transmisión sexual, embarazo no deseado

, igualdad de oportunidades, condiciones ambientales insalubres. Generalmente, los jóvenes en esta etapa se sienten cómodos con quienes son y con lo que sintieron cuando eran adolescentes (Pineda, 2002).

2.3. Hipótesis

H1 = No existe relación entre el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública de Nuevo Chimbote, 2022.

Ho = Existe relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa pública de Nuevo Chimbote, 2022.

III. Metodología

3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación

El nivel de investigación será correlacional porque se va a buscar demostrar dependencia probabilística entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés, en tanto que no se pretenda conocer las relaciones causales, sino más bien la dependencia estadística, que a través de la estadística bivariado que permitirá hacer asociaciones (Chi Cuadrado) (Supo, 2014).

El tipo de estudio será observacional porque no habrá manipulación de la variable; prospectivo, porque los datos que se recogerán serán a propósito del estudio (primarios); transversal, porque se realizará una sola medición a la misma población; y analítico, porque el análisis estadístico será bivariado (Supo, 2014).

Diseño no experimental, porque se realizará el estudio sin manipulación de las variables, es decir que solo se observará situaciones ya existentes; y transversal porque se recolectan datos en un solo momento (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

3.2. Población y muestra:

La población de esta investigación fueron estudiantes. La población estará conformada por estudiantes que cumplan con los criterios de elegibilidad:

Criterios de Inclusión:

- Estudiantes que estén presentes al momento de la evaluación
- Estudiantes de ambos sexos
- Estudiantes que han finalizado correctamente el llenado del test
- Estudiantes con aparente buen estado de salud y que acepten voluntariamente participar en el estudio.
- Estudiantes que tengan 16 años a más

Criterios de Exclusión:

- Estudiantes que no cumplan con los criterios de inclusión. Por lo que la población será un total de N = 210
- Solo se le aplicó la escala a los estudiantes que querían participar de la investigación.
- Los estudiantes que no presenten el consentimiento o el asentimiento no podrán participar de la investigación

Teniendo en cuenta que, lo cual se eligió una muestra no probabilística de tipo por conveniencia.

3.3. Variables. Definición y operacionalización de variables

Tabla 1

Matriz de Definición y operacionalización de variables

Variable de Asociación	Dimensiones / Indicadores	Valores Finales	Tipo de Variable
Bienestar psicológico	<ul style="list-style-type: none"> • Control de situaciones. (13,5,10,1) • Vínculos psicosociales (8,2,11) • Proyectos personales (12,6.3) • Aceptación de sí mismo (9,4,7) 	Alto Promedio Bajo	Categoría, nominal, politómica
Variable de Supervisión	Dimensiones / Indicadores	Valores Finales	Tipo de Variable
Inventario de afrontamiento al estrés Cope-28	<ul style="list-style-type: none"> • Afrontamiento orientado al problema (1, 24, 6 y 18). • Afrontamiento orientado a la emoción (9, 27, 2, 22, 7, 20, 8, 17, 3 y 14) 	Alto Medio Bajo	Ordinal

-
- Afrontamiento evitativo (13, 23, 4, 16, 10, 21, 12, 26, 5, 19, 15, 28, 11 y 28).
-

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información

3.4.1. Técnica:

Para esta investigación se usará como técnica, la psicometría, que son test que cuenta con propiedades psicométricas y a su vez cuenta con validez y confiabilidad (Supo, 2014).

3.4.2. Instrumentos

En el anexo N°2

3.5. Metodo de análisis de datos

Teniendo en cuenta que nuestro estudio es de tipo observacional, prospectivo, transversal y descriptivo; el nivel de estudio relacional; variables categóricas, nominales, y aunque son politómicas (por lo que se requiere su dicotomización, para realizar el procedimiento estadístico de asociación); por todo lo antes dicho se usó la prueba estadística Chi Cuadrado de independencia, con un nivel de significancia de $\alpha = 5\% = 0,05$. El análisis estadístico fue bivariado. El procesamiento de los datos se realizó a través del software Microsoft Excel 2013 y Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) ver. 22.

3.6. Aspectos éticos

La presente investigación se ejecuto acatando los principios éticos de la universidad ULADECH, donde se tuvo en cuenta los principios éticos establecidos por el reglamento de integridad científica en la versión 001(2024), en el cual se consideró los siguientes:

Principio de protección de la persona. La persona en toda investigación es el fin y no el medio, por ello necesita cierto grado de protección, el cual se determinará de acuerdo al riesgo en que incurran y la probabilidad de que obtengan un beneficio.

Principios de beneficencia y maleficencia. Se busca lograr los máximos beneficios y reducir al mínimo los riesgos.

Principio de justicia. El investigador debe ejercer un juicio razonable, ponderable y tomar las precauciones necesarias para asegurar que sus sesgos, y las imitaciones de sus capacidades y conocimiento, no den lugar o toleren prácticas injustas

Principios de integridad científica. Se abordará asegurando la validez y veracidad, ya que se evitará datos irreales que puedan afectar al estudio y los participantes.

Principio de libre participación y derecho a estar informado. Las personas que desarrollan actividades de investigación tienen el derecho a estar bien informados sobre los propósitos y finalidades de la investigación que desarrollan.

Principio de cuidado del medio ambiente. Se abordó teniendo cuidado de los daños que puedan afectar a las plantas o animales.

IV. Resultados

4.1 Resultados

Tabla 2. Correlación entre Bienestar psicológico y Afrontamiento al estrés

Correlaciones	
	Afrontamiento al estrés
Bienestar psicológico	Correlación de Pearson .125
	Sig. (bilateral) .070
	N 210

Se ha demostrado la existencia de relación no significativa entre las variables comparadas, demostrando la existencia de la hipótesis nula (Ho), alcanzando una relación de 0.125 (Correlación positiva muy baja).

Tabla 3. Correlación entre Control de situaciones y Afrontamiento al estrés

Correlaciones	
	Afrontamiento al estrés
Control de situaciones	Correlación de Pearson ,158*
	Sig. (bilateral) .022
	N 210

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Fuente elaboración propia

Se ha demostrado la existencia de relación significativa entre las variables comparadas, como consecuencia de haber contado con un p valor inferior a 0.050, demostrando la existencia de la hipótesis alterna (Ha), alcanzando una relación de 0.158 (Correlación positiva muy baja)

Tabla 4. Correlación entre Vínculos psicosociales y Afrontamiento al estrés

Correlaciones	
	Afrontamiento al estrés
Correlación de Pearson	.063
Vínculos psicosociales Sig. (bilateral)	.362
N	210

Fuente elaboración propia

Nota. Se ha demostrado la existencia de relación significativa entre las variables comparadas, como consecuencia de haber contado con un p valor superior a 0.050, demostrando la existencia de la hipótesis nula (Ho), alcanzando una relación de 0.063 (Correlación positiva muy baja).

Tabla 5. Correlación entre Proyecto personal y Afrontamiento al estrés

Correlaciones	
	Afrontamiento al estrés
Correlación de Pearson	.073
Proyecto personal Sig. (bilateral)	.294
N	210

Fuente elaboración propia

Se ha demostrado la existencia de relación significativa entre las variables comparadas, como consecuencia de haber contado con un p valor inferior a 0.050, demostrando la existencia de la hipótesis alterna (Ha), alcanzando una relación de 0.073 (Correlación positiva muy baja).

Tabla 6. Correlación entre Aceptación de sí mismo y Afrontamiento al estrés

Correlaciones	
	<u>Afrontamiento al estrés</u>
Aceptación de sí mismo	Correlación de Pearson ,140*
	Sig. (bilateral) .042
	N 210

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Fuente elaboración propia

Se ha demostrado la existencia de relación significativa entre las variables comparadas, como consecuencia de haber contado con un p valor inferior a 0.050, demostrando la existencia de la hipótesis alternativa (Ha), alcanzando una relación de 0.140 (Correlación positiva muy baja).

V. Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022, donde se demostró la no existencia de relación entre las variables comparadas, siendo esto similar con el resultado de, Arias (2022) donde encontró que no existe relación entre sus variables estudiadas. No obstante, Uribe et al (2019), encontró una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, de la misma forma, Barcelata y Rivas (2019), Canchari (2020) y Urbano (2019), encontraron una relación altamente significativa entre sus variables estudiadas. En primer lugar, la similitud se puede deber a que ambos estudios se llevaron a cabo en contextos educativos similares, es decir, en instituciones educativas y con estudiantes de secundaria. Esto implica que los desafíos y presiones académicas a los que se enfrentan los estudiantes en ambos lugares podrían ser comparables, lo que a su vez podría influir en los niveles de bienestar psicológico y estrés experimentados.

Además, la teoría del bienestar psicológico de Ryff y Singer (2008) sostiene que el bienestar psicológico no solo se relaciona con la ausencia de estrés, sino también con aspectos más amplios como la autoaceptación, el crecimiento personal y las relaciones positivas con los demás. Si los estudiantes en ambos contextos comparten características similares en términos de su sentido de autoaceptación, desarrollo personal y calidad de sus relaciones interpersonales, es posible que estas variables influyan en su bienestar psicológico de manera similar, independientemente del nivel de estrés que experimenten. Por otro lado, las diferencias se pueden deber a las diferencias en las muestras estudiadas. Los estudiantes de cada región pueden tener características individuales, culturales y sociodemográficas distintas que podrían influir en sus niveles de bienestar psicológico y en las estrategias de afrontamiento utilizadas. Además, las

teorías del estrés y el afrontamiento sugieren que las estrategias de afrontamiento utilizadas por las personas pueden variar según el contexto cultural y social en el que se encuentren. Las diferencias en las normas culturales, los valores y las expectativas sociales pueden influir en las estrategias de afrontamiento preferidas por los estudiantes en cada región, lo que a su vez podría influir en la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés (Papalia, Feldman y Martorell, 2016).

Por otro lado, se ha determinado que existe una relación significativa entre el control de situaciones y el afrontamiento al estrés. Es importante tener en cuenta que diversos factores sociodemográficos, como la edad, el nivel educativo y la experiencia previa, pueden influir en la percepción de control que las personas tienen sobre las situaciones estresantes. Estos factores, a su vez, pueden impactar en la forma en que las personas afrontan el estrés en sus vidas cotidianas. Desde la perspectiva de la teoría del afrontamiento al estrés, se argumenta que el control de situaciones desempeña un papel fundamental en el manejo efectivo de los desafíos estresantes (Lazarus et al, 2000).

Cuando las personas perciben un mayor grado de control sobre las situaciones que enfrentan, se sienten más capacitadas y confiadas para afrontar dichos desafíos. Esto se traduce en el uso de estrategias de afrontamiento más efectivas y adaptativas, que les permiten hacer frente al estrés de manera más eficiente y exitosa (Janscht, 2012). Por otro lado, la teoría del bienestar psicológico de Ryff sostiene que el control de situaciones es un componente crucial del autodomínio y el crecimiento personal. Según esta teoría, cuando las personas tienen un mayor sentido de control sobre las situaciones estresantes, experimentan un mayor bienestar psicológico en general. El sentimiento de dominio y capacidad para enfrentar los desafíos estresantes contribuye a su sentido de satisfacción y plenitud en la vida (Ryff y Singer, 2008). En el contexto de la investigación, los hallazgos previos que revelan una relación significativa entre el

control de situaciones y el afrontamiento al estrés sugieren que un mayor sentido de control puede ser beneficioso para los participantes al enfrentar el estrés académico. Es probable que aquellos individuos que perciben un mayor control sobre las situaciones estresantes experimenten un mejor bienestar psicológico y utilicen estrategias de afrontamiento más adaptativas en tu estudio. Estos resultados respaldarían la importancia de fomentar el sentido de control y empoderamiento en entornos académicos, con el fin de promover la salud mental y el bienestar de los estudiantes.

Con respecto a la relación entre vínculos psicosociales y afrontamiento al estrés, en la presente investigación no se encontró una relación significativa entre ambas variables. Este resultado podría atribuirse a diversos factores sociodemográficos y a consideraciones teóricas relacionadas con el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico de Ryff. Desde una perspectiva sociodemográfica, es importante tener en cuenta que variables como la edad, el género y la experiencia previa pueden influir en la calidad y naturaleza de los vínculos psicosociales percibidos, así como en las estrategias de afrontamiento utilizadas por los individuos (Papalia, Feldman y Martorell, 2016). Estos factores podrían interactuar de manera compleja y diferencial con la relación entre los vínculos psicosociales y el afrontamiento al estrés, lo que podría explicar la ausencia de una asociación significativa en este estudio particular. Por otro lado, desde las teorías del afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico, se postula que los vínculos psicosociales desempeñan un papel crucial como sistemas de apoyo y recursos que pueden influir en la forma en que las personas afrontan el estrés. Estos vínculos proporcionan un sentido de pertenencia, apoyo emocional y la posibilidad de compartir experiencias y recursos, lo que a su vez puede facilitar un afrontamiento más efectivo ante situaciones estresantes (Uribe et al, 2018). A partir de los hallazgos obtenidos, se plantea la posibilidad de que existan otros factores o variables no consideradas en esta

investigación que podrían estar influyendo de manera más significativa en el afrontamiento al estrés.

Así también, en esta investigación no se encontró una relación entre los proyectos personales y el afrontamiento al estrés. Este resultado puede ser atribuido a diversos factores, considerando tanto aspectos sociodemográficos como las teorías del afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico de Ryff. A nivel sociodemográfico, variables como la edad, el género y el nivel educativo pueden influir en la naturaleza de los proyectos personales y en las estrategias de afrontamiento empleadas frente al estrés. Estos factores sociodemográficos pueden interactuar de manera compleja y diferencial con la relación entre los proyectos personales y el afrontamiento al estrés, lo que podría explicar la ausencia de una asociación significativa en este estudio. Desde la perspectiva del afrontamiento al estrés, se plantea que los proyectos personales pueden brindar una motivación y un sentido de dirección en la vida, lo cual tendría un impacto en la forma en que las personas afrontan las situaciones estresantes (Lazarus et al, 2000). Se espera que los individuos con proyectos personales claros y significativos estén más motivados para enfrentar los desafíos estresantes y utilicen estrategias de afrontamiento más efectivas. Sin embargo, los resultados de esta investigación no respaldan esta relación esperada entre los proyectos personales y el afrontamiento al estrés. A partir de estos hallazgos, se puede sugerir que los proyectos personales pueden variar considerablemente entre los estudiantes de secundaria. Algunos estudiantes pueden tener proyectos muy claros y motivadores, mientras que otros pueden carecer de metas definidas o tener proyectos menos relevantes para ellos en ese momento. Esta variabilidad puede influir en la relación entre los proyectos personales y el afrontamiento al estrés, ya que aquellos con proyectos más significativos podrían experimentar un mayor impacto en su forma de afrontar el estrés.

Por último, la relación entre sí y afrontamiento al estrés, se pudo encontrar que existe una relación significativa entre las variables. Esto puede ser comprendido a nivel sociodemográfico, variables como la edad, el género y la experiencia previa podrían influir en la formación y el desarrollo del autoconcepto, así como en las estrategias de afrontamiento utilizadas frente al estrés. Según la teoría del afrontamiento al estrés, el autoconcepto positivo puede proporcionar una base sólida para afrontar los desafíos y presiones, permitiendo una mayor resiliencia y adaptabilidad (Lazarus et al, 2000). Por su parte, desde la perspectiva del bienestar psicológico de Ryff, un autoconcepto saludable se relaciona con un mayor sentido de propósito y autenticidad, lo que contribuye al bienestar emocional y a una mayor capacidad para enfrentar el estrés. En base a estos resultados, se podría prever que, en el contexto de tu investigación, aquellos individuos que poseen un autoconcepto más positivo podrían estar mejor equipados para afrontar el estrés académico, experimentando un mayor bienestar psicológico y empleando estrategias de afrontamiento más efectivas

VI. Conclusiones

No existe relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés.

Existe relación entre control de situación y el afrontamiento al estrés.

No existe relación entre psicosociales y afrontamiento al estrés.

No existe relación entre los proyectos personales y el afrontamiento al estrés

Existe relación entre aceptación de sí mismo y afrontamiento al estrés.

VII. Recomendaciones

Se le recomienda a la institución educativa que ejecuten programas preventivos promocionales para fomentar el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés a los estudiantes.

Para futuros investigadores, se recomienda que repliquen el estudio para evaluar la correlación entre las variables en un área o distrito en particular, es imperativo.

Referencias bibliográficas

- Avalos Aurora, S. Calle Avalos. L (2019). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa de Nuevo* [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo].
Repositorio institucional Cesar Vallejo
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/40165/Avalos_ASE-Calle_ALC.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Barcelata Eguiarte, B. y Rivas Miranda, D. (2018). Bienestar psicológico y satisfacción vital en adolescentes mexicanos tempranos y medios. *Revista Costarricense de Psicología*, 35(2), 119-137.
<https://www.redalyc.org/pdf/4767/476754931005.pdf>
- Calvarro Castañeda, A. (2017). *Estrés Percibido, Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Psicológico en jóvenes* [Tesis de pregrado, Universidad de Salamanca]. Repositorio institucional de Salamanca
https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/131434/TFG_CalCasAL_Estres.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Canchari Flores, Y. (2020). *Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa estatal* [Tesis de pregrado, Universidad señor de Sipán]. Repositorio institucional de Univerisdad Señor de Sipán
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7510/Canchari%20Flores%2c%20Yanet.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Carver Charles, S. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Revista. Journal of personality and social psychology*, 56(2), 267–283.
<https://doi.org/10.1037//0022-3514.56.2.267>

Castaño Elena, F. León del Barco, B (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersona. *International Journal of Psychology and*

Psychological Therapy 10(2), 70-91

<http://www.ijpsy.com/volumen10/num2/260/estrategias-de-afrontamientodel-estres-ES.pdf>

Castro Martina, M. y Castro Solano A (2002). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, Vol.

XVIII, 1, 2000. [Dialnet-EvaluacionDelBienestarPsicologicoEnEstudiantesAdol-4531342.pdf](http://www.dialnet.org/urn/dialnet:4531342)

Casullo Martina, M. y Castro Solano, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*. Vol. XVIII, 1, 2000. [Dialnet-EvaluacionDelBienestarPsicologicoEnEstudiantesAdol-4531342 \(2\).pdf](http://www.dialnet.org/urn/dialnet:4531342)

Espino de la Rosa, N, (2021). *Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de la I.E.S. "Manuel Prado"*. [Tesis de pregrado, Universidad autónoma de Ica]. Repositorio institucional de la Universidad autónoma de Ica.

<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/937/1/Nimia%20Espino%20De%20La%20Rosa.pdf>

Espinoza Martinez, S. (2020). *Relación entre los estilos de crianza y las estrategias de afrontamiento al estrés en un colegio estatal de lima este*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16033/Espinoza_ms.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Fernández Martínez, M. E. (2009). Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional. *Dialnet*, 10(5).
<https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/902/2009FERN%C3%81N>
- García Álvarez, D. Y Hernández Lalinde, J. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(2), 182-190.
<https://www.redalyc.org/journal/559/55969799007/html/>
- García Moreno, A. (2014). *El arte de entender y educar a tu hijo: desde el nacimiento a la adolescencia*. Editorial tebar flores s.l.
https://www.sancristoballibros.com/libro/el-arte-de-entender-y-educar-a-tu-hijo-desde-el-nacimiento-a-la-adolescencia_51584
- González Barrón, R., Montoya, Castilla I., Casullo, M. (2002) Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, Vol. 14, nº 2, pp. 363-368. <https://www.psicothema.com/pdf/733.pdf>
- Harvey Narváez, J., Arteaga Garzón, K. V., Córdoba-Caicedo, K. y Obando Guerrero, L. M. (2021). *Eventos vitales estresantes, estrategias de afrontamiento y resiliencia en adolescentes en contexto de pandemia*. *Psicogente*.
<https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4789>
- Janscht Anthea, I. (2012). *Adaptación del cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés para agentes de seguridad de una Empresa privada de Lima Metropolitana*. [tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional Universidad César Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/127780/Anthea_I-I-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Larrota Castillo, R., Sánchez Rojas, L. y Sánchez Prado, J (2015). Niveles de autoestima y uso de estrategias de afrontamiento en un grupo de personas privadas de la libertad en un centro de reclusión de la ciudad de Bucaramanga. *Informes Psicológicos*. Vol. 16 No. 1. <http://dx.doi.org/10.18566/infpsicv16n1a03>
- Matallana Flores, S. (2019). Bienestar psicológico y calidad de vida en estudiantes del tercer año de secundaria de una institución educativa privada de lima. [tesis de pregrado, Universidad Científica del sur]. Repositorio institucional Universidad Científica del sur.
<https://repositorio.cientifica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12805/739/TL-Matallana%20S.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Montes Gonzalez, J. (2020). El duelo al mundo de ayer: la vida en la escuela después del COVID-19. *Psicología en contextos de COVID-19*. 169. https://ascofapsi.org.co/pdf/Psicologia-contextos-COVID-19_web.pdf
- Moreno Antonio, J.(2006). Importancia de la teoría de autodeterminacion en la practica fisico-deportivo: fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. vol. 6(2).
<https://revistas.um.es/cpd/article/view/113871>
- Organización Mundial de la Salud (17 de marzo de 2020). *La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia*. OPS.
https://www.paho.org/arg/index.php?option=com_content&view=article&id=10436:la-oms-caracteriza-a-covid-19-como-una-pan-demia&Itemid=226
- Papalia Diane,E., Feldman Duskin, F. (2016). Desarrollo humano. *Mcgrawhill educación*.
https://www.moodle.utecv.esiaz.ipn.mx/pluginfile.php/29205/mod_resource/cont

<ent/1/libro-desarrollo-humano-papalia.pdf>

Penitenciario del Perú (2018). Informe Estadístico Penitenciaria., *Instituto nacional penitenciario unida de estadísticas*

<https://www.inpe.gob.pe/normatividad/estad%C3%ADstica/1697-informediembre-2018/file.htm>

Pineda Perez, S. (2002). El concepto de la adolescencia. *Manual de prácticas clínicas para la atención integral de la salud en la adolescencia*, 2, 16 – 20

<https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/Capitulo%20I.pdf>

Prince Zavaleta, M. (2016). *Modos de afrontamiento al estrés y agresividad en estudiantes de secundaria de las instituciones educativas de Nuevo Chimbote*. [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional Cesar Vallejo

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/6111/prince_zm.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Rodríguez Carvajal, R. et al. (2010). *Vitalidad y recursos internos como componentes del construto de bienestar psicológico*. *Psicothema*. 2010. Vol. 22, nº 1, pp. 63-70

<https://www.psicothema.com/pdf/3697.pdf>

Urbano Reano, E. (2019). *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de la escuela de líderes escolares de lima norte*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/6441/Estilos_UrbanoReano_Edira.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Uribe Urzola, A. et al. (2018). *La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes*.

Psicogente, 21(40): pp.440-457.

<https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/3082/3807>

Vasquez, C., et al. (2009). *Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la psicología positiva. anuario de psicología clinica y de la salud*, 16 - 23.

https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/132719/APCS_5_esp_15-28.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vielma Rangel, J. (2010). *El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica*. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35617102003>

Vielma Rangel, J. y Alonso, L. (2010). “*El bienestar psicológico subjetivo en estudiantes universitarios: La evaluación sistemática del flujo en la vida cotidiana*” Mérida, Noviembre 2010 [Tesis de pregrado, Universidad de los Andes de Venezuela]. Repositorio institucional

https://www.human.ula.ve/doctoradoeducacion/documentos/tesis_vielma.pdf

Vilchez Cornejo, J. y Díaz Velez, C. (2016). *Salud mental y calidad de sueño en estudiantes de ocho facultades de medicina humana del Perú*. REV CHIL NEURO-PSIQUIAT 2016; 54 (4): 272-281

<https://repositorio.essalud.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12959/275/Salud%20mental%20y%20calidad%20de%20sue%C3%B1o%20en%20estudiantes%20de%20ocho%20facultades%20de%20medicina%20humana%20del%20Per%C3%BA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Anexo 01 Matriz de consistencia

Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Nuevo Chimbote, 2022.

Problema	Variables	Hipótesis	Objetivos	Metodología	Técnica
¿Existe la relación entre Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Nuevo Chimbote, 2022?	Bienestar psicológico	H1 = No existe relación entre el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa publica de Nuevo Chimbote-2022.	O. General: Determinar la relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022.	Tipo: Observacional, prospectivo, transversal y analítico.	Técnica: Psicometría
	Afrontamiento al estrés	Ho = Existe relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de la institución educativa publica de Nuevo Chimbote-2022.	O. Específicos: Determinar la relación entre control de situaciones y afrontamiento al estrés de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022.	Nivel: Relacional.	Instrumentos: Escala de bienestar psicológico para adolescentes. BIEPS J
			Determinar la relación entre vínculos psicosociales y afrontamiento al estrés en estudiantes de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022.	Diseño: observacional.	El Inventario COPE-28
			Determinar la relación entre proyectos personales y afrontamiento al estrés en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022.	Universo y población: Estudiantes de secundaria de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022.	
		Determinar la relación entre aceptación de sí mismo y afrontamiento al estrés en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Nuevo Chimbote, 2022.			

Anexo 02 Instrumento de recolección de información

ESCALA BIEPS-J (Jóvenes Adolescentes)

María Martina Casullo

Fecha: Edad:

Nombre y Apellidos:

.....

Marca con una "X" las opciones que corresponden

Mujer

Varón

Te pedimos que leas con atención las frases siguientes. Marca tu respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: ESTOY DE ACUERDO – NI DE ACUERDO 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.

	De acuerdo	Ni de acuerdo ni 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 hare 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 pensar en cómo 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 mejorarlas.			

CUESTIONARIO COPE- 28

Fecha: Edad:

Nombre y Apellidos:

.....

Marca con una "X" las opciones que corresponden

Mujer

Varón

Instrucciones: Mediante este instrumento se pretende conocer qué hizo o cómo se sintió usted al encontrarse en una situación estresante. Responda a cada pregunta por separado. No hay preguntas correctas o incorrectas, solo elija la respuesta más exacta para usted. Indique lo que usted ha hecho realmente, no lo que la gente suele hacer o lo que debería haber hecho. Por favor, responda a todas las preguntas marcando con un aspa (X) en el recuadro que señale su mejor respuesta, para lo cual tenga en cuenta las siguientes alternativas: NUNCA, A VECES, CASI SIEMPRE Y SIEMPRE.

PREGUNTAS	Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1. Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.				
2. Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy				
3. Acepto la realidad de lo que ha sucedido.				
4. Recorro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.				
5. Me digo a mí mismo "esto es irreal".				
6. Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.				
7. Hago bromas sobre ello.				
8. Me critico a mí mismo.				
9. Consigo apoyo emocional de otros.				
10. Tomo medidas para intentar que la situación mejore.				
11. Renuncio a intentar ocuparme de ello.				
12. Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.				
13. Me niego a creer que haya sucedido.				
14. Intento verlo con otros ojos para hacer que parezca más positivo.				

15. Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.				
16. Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.				
17. Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.				
18. Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
19. Me río de la situación.				
20. Rezo o medito.				
21. Aprendo a vivir con ello				
22. Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.				
23. Expreso mis sentimientos negativos.				
24. Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.				
25. Renuncio al intento de hacer frente al problema.				
26. Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.				
27. Me echo la culpa de lo que ha sucedido				
28. Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.				

Anexo 03 Validez y confiabilidad del instrumento

1. Escala de bienestar psicológico para adolescentes – BIEPS J

a) Datos generales

Autor: Ryff y Schmutte

Año: 1997 47 **Aplicación:** Individual y colectiva **Dirigido a:**
Adolescentes de 13 a 18 años

Objetivo: Identificar niveles de Bienestar Psicológico según factores. **Duración:** 10 minutos

Adaptación peruana: Casullo (2002)

Validez y confiabilidad: Gutiérrez (2015) validó y comprobó la confiabilidad adecuada de este instrumento en población escolar adolescente en Lima, a través del método ítem-test hallando índices adecuados con rangos entre .22 y .46 y un alfa de Cronbach de .723

Valoración

28- 32 =Bienestar Psicológico Bajo

33-38 = Bienestar Psicológico Medio

39 = Bienestar Psicológico Alto

Dimensiones e Ítems:

- Control de situaciones. (13,5,10,1)
- Vínculos psicosociales (8,2,11)
- Proyectos personales (12,6,3)
- Aceptación de sí mismo (9,4,7)

Escala de medición:

Ordinal

Likert

En desacuerdo= 1 punto

Ni de acuerdo ni en desacuerdo = 2 puntos

De acuerdo= 3 punto

b) Ficha técnica:

El nombre de este instrumento es: Escala de bienestar psicológico, la autora es: María Martina Casullo (2000), posteriormente fue adaptado por: Yovana Rodríguez Durand en nuestro contexto local. El objetivo de este instrumento es la medición del Bienestar psicológico, este instrumento tiene una administración individual y colectiva, consta de 13 ítems y tiene un tiempo de aplicación de 15 minutos promedio.

c) Descripción del instrumento:

La Escala de bienestar psicológico permite medir el nivel de bienestar psicológico de un individuo teniendo en cuenta los siguientes indicadores: Control de situaciones, Vínculos psicosociales, Proyectos personales, Aceptación de sí mismo.

d) Validez y confiabilidad:

Este instrumento presenta validez de constructo, lo cual se utilizó estudios correlacionales con otros test que midieran lo mismo y otra sintomatología clínica obteniendo como resultado asociación negativa. Seguidamente se calculó la asociación entre esta escala, la escala SWLS de E. Diener y la escala D-T de Andrews y Wither, producto de ello se demostró que cuando los jóvenes presentan mayor bienestar se sienten más satisfecho con la vida, logrando una correlación positiva de 0.20 y 0.30. Por otro lado, el coeficiente de validez para el género masculino y femenino de la escala adaptada de bienestar adapta en nuestra localidad de Chiclayo fue una media mayor

de 0.30. La confiabilidad se realizó 23 con el coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach obteniéndose 0.789, siendo un coeficiente alto lo que le da consistencia al test.

e) Calificación e Interpretación:

Para la calificación se debe tener en cuenta que cada respuesta tiene tres opciones: 3 (de acuerdo), 2 (ni de acuerdo, ni en desacuerdo), y 1 (en desacuerdo) dependiendo de lo que haya marcado la persona. El puntaje máximo es 39 y mínimo será 13. Teniendo el puntaje total convertido en percentiles se ubica en cualquier nivel que le corresponda: Nivel alto (puntos percentiles 71 – 97) presenta una buena capacidad de mantener buenos vínculos con su entorno, cuenta con proyectos y autoaceptación de él mismo; nivel promedio (puntos percentiles 26 – 70) presenta dificultad para mantener vínculos con su entorno, para sus proyectos y baja autoaceptación de él mismo; y el nivel bajo (puntos percentiles 1 – 25) tiene una mala capacidad de mantener vínculos con su entorno, no tiene proyectos y carece de autoaceptación de él mismo.

1. Inventario de afrontamiento al estrés Brief – “COPE 28

a) Datos generales

Autor (es): Carver Ch. (1997), Adaptado Cassarreto et al (2016)

Año de publicación del cuestionario original: 2018

Procedencia: Estados Unidos

Administración

Edades de aplicación: 16 años a más.

Tiempo de aplicación: 15 a 20 minutos

Aspecto que evalúa: Evaluar el uso de estrategias de afrontamiento al estrés de los estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa estatal de Nuevo Chimbote

Labora en sus tres dimensiones:

- Afrontamiento activo: 2 y 10

Planificación: 6 y 26

Apoyo instrumental: 1 y 28

Reinterpretación positiva: 14 y 18

Aceptación: 3 y 21

Humor: 7 y 19

Desconexión: 11 y 25

- Estrategias de afrontamiento enfocado en la emoción

Desahogo: 12 y 23

Uso de apoyo: 9 y 17

- Estrategias de afrontamiento evitativo

Negación: 5 y 13

Religión: 16 y 20

Uso de sustancias: 15 y 24

Auto-inculpación: 8 y 27

Auto-distracción: 4 y 22

Baremo del cuestionario de percepción del COPE:

Bajo: 0-24

Medio: 26-49

Alto: 51-74

b) Descripción del instrumento

El cuestionario consta de 28 ítems que corresponde con tres dimensiones:

Para calcular la variable EA se aplicó el COPE-28 (Carver, 1997), cuyo propósito es evaluar cuáles son las diferentes formas de respuesta frente a situaciones de estrés. Dicho instrumento ha sufrido muchas modificaciones para llegar a su versión abreviada. El instrumento original en 1994 quedó adaptado por 15 EA, dividido en tres estilos generales, enfocado en el problema, enfocado en las emociones y otros estilos de afrontamiento, el cual constaba de 52 ítems. El instrumento original se podía usar de dos formas, una en sus formas disposicional, así como en su forma situacional, en la primera se responde según una característica habitual, y en la segunda según una situación en particular. (Carver, 1997). Este instrumento consta de 28 ítems y la medición de los puntajes de la variable es en base a la escala de 14 sub estrategias de afrontamiento, correspondientes a 3 estrategias: EA enfocado en el problema, EA enfocado en la emoción y EA evitativo.

c) Validez y confiabilidad del instrumento

Cassaretto et. al. (2016) realizaron una adaptación del cuestionario sobre estrategias de afrontamiento al estrés en Lima- Perú, el cual su forma abreviada es COPE-28. Como resultados de este análisis, se obtuvo que la

validez de la prueba en la que se realizó mediante un análisis factorial exploratorio, obtuvo los valores adecuados $KMO = 0,798$. Por otro lado, en el análisis de la confiabilidad se determinó que posee una fiabilidad de 0.70, la cual es considerada como adecuada

d) Calificación e interpretación

Los puntajes para el instrumento se obtienen mediante una escala tipo Likert de 4 opciones de respuesta: No, en absoluto tiene un puntaje de “0”, Un poco “1”, bastante “2” y mucho “3”. Posterior a la resolución del cuestionario, se procede a realizar la interpretación correspondiente según dimensión.

Anexo 04 Formato de Consentimiento y asentimiento informado



UNIVERSIDAD LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo.....identificado con DNI
N°..... manifiesto que he sido informado claramente sobre los
objetivos de la presente investigación, su duración, finalidad, así como de los posibles
riesgos y beneficios de la misma, además de la importancia de mi colaboración. Además,
he realizado las preguntas y dudas al respecto del estudio al investigador, y se me ha
informado que se puede retirar mi menor hijo cuando yo lo decida, sin que esto acarree
perjuicio alguno para su persona.

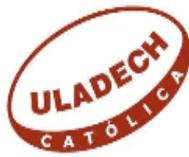
Confirmando en pleno uso de mis facultades que deseo que participe mi menor hijo en el
presente estudio titulado Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de
secundaria de una institución educativa pública de Nuevo Chimbote, 2022.

Ciudad de Nuevo Chimbote.

Nombre del apoderado:



Firma y fecha



UNIVERSIDAD LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

Asentimiento Informado

Este documento tiene valor si su padre o apoderado ha aceptado su participación firmando el formato del consentimiento informado para autorizar la participación de un (a) menor en un estudio de investigación. La presente investigación se titula: Afrontamiento al Estrés en Estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa Publica de Nuevo Chimbote, 2022. Dirigida por Jazmin Carnero Jiménez. Para ello, se le invita a participar de una evaluación que le tomará 15 minutos aproximadamente de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente. Al concluir la investigación, usted puede solicitar cualquier información escribiendo al correo danielacarnerojimenez@gmail.com.

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

Nombre y Apellido



Firma y Fecha

Anexo 05 Documento de aprobación para la recolección de la información



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES
CHIMBOTE
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Chimbote, 18 de noviembre del 2022

CARTA DE RECOJO DE DATOS N° 0018 -2022-DIR-EPPS-FCCS-ULADECH Católica

Sr(a): Lic. Juan Custodio Cerna
Institución educativa N° 88417 "Constructores del Saber"
Presente.-

A través del presente, reciba Ud. el cordial saludo en nombre de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Los Angeles de Chimbote, para solicitarle lo siguiente:

En cumplimiento del Plan Curricular del programa de la Escuela Profesional de Psicología, el/la estudiante **Carnero Jiménez Jazmin**, viene desarrollando un trabajo de investigación denominado Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en estudiantes de una Institución Educativa pública de Nuevo Chimbote, 2022. Para lo cual se requiere de su autorización para la aplicación de instrumentos de evaluación psicológica en el centro que usted dignamente dirige.

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

Atentamente,


Dr. Willy Valle Salvatierra
DIRECTOR

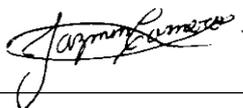


Anexo 06 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos)

Declaración jurada

Yo, Jazmin Daniela Carnero Jiménez, con DNI. N° 71878617, natural de la ciudad de Chimbote, declaro bajo juramento que la presente investigación cuenta con datos reales, recogidos por mi persona para este estudio, sometiéndome a las disposiciones legales vigentes de incurrir en falsedad de datos.

Y para que así conste y surta los efectos oportunos firma la presente declaración en la Ciudad de Chimbote, el día 05 de julio de 2023.



Firma