



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE HUMANIDADES, CIENCIAS Y SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

**AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA
DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA, HUARAZ 2023.**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL

AUTOR
ABAD TRINIDAD, KAREN NIKOL
ORCID:0000-0002-4234-275X

ASESOR
MORALES LOPEZ, LUIS HESNEIDE
ORCID:0000-0003-0957-2577

CHIMBOTE-PERÚ
2025



FACULTAD DE HUMANIDADES, CIENCIAS Y SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0326-121-2025 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **16:20** horas del día **16** de **Noviembre** del **2025** 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:

GUZMAN RODRIGUEZ NATALIA MAVILA Presidente

ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN Miembro

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR Miembro

Dr. MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA, HUARAZ 2023.**

Presentada Por :

(1223202021) **ABAD TRINIDAD KAREN NIKOL**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **13**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TÍTULO PROFESIONAL de **Licenciada en Psicología**.

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

GUZMAN RODRIGUEZ NATALIA MAVILA
Presidente

ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN
Miembro

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR
Miembro

Dr. MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA, HUARAZ 2023. Del (de la) estudiante ABAD TRINIDAD KAREN NIKOL, asesorado por MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% 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, 28 de Mayo del 2026




Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

Principalmente dedico este trabajo a Dios puesto que nos brinda sabiduría, amor y paciencia. A la vez también dedico este trabajo a la Universidad Católica De Los Ángeles De Chimbote por encomendarnos la labor de realizar la presente investigación que amplía nuestra capacidad intelectual.

Dedico este trabajo a mis padres y hermano que me brindaron apoyo emocional, fortaleza en el desarrollo y transcurso de este, ayudándome a concluir satisfactoriamente lo encomendado.

Agradecimiento

Agradezco a Dios en primer lugar por darme la oportunidad de seguir viviendo, a mis padres por su apoyo y amor a mi familia por estar siempre conmigo y mis amigos por hacer que mi vida sea distinta, también se le agradece al docente de este curso que me ha orientado, apoyado y corregido en mi labor académica con un interés y una entrega que han sobrepasado, con mucho, todas las expectativas, que como alumno, deposité en su persona, todas estas personas han influido en mi vida para llenarla y darle sentido a ella por eso siempre les agradeceré por ser parte de mi vida.

Finalmente, agradezco este trabajo para poder optar el título profesional de licenciado en psicología ha sido una gran bendición de haber aprendido, a redactar y adquirir conocimientos durante la indagación y el aporte hecho por el docente. Donde uno amplía sus conocimientos acerca de las exploraciones de investigación.

Índice general

Dedicatoria.....	IV
Agradecimiento	V
Índice general	VI
Lista de Tablas.....	VII
Resumen	VIII
Abstract.....	IX
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	10
II. MARCO TEÓRICO	14
a. Antecedentes.....	14
b. Bases teóricas	16
c. Hipótesis	29
III. METODOLOGÍA.....	30
a. Tipo, Nivel y Diseño de Investigación	30
b. Población y Muestra	31
c. Operacionalización de las variables	31
d. Técnicas e instrumentos de recolección de información	32
e. Método de análisis de datos.....	33
f. Aspectos Éticos	34
IV. RESULTADOS	36
V. DISCUSIÓN.....	38
VI. CONCLUSIONES.....	40
VII. RECOMENDACIONES	41
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	42
ANEXOS.....	50
Anexo 01. Documento de autorización para el desarrollo de la investigación (Ley N°29733)	50
Anexo 02. Carta de recojo de datos	51
Anexo 03. Matriz de Consistencia y operacionalización	52
Anexo 04. Ficha técnica de los instrumentos	53
Anexo 05. Formato de consentimiento y asentimiento informado.....	59

Lista de Tablas

Tabla 1	33
Tabla 2:	34
Tabla 3	36
Tabla 4	36
Tabla 5	37

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada en la ciudad de Huaraz, en el año 2023, utilizando una metodología de tipo: cuantitativo, de nivel descriptivo correlacional, con un diseño no experimental de corte transversal. Cuya muestra estuvo conformada por 100 estudiantes de nivel secundaria de la ciudad de Huaraz. Para la recolección de datos se aplicaron dos instrumentos: Inventario de Autoestima de Rossemberg y la Escala de Bienestar Psicológico para adolescentes, BIEPS – J de María Martina Casullo 2002, los cuales cuenta con propiedades métricas. En cuanto a los resultados, se observó que los niveles de autoestima se distribuyen de manera equitativa entre alto y bajo, mientras que el bienestar psicológico presenta mayor concentración en los niveles alto y bajo. Finalmente, el análisis mediante la prueba Rho de Spearman evidenció la existencia de una relación positiva y moderada entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada en la ciudad de Huaraz, 2023.

Palabras claves: estudiantes, autoestima, bienestar psicológico

Abstract

This study aimed to determine the relationship between self-esteem and psychological well-being in secondary school students at a private educational institution in the city of Huaraz in 2023. A quantitative, descriptive-correlational methodology with a non-experimental, cross-sectional design was used. The sample consisted of 100 secondary school students from Huaraz. Data was collected using two instruments: the Rosenberg Self-Esteem Inventory and the Psychological Well-being Scale for Adolescents (BIEPS-J) by María Martina Casullo (2002), both of which possess measurable properties. The results showed that self-esteem levels were evenly distributed between high and low, while psychological well-being was more concentrated at the high and low levels. Finally, analysis using Spearman's rho test revealed a moderate positive correlation between self-esteem and psychological well-being in secondary school students at a private educational institution in the city of Huaraz, 2023.

Keywords: students, self-esteem, psychological well-being

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) estima que 1 de cada 7 adolescentes (14 %) presenta algún trastorno mental, un estudiante con baja autoestima genera inseguridad, bajo rendimiento académico, entre otros. Mientras que en el Perú el 29,6 % de estudiantes entre los 12 a 17 años se encuentra en riesgo de padecer problemas de salud mental o emocional, lo que evidencia la urgencia de fortalecer factores protectores como la autoestima y el bienestar psicológico en el contexto escolar (Ministerio de Salud [MINSA], 2021).

Una de las etapas críticas es la misma adolescencia, donde la autoestima cumple un factor determinante en el desarrollo de la personalidad, repercusiones en las relaciones interpersonales, poca adaptación, déficit en el rendimiento escolar, ansiedad, entre otros, (Ojeda y Cárdenas, 2017). En una investigación bibliográfica realizada en la Universidad Nacional del Loja en Ecuador por Álvarez y Rojas (2025) mencionan que la autoestima en las últimas décadas se ha convertido en una variable de importancia que intenta explicar el logro, el fracaso y como una persona se caracteriza en las diferentes etapas del desarrollo, donde se puede apreciar que hasta la actualidad aun existen este tipo de problemas.

Por otra parte, en diferentes países se puede observar que los adolescentes entre las edades 13 a 17 años, presentan problemas en su desarrollo emocional y académico, por bajos niveles de autoestima, donde se ven presenciados cuadros de ansiedad, (Guevara, 2021)

El Ministerio de Salud (MINSA, 2023) manifestó que todos los servicios de salud se orienten para tener un mejoramiento en el bienestar de todos los adolescentes, esto ayudará a reducir conductas riesgosas como la baja autoestima, bajo rendimiento académico, entre otros. Este proyecto consta en tener una recopilación de datos pertenecientes a diferentes instituciones educativas, como también los hospitales para una detención inmediata que puedan presentar los adolescentes. En las instituciones educativas se puede observar a estudiantes con baja autoestima, por la falta de comprensión en algunos cursos o acoso dentro de los centros educativos, estos problemas traen consigo evitación de las interacciones sociales, reducción de la participación en sus actividades, disfuncionalidad personal y académica.

La Organización Mundial de la Salud, indica que de cada seis personas entre los 10 a 19 años, están en constante crecimiento y formación, los cambios físicos, emocionales y

sociales que pueden hacer que los adolescentes sean más vulnerables a que se vea afectado su bienestar psicológico hasta la etapa adulta, el (14.3 %) llega a padecer de trastorno mental, ya que muchas veces no reciben el reconocimiento y ningún tipo de tratamiento que requieran. Los adolescentes con un bajo bienestar psicológico son mas frecuentes a sufrir exclusión social, discriminación, dificultades educativas, violaciones de los derechos o llevarlos a tomar medias riesgosas, aunque los datos estadísticos con a cambios en los últimos años, (OMS, 2025).

De la misma forma, Casullo y Castro (200). Mencionan que “el constructo bienestar psicológico es el nivel que las personas juzgan su estado emocional como un todo en términos positivos y favorables” (p.36).

Así mismo, Solano (2019) mencionó que en el Perú el 8.9% de toda la población comprende las edades de 13 a 17 años según la Compañía Peruana de estudios de mercado y opinión pública. Los adolescentes de ambos géneros se encuentran en un proceso de desarrollo a nivel físico, psicológico y social, razón por la cual son vulnerables ante cualquier factor de riesgo. De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística Informática (INEI) en el 2016 encontró que más del 50% de adolescentes de ambos géneros sufrieron violencia física y psicológica alguna vez en sus vidas, asimismo, el 38% son dentro de los hogares, esto podría repercutir en el desarrollo de su autoestima.

Por otra parte, Herrera (2019) en su estudio realizado en Latinoamérica menciona que debemos conocer más acerca del bienestar psicológico en los adolescentes, cuando el adolescente tiene un nivel bajo de bienestar psicológico tienden a presentar un limitado desarrollo de objetivos para la vida, así como una mayor insatisfacción, resultando afectadas aquellos grupos constituidos como la familia, los amigos, estudios, la salud física y psicológica.

De la forma, García (2019) nos dice que en el Perú la variable de bienestar psicológico en adolescentes (de ambos sexos), debe ser considerado como una medida de prevención antes situaciones de riesgo, como conocer la salud mental en la adolescencia temprana, que es donde empiezan los cambios.

Asimismo, la autoestima se determina como una evaluación de una persona toma hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se transmite a los demás por reportes verbales o conductas. En la etapa de la adolescencia se muestran varios cambios uno de ellos es el

cambio físico. Debido a los sucesos hormonales de la pubertad. A algunos adolescentes les toma tiempo acostumbrarse a las nuevas características y cambios de su cuerpo (Rosales, 2021).

De igual forma, Ramírez (2019) en su estudio realizado en el distrito del Rímac, provincia de Lima han demostrado que los funcionamientos terapéuticos mejoran los estados mentales y cambios de recuperación en los menores. Por ende, en el presente estudio, se pretende que con los resultados obtenidos se pueda contribuir, aportando conocimientos relacionados al bienestar psicológico en una población adolescente, de tal modo, que, en el mediano plazo, se puedan desarrollar estrategias de intervención que busquen la mejora y bienestar de los menores que viven en zonas donde más lo necesitan.

También, Villacero (2020) nos menciona, que el pasado 10 octubre un antiguo alumno de psicología pidió participar en un evento por la salud mental en Ancash (Perú). En esta ocasión hablamos sobre la relación del bienestar psicológico de los estudiantes y la familia. La familia puede ser un factor de protección y apoyo para el buen desarrollo del bienestar psicológico.

Según Nolasco (2018) comenta que en la ciudad de Huaraz se puede observar que, actualmente nuestra educación requiere de [una enseñanza y aprendizaje severa, los procesos complejos de desempeño con competitividad están determinados en diferentes contextos y saberes (saber ser, saber hacer, saber conocer y saber convivir), para realizar actividades y resolver problemas. La autoestima en los estudiantes es un tema importante, puesto que puede llegar a ser un factor determinante en el rendimiento académico de los estudiantes, aunque existen otros factores como son: el ambiente, el propio docente y su metodología, la misma participación de la familia y su estatus económico, el nivel cultural de éstas, pero los factores principales que ayudan al adolescente es capacidad, habilidad, sentimiento, destreza y la valoración que ellos tengan de sí mismos, puesto que pueden llegar a favorecer el aprendizaje o constituir una barrera (p. 04).

De acuerdo a lo mencionado anteriormente, surge la pregunta ¿Existe relación entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023? Para responder a la interrogante propuesta se plantea el objetivo general determinar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023. Así mismo, se plantean los

objetivos específicos describir el nivel de autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Huaraz, 2023 y describir el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria una institución educativa privada de Huaraz, 2023.

La presente investigación resulta conveniente porque se orienta a analizar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria, etapa del desarrollo caracterizada por cambios físicos, emocionales y sociales que pueden impactar significativamente en la construcción de la identidad personal. Comprender como la autoestima influye en el bienestar psicológico permitirá identificar posibles factores de riesgo o de protección que condicionen la manera en que los estudiantes afrontan situaciones de su vida cotidiana, sus vínculos interpersonales y sus proyectos personales.

Teórica: El estudio contribuirá a ampliar el marco conceptual existente en torno a la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes, generando evidencia científica en el contexto escolar peruano, donde la literatura aún es limitada. Asimismo, servirá de sustento para futuras investigaciones que busquen comprender con mayor profundidad el desarrollo socioemocional en esta etapa crítica de la vida.

Práctica: Los hallazgos podrán brindar información útil para psicólogos educativos, docentes y padres de familia, quienes podrán diseñar estrategias de prevención y promoción de la salud mental orientadas a fortalecer la autoestima de los adolescentes y, con ello, potenciar su bienestar psicológico. Esto se traducirá en un impacto positivo en el rendimiento académico, la convivencia escolar y la adaptación social.

Social: La investigación tiene un aporte social al enfocarse en el bienestar integral de los estudiantes, considerados población prioritaria en el marco de la salud mental. Promover la autoestima y el bienestar psicológico en esta etapa no solo favorece el desarrollo personal de los estudiantes, sino que también contribuye a la formación de ciudadanos resilientes, con mayor capacidad de integración y adaptación en su entorno social.

Metodológica: El estudio cobra relevancia metodológica al emplear instrumentos validados y confiables, asegurando la rigurosidad científica en la recolección y análisis de datos, generando resultados que podrán servir de referencia para investigaciones posteriores.

II. MARCO TEÓRICO

a. Antecedentes

Antecedentes internacionales

Moksnes, Nilsen y Espnes (2022) en su investigación “Asociación entre la soledad, la autoestima y el resultado de la satisfacción con la vida en adolescentes noruegos de 15 a 21 años” trabajo con una muestra transversal de 1816 adolescentes, a quienes se le aplicaron la Escala de Satisfacción con la vida de 5 ítems y la escala de autoestima de Rossemberg de 10 ítems. Como resultado se encontró una asociación negativa significativa y moderada fuerte entre soledad y la satisfacción de vida, mientras que la autoestima mostro una asociación positiva y fuerte con la satisfacción con la vida.

Bustos (2023) en su requisa titulada “Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes universitarios, Ambato, Ecuador, 2023” utilizó una muestra poblacional conformada por 234 estudiantes, a quienes se le aplicaron la escala de bienestar psicológico de Ryff y la Escala de autoestima de Rosenberg. Se encontró que el 179 (76.5%) son mujeres y 55 (23.5%) son varones en la cual se denominó que el autoestima y bienestar psicológico tienen un rango medio y alto por igual, concluyendo que la diferencia favorable existe más en varones.

Antecedentes nacionales

Ventura (2022) en su investigación analizó cómo se relacionan la autoestima y el bienestar psicológico en un grupo de 261 alumnos de secundaria de una escuela pública de Lima. A quienes aplicaron la Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los hallazgos revelaron una asociación positiva significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico, destacando que el 48,7 % de los participantes presentó niveles promedio de bienestar, mientras que el 75,9 % tuvo baja autoestima. Este hallazgo es importante para el estudio actual, ya que la autoestima y el bienestar psicológico están interrelacionados positivamente.

Rodríguez (2022) en su estudio titulado “Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022.” Este estudio tuvo como objetivo establecer la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de

secundaria de Uyurpampa, Lambayeque. Utilizó como instrumentos la Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J. Los resultados indicaron que existe una relación significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes evaluados.

Chacaltana (2022) en su trabajo de investigación “Bienestar Psicológico y Autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Pucallpa, 2022”. Utilizo una muestra de 210 estudiantes con un muestreo no probabilístico. Los instrumentos empleados fueron la escala de bienestar psicológico y la escala de autoestima de Rossemberg. Teniendo como resultado que el 74.3% tuvo un nivel de bienestar psicológico alto y 66.7% reporto un nivel de autoestima bajo. En conclusión, se hayo que si existe relación entre las variables.

Antecedentes regionales

Villanueva (2022) en su investigación “Bienestar Psicológico y Autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública en Pomabamba, Ancash 2022” trabajo con una muestra de 256 estudiantes de secundaria, a quienes se le aplicaron los instrumentos de medición de bienestar psicológico (Escala de evaluación Ryff) y la autoestima de (Rosenberg), teniendo como resultado que el 87.5% reportaron un nivel bajo de autoestima y el 34.0% presentan un nivel bajo de bienestar psicológico. Lo cual evidencia que si existe relación significativa entre las variables.

Flores (2021) su investigación titulada “Bienestar psicológico y nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho 2021” utilizó una muestra de 92 estudiantes entre varones y mujeres, a quienes se les aplicó los instrumentos Escala de Autoestima de Rossemberg y Escala de Bieps-J, se encontró el (56,5%) con nivel medio de bienestar psicológico, (37%) con autoestima alta y (38%) autoestima media, fueron hallados en la investigación autoestima de 0,790 y bienestar psicológico fue de 0,817, se concluye que las dos variables tienen una buena relación.

Antecedentes locales

Salinas (2023) en su estudio de investigación titulada “Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Huaraz, 2023”. Utilizó una muestra de 201 estudiantes, a quienes se les aplicaron los instrumentos Inventario de Autoestima de Rosemberg para la autoestima y la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS – J para el bienestar psicológico. El resultado muestra que si tiene relación ambas variables con un nivel alto de bienestar psicológico y nivel medio de autoestima.

b. Bases teóricas

Autoestima

Definición de la autoestima

Pereira (2019), menciona que la autoestima es una valoración positiva como también negativa de que una persona se crea a sí misma. Es la inclinación a los saberes que serán aptos para la vida y actúa como satisfacción de las propias necesidades, son competentes al momento de afrontar las necesidad o desafíos que van apareciendo y se transforman en merecedor de la felicidad.

Perales (2021), manifiesta que la autoestima llega a ser un concepto simplemente con relación a un tema que está como importancia en las personas. Ya que se refiere a las experiencias de la felicidad, por tanto, la autoestima establece percepciones, sentimiento y pensamientos que creamos acerca de nosotros, de otra manera nos afectaría en la forma de relacionarnos con los demás cómo sería nuestra manera de pensar y actuar.

Caravaca (2018), nos define que la autoestima tiene varios conceptos entre ellos abarca mucho los intereses de las personas que llegaría ser “un fenómeno afectivo que se experimenta como una sensación o emoción”. Desde el punto de vista teórico tiene un valor, éxitos y competencias que conllevan a un proceso que se ve influenciado por las vivencias del mismo individuo.

Panesso y Arango (2021), nos comentan que la autoestima es un tema estudiado por varios autores que consideran relevantes a las funciones de la vida de las personas. Es

considerada como un proceso que se va desarrollando y mejorando a lo largo de la vida a partir de cómo la persona se relaciona con otros sujetos y eso es gracias a la aceptación que las personas causan una a la otra.

Dimensiones de la autoestima

Según Sánchez (2019) nos dice que Coopersmith (1996, citado en Rodas y Sánchez, 2006), señalan que las personas presentan una variedad de formas y niveles perceptivos que hacen diferencias a un patrón de acercamiento y respuesta acerca de los estímulos del medio ambiente. Por la cual se presenta las dimensiones que se caracterizan por amplitud y radio de acción:

Dimensión afectiva: Es una capacidad de poder sentir, expresar los sentimientos, sensaciones, temores. Nos ayuda a poder tener vínculos afectivos que son reconocidos entre amigos y familiares, lo que destaca es el afronte de problemas.

Dimensión física: Es la forma de valorar a un niño con su físico, para que pueda sentirse fuerte y capaz de defenderse ante cualquier situación y en caso de las niñas sentirse armoniosas y coordinadas.

Dimensión social: Es la evaluación de una persona que mantiene un respeto de sí mismo, en relación con sus interacciones sociales que llega a ser considerado con la capacidad, productividad, importancia y dignidad que esto implica dentro del juicio personal que expresa su comportamiento hacia el mismo.

Dimensión académica: Es una evaluación que consiste que la persona mantiene un respeto a sí mismo como dentro del ámbito escolar, que llega a ser considerado la capacidad, productividad y la importancia de dignidad que llega a implicar en lo personal de sus actitudes del individuo mismo.

Dimensión ética: Está en relación con el que la persona puede sentirse buena y confiable o por otro lado malo o poco confiable, como también, el sentirse responsable o irresponsable, trabajador o flojo.

Niveles de autoestima

La autora Monsalvo (2022), no dice que los niveles de la autoestima se deben ver como un continuo, que puede ser alto, bajo y medio y que se puede llegar a calificar con un número de investigación empírica.

Alta: Es una forma que implica la autoconfianza como también la aceptación de nuestros propios límites, se trata de poder valorarnos como una persona capaz, realista y positiva, Pero no debe ser confundido con el narcisismo que llega a ser una inseguridad con una máscara de autoestima tóxica.

Media: Es considerado como un tipo de autoestima con gran inestabilidad, ya que la autoestima de los individuos cambia de acuerdo al contexto o situación que se encuentre. Lo que destaca más de la autoestima media es por lo general la inestabilidad, confianza e inseguridad.

Bajo: Es la percepción que tienen las personas o pacientes de sí mismo. La evaluación baja hace que las personas impidan que se sientan valiosas, talentosas, merecedoras y que sean reconocidas por los demás ya que se sienten por debajo de los demás.

Componentes de la autoestima

Según Martínez (2020) nos menciona que los componentes nos pueden revelar muchas formas en el que la persona pueda desenvolverse en el entorno día tras día. Que puede ser comprendido como un experimento donde cada individuo puede saber de la autoestima según sus componentes.

Componente cognitivo: Por lo general todo lo que llega a pasar en el componente cognitivo está asociada con los pensamientos de la persona, que conllevan a los procesos mentales y abarca el auto – imagen. Las personas tienen una percepción errónea de la imagen y el sentir que no hacen las cosas bien y que no son buenos para nada, este componente es conocido como informativo de la autoestima.

Componente emocional o afectivo: Se define como claramente menciona acerca de las emociones en las cuales no pueden ser controladas y que te hacen sentir mal, triste y frustrado,

en la mayoría de casos se ha detectado que los individuos que tienen o presentan depresión cuentan con una autoestima baja. En la mayor parte de casos nuestras emociones son afectadas por nuestros pensamientos que tenemos.

Componente conductual: Este componente es la que se puede identificar con mayor claridad y rapidez en las personas con autoestima baja, es decir; una persona con autoestima baja tiene actitudes y pensamientos bajos de ella misma, a su vez estos pensamientos generan emociones y este junto a los pensamientos que hacen que la persona tenga un reaccionar o la manera de comportarse en una forma en especial o específico.

La autoestima como concepto multidimensional

Rojas (2019) nos menciona que según (Bonet, 1997), nos dice que la autoestima es multidimensional en un nivel global entre ellos tenemos:

Aprecio: Las personas deben ser aceptados como personas independientes y saber lo que pueda hacer y poseer, de esta manera se considera por igual como también diferentes cuando se trata de otras personas.

Aceptación: Es una persona con tolerancia, debilidades, errores y fracasos, que reconocen con una actitud tranquila los aspectos desagradables de su personalidad.

Afecto: Es considerado una actitud positiva hacia uno mismo, que es considerado una persona que se siente bien con sí misma y acepta todo de ella.

Atención: Es la persona que tiene necesidades reales, físicas y psíquicas.

Autoconsciencia: Se considera a las personas que viven en su mundo interior, escucharse amistosamente y que no presta atención a los demás que hacen comentarios negativos.

Apertura: Es una actitud abierta a los demás, reconocen su existencia y afirmándose, por otra parte, es la forma de reconocer que estamos vivos e independientes de los demás.

Teorías sobre la autoestima

Teoría de la autoestima según Coopersmith

Según Valle (2019) nos menciona que Coopersmith (1981) considera la autoestima como una “valoración que el individuo hace y mantiene con respecto a sí mismo, y revela la magnitud en la cual el individuo se siente capaz, productivo, importante y digno, es un juicio personal de su valía que se manifiesta en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo, y transmite a otros a través de reportes verbales”, piensa que la autoestima es como una parte importante para evaluar y a la vez de uno mismo.

Desde un enfoque mental, Coopersmith se enfoca en la confianza, peligro y guardia. Trae consigo numerosas reglas clínicas que desarrollan la confianza y algunas negativas, el nivel de trabajo es notorio en cuanto a su reconocimiento y validez porque cumple con estrategias de la percepción a pesar de estudios contextuales y reuniones. Las prácticas propuestas son las adecuadas que, en otras, ya que entienden ser continuamente materiales y se han unido a cuantiosos proyectos en la actualidad.

Teoría de la autoestima desde un enfoque histórico según William James

Pérez (2019) nos comenta que William James intentó definir la autoestima que se encuentra en los “principios de la psicología” (1980), dice; que la autoestima a partir de la década de los ochenta no comenzó con este libro, sino que “comenzaron a aparecer estudios científicos: numerosas investigaciones psicopedagógicas sobre la autoestima destacan su decisiva importancia para el pleno desarrollo del potencial dinámico de la persona; tener autoestima positiva es el requisito fundamental para una vida plena.”

También William nos manifiesta que cada persona trae consigo su naturaleza interna que tiene una base biológica, que no siempre llega a ser natural, intrínseca, innata o inmutable. Lo que se recomienda es sacar nuestra naturaleza interna al entorno.

Teoría de la autoestima desde un enfoque sociocultural según Morris Rosenberg

Rosenberg la define como “la totalidad de los pensamientos y sentimientos de la persona con referencia a sí misma como objeto”. Además, menciona que la autoestima,

autoeficacia y la autoidentidad son importantes, para medir esto Rosenberg creó una escala con 10 ítems.

A la larga se entiende que la autoestima es un sentimiento para uno mismo, que llega a ser negativo o positivo la cual puede llegar a una respuesta mediante una evaluación que al principio fue realizado con adolescentes, en la actualidad se puede realizar a cualquier grupo etario, contando con una aplicación eficaz y rápida.

Bienestar psicológico

Definición

La autora psicóloga Ruiz (2023) nos comenta que bienestar propuesto por Keyes (Keyes et al., 2002), “considera que para que las personas experimentemos un bienestar emocional integral es necesario que confluyen dos factores: el bienestar eudaimónico o psicológico y el bienestar hedónico o subjetivo.”

“La tradición se remonta en la Grecia clásica, donde filósofos como Aristóteles estudiaban el bienestar emocional reflexionando sobre la vida virtuosa o plena podía ser la vía para llegar a él.” Sin embargo, en estas últimas décadas el modelo de referencia para poder entender, comprender y estudiar el bienestar psicológico es el propuesto por Carol Ryff (1989).

Para la autora mencionada el bienestar psicológico o plenitud es algo que actúa como reflejo del funcionamiento psicológico óptimo, en otras oportunidades puede llegar a ser independiente entre un balance de emociones tanto positivas como negativas, esto significa, que cuando una persona tiene grandes retos se pueden predominar las emociones de poco agrado sin que afecte a nuestro bienestar psicológico.

Navarrete (2021) nos da un concepto del bienestar psicológico, que la psicóloga Carol Ryff “estudió el bienestar psicológico y encontró que está compuesto por seis dimensiones. Estos seis aspectos influyen sobre nuestra idea de bienestar y podemos trabajarlos a lo largo de nuestra vida.” El bienestar psicológico tiene relación con el afrontar retos en las actividades diarias positivas o negativas, para que puedan demostrar sus capacidades y crecer como personas.

Roda (2022) comentan que en las últimas décadas se ha realizado una investigación acerca del bienestar psicológico desde el punto de vista tradicional, en un primer enfoque de la felicidad o reconocido con otro nombre bienestar hedónico, en segundo enfoque encontramos el desarrollo potencial humano o bienestar eudaimónico.

El bienestar psicológico como la adecuada actividad de las funciones mentales, como pensamiento, comportamiento y estados de ánimo; lo que conlleva a realizar actividades productivas, relaciones interpersonales satisfactorias y capacidad de resiliencia.

Bartra y Vergara (2023) dice que el bienestar psicológico es considerado una perspectiva teórica, que en estos últimos tiempos ha llegado a ser investigado. “En esto, la evaluación del Bienestar Psicológico en condiciones de pandemia y aislamiento social tiene relevancia, ya que se relaciona con las capacidades del individuo para responder más resiliente mente en estas situaciones.”

Dimensiones de bienestar psicológico

De Dios (2018) menciona que existen seis dimensiones acerca del bienestar psicológico que son:

Autoaceptación: Esta dimensión tiene un aspecto de uno mismo y de un pasado, sin embargo, las personas no deben de caer en las garras de la impotencia solo porque queremos modificar o intervenir por algún suceso que ya pasó.

Si el individuo es aceptado con sus emociones y pensamientos se van a transformar en una visión positiva sobre uno mismo. Por el contrario, si la persona cuenta con una autoestima baja y le cuesta aceptarse es muy posible que te sientas abrumado e infundido que no encuentras un inicio donde seguir y debemos de cambiar los aspectos que se puedan presentar.

Dominio del entorno: Es manifestado como la habilidad para poder manejar cuando hay una situación difícil, las personas tenemos capacidades para podernos adaptarnos en cualquier circunstancia, si tienes una percepción alta de dominar a un ambiente que nos rodea, te sentirás capaz de solucionar las situaciones complicadas.

Según la escala de bienestar psicológico cuando un individuo es considerado con dominio bajo presentan más dificultades para poder solucionar los problemas que surgen día tras día.

Relaciones positivas con los demás: Esta dimensión considera medir la capacidad de las personas que tienen relación con los demás de una forma sincera y abierta. Si las personas son capaces de mantener una relación satisfactoria con las personas se considera una mayor calidad emocional.

Esto cuenta con una mayor capacidad de empatía, si las personas son consideradas con puntuación baja es posible que el relacionarse no sea de una manera como tenía ser planeado y dificultad para mantener las relaciones.

Autonomía: Evalúa la independencia del individuo en diferentes aspectos de la vida, las sensaciones presentadas son el poder elegir, independencia personal y decisiones, criterios propios a pesar de que los demás piensan que está mal. “Un grado de autonomía alto implica que eres capaz de desplegar una fuerza mayor para resistir a la presión social y a tus propios impulsos.”

Crecimiento personal: Esta es la capacidad para poder aprender de uno mismo, abrimos a nuevas experiencias y ser desafiantes. “Si fomentas tu crecimiento personal, es posible que sientas que estás en continuo aprendizaje, tengas la capacidad de aprender de lo que vas recibiendo y sepas que tienes los recursos para ir mejorando”

Propósito de vida: Esta dimensión mide la necesidad de las personas que no encuentran un propósito en la vida. Las personas deben tener metas claras y objetivos realistas, en esta dimensión se da sentido y significado al pasado, presente y futuro.

Componentes del bienestar psicológico

Según los avances psicológicos, el bienestar psicológico tienes un equilibrio o armonía entre fenómenos biopsicosociales, de esta manera podemos presentar los principales pilares:

Conocimiento básico de autocuidado

A la larga se ha vuelto muy difícil que seamos capaces de luchar por nuestro bienestar psicológico que es considerado como uno de nuestros conocimientos básicos de la salud mental.

Ausencia de dolor físico u emocional constante

Nos damos cuenta que podemos gozar por nuestro bienestar, es por esta razón que la posibilidad de ir al médico es de gran importancia que a su vez todo va de la mano con habilidad, y gestión emocional.

Estabilidad emocional

Es considerado como emociones estables dentro de la persona misma y hace que podamos reconocer al bienestar psicológico, es decir; que las personas ya no están en proceso de experimentar sus cambios muy súbitos dentro del estado de ánimo, funciona como una ayuda de adaptabilidad sobre los problemas y así poder dar solución a los problemas.

Relaciones sociales

Considera que el bienestar psicológico no es empleado individualmente, si no que surge de las relaciones sociales, es por ello que las personas podemos gestionar los conflictos en la familia, amigos, entre otros. De esta manera podemos crear un ambiente entendible con buenas relaciones.

Capacidad de centrarse en el presente

Los pensamientos obsesivos se consideran importante para no dejar que se transporten una y otras al estado pasado. Para esto existen recursos terapéuticos como “Mindfulness” que son muy usados para la psicoterapia.

Encontrar sentido en lo que se hace

Las personas en el transcurso de nuestra vida encontramos el motivo de nuestros proyectos de vida, cada una de las personas se da cuenta que tiene un propósito y que son capaces de autorrealizarse.

Posibilidades de acceso a nuevas fuentes de motivación

Al lograr nuestro proyecto de vida tanto a nivel personal como profesional, con el tiempo esto nos ayuda a poder abrir puertas y ventanas acerca de nuestras experiencias, que pueden motivarnos de una manera inimaginable, llegando a crear unas ramificaciones.

Características del bienestar psicológico

Según Palomares (2025) definen, las características del Bienestar Psicológico, que serán mencionados en lo siguiente:

- Se basan en las propias experiencias de la persona, tratando de entender sus percepciones, experiencias y sobre todo la evaluación de cada uno como persona.
- Los individuos deben de tener medidas entre lo positivo y negativo porque este tema es considerado preocupante por las personas que estudian el bienestar psicológico. En la actualidad ambos aspectos se complementan de una manera u otra y se mencionan desde los años recientes.
- Los tipos de evaluación en los individuos son considerados a nivel mundial.
- El bienestar psicológico se considera como dimensiones de la vida y de calidad.
- Existen muchas teorías dentro del bienestar psicológico como características que son: Teorías teleológicas, placer, actividad, top down – bottom up, asociacionistas y juicio.

Factores predisponentes del bienestar psicológico

Arias, Navarrete y Flor (2019) nos habla acerca de los factores del bienestar psicológica, que serán mencionados algunos factores:

La personalidad: Describe las escrituras acerca del carácter y prosperidad mental, existen varios exámenes acerca de las conexiones con la razón, presentan dos elementos de significativa y la prosperidad mental.

El estatus económico: Es considerado como una base de salario y riquezas, también las variables económicas son a través de un desempleado de elemento negativo y bienestar personal.

La espiritualidad: Se refiere como una realidad, considerada inmaterial, en donde el individuo permite percibir la esencia de cada uno en su interior o su ser.

Relaciones interpersonales: Es cuando un individuo cuenta con un apoyo de otra persona. Se consideran personas felices y tienen a enfrentarse mejor al estrés. Esto se da más en las personas que tienen apego, muy para lo contrario, es difícil por las que no lo tienen.

Predictores del bienestar psicológico

Los autores Manfredi y Di Pasquale (2019) mencionan, que el bienestar psicológico es considerado un problema filosófico, esto se puede apreciar desde los enfoques teóricos que fueron presentados en los últimos siglos. Los enfoques están considerados de manera conjunta:

Bienestar objetivo

El concepto de este bienestar está relacionado con la universalidad, los requerimientos son comunes cuando se trata de las personas, existen varios estándares explícitos que podrían ser evaluados por una persona desconocida. El concepto de universalidad conocida como la objetividad que son necesidades de las personas y desafíos que pueden evaluados desde una perspectiva de discurso filosófico de Platón en la República (Platón, 2007: 55-56), si hablamos de los enfoques encontramos a las capacidades y las necesidades de los seres humanos.

Bienestar subjetivo

Es un término que fue conocido por Diener, que dentro de ellos vamos a encontrar tres aceptaciones:

Normativa: Considera o tiene relación con la felicidad como algo no subjetivo, sino una forma de cualidad deseable, la aristotélica de eudaimonia tiene relación con lo mencionado.

Satisfacción: Tiene que ver con la satisfacción de la vida, pero también como una evaluación propia, que determina el nivel de lo que cada persona entiende por una buena vida.

Experiencia: Se refiere a una experiencia emocional placentera, que predomina a un semblante positivo sobre un negativo.

Bienestar psicológico en adolescentes

Medina y Velásquez (2021) define que “Este estudio es directo con adolescentes y elementos bibliográficos, se obtuvo un valioso resultado en cuanto a la percepción que tienen

los adolescentes del Bienestar. Obtener respuestas en los adolescentes con tendencias hacia el reconocimiento y la necesidad de tener una vida social muy amplia”

Aparte, hay aspectos que se relacionan con los adolescentes dentro del bienestar psicológico, de cómo se pueden recibir los conceptos, análisis y cómo podemos identificarlo.

Pérez y Samerón (2022) mencionó que, “Hay características de los estudiantes que cuenta las condiciones de vida en que se desarrollan, por tanto, la evaluación de su entorno en las diferentes esferas y cualidades internas de cada uno para afrontar las diferentes circunstancias de la vida” considerando algunos aspectos fundamentales para la evaluación de adolescente es la formación de adaptabilidad con las personas del entorno.

El bienestar psicológico cuenta con un indicador positivo, subjetivo y negativo. (Maganto, 2019) nos dice que existen otras investigaciones acerca del tema de bienestar psicológico en adolescentes y comentan que, “No hay diferencias significativas por edad, género, inteligencia, dinero, atractivo físico y educación, otras diferencias encontradas estaban relacionadas con el estilo de personalidad, vínculos con las demás personas y la aceptación de sí mismo.”

Hay una escala que es considerado para conocer significados en los adolescentes en relación al bienestar como, por ejemplo:

- ❖ El bienestar tiene un significado general o disfrute.
- ❖ El bienestar psicológico tiene relación con temas de logros personales.
- ❖ Las situaciones tienen referencia con la vida de estudio, muerte de familias y problemas de familiares y amigos.

Teorías del bienestar psicológico

Martínez (2025) dice “el bienestar psicológico es una actitud o sentimiento positivo o negativo hacia la persona, basada en la evaluación de sus propias características”. El autor nos menciona que hay teorías dentro del bienestar psicológico y son:

Teoría multidimensional (Ryff 1989)

Rivas (2022) nos sugiere, “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. A partir de estas dimensiones, desarrolló la Escalas de Bienestar Psicológico”

Teoría de psicología positiva (Seligman 2006)

Sauber (2025) definió que, “el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos, mientras previene o reduce la incidencia de la psicopatología.”

Por otro lado, define el estudio acerca de las fortalezas y virtudes de los seres humanos, las cuales permiten adoptar una apariencia más sincera con relación al potencial del individuo, motivaciones y capacidades.

Teoría auténtica felicidad (Seligman 2006)

Ramos (2025) considera que, “la obra seminal sobre la que se edificaba esta audaz corriente de la Psicología que, en contraposición a la psicología tradicional, centrada en el estudio de la enfermedad mental, se focaliza en las fortalezas, virtudes y en el bienestar psicológico”, es decir; los aspectos permiten a una persona: aprender, disfrutar, alegría, generosidad, solidarios, altruista, empáticos y bien óptimas.

c. Hipótesis

Hi: Existe relación entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023.

Ho: No existe relación entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023.

III. METODOLOGÍA

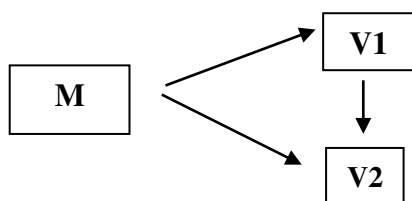
a. Tipo, nivel y diseño de investigación

El presente estudio es de tipo cuantitativo, ya que se fundamenta en la recolección de análisis de datos numéricos con el propósito de describir y examinar las relaciones existentes entre las variables (Hernández et al., 2020).

Respecto al nivel de investigación, corresponde al descriptivo correlacional, debido a que buscar identificar la fuerza y dirección de la relación entre las variables de estudio, sin establecer causalidad. Según Hernández et al. (2020), el nivel correlacional permite asociar variables a partir de un patrón predecible dentro de un grupo o población determinada.

El diseño de investigación es no experimental y de tipo transversal, ya que no se manipularon las variables independientes; por el contrario, estas se observaron tal como se presentan en su contexto natural, recolectando los datos en un único momento temporal. Este enfoque metodológico permitió explorar relaciones probabilísticas entre variables mediante el uso de técnicas estadísticas, como la correlación bivariada, con el fin de identificar asociaciones significativas Hernández et al. (2020).

La investigación tuvo el siguiente esquema correlacional:



Donde:

M: Representa la muestra del estudio.

V1: Observación de la variable de autoestima.

V2: Observación de la variable de bienestar psicológico.

b. Población y muestra

La población estuvo conformada por un total de N= 134 estudiantes de 3er al 5to grado de secundaria de una institución educativa privada de la ciudad de Huaraz, durante el año 2023. Posteriormente, Se obtuvo el consentimiento de n = 100 estudiantes que desearon participar voluntariamente en el estudio, conforme a los criterios de inclusión establecidos.

Se utilizó un muestreo no probabilístico de tipo conveniencia, debido a que no todos los participantes del 3° al 5to no tuvieron la misma probabilidad de ser elegidos.

Criterios de inclusión

- Estudiantes con matrícula vigente en el año 2023.
- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes que aceptaron participar en el estudio mediante la firma del consentimiento informado y asentimiento informado.
- Estudiantes con edades entre 15 – 17.

Criterios de exclusión

- Estudiantes con dificultades de comprensión de los instrumentos y que, por tanto, no pudieron desarrollarlos.
- Estudiantes que no asistieron el día de la aplicación del instrumento.
- Estudiantes que no completaron los ítems del cuestionario de evaluación.

c. Operacionalización de las variables

Matriz de Definición y operacionalización de variables

Variable de Asociación	Dimensiones / indicadores	Valores finales	Tipo de variable
Autoestima	Sin dimensiones	Alto	Categoría, ordinal, politómica
		Medio	
		Bajo	
Variable de supervisión	Dimensiones / indicadores	Valores finales	Tipos de variable
Bienestar Psicológico	Sin dimensiones	Muy alto	Categoría Politómica
		Alto	

	Moderado	Ordinal
	Bajo	
	Muy bajo	

d. Técnicas e instrumentos de recolección de información

i. Técnica

Con el objetivo del desarrollo del estudio se aplicó la técnica de la encuesta.

Para la evaluación se utilizó la Escala de Autoestima de Rosenberg (EA - Rosenberg), la cual tiene como objetivo evaluar el sentimiento de satisfacción que una persona tiene consigo misma, así mismo, refleja la relación entre la autoimagen real y la autoimagen ideal. La población va dirigida a partir de los 12 años, tiempo de aplicación: 5 minutos aproximadamente, tipo de instrumento es de escala y cuenta con 10 ítems con 4 opciones de respuesta desde: Muy de acuerdo (4) a Muy desacuerdo (1). Cuenta con 5 ítems directos y 5 inversos (ítems inversos: 3,5,8,9 y 10).

También se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico para adolescentes – BIEPS – J, es el nombre del instrumento empleado, la autora es María Martina Casullo (2002), el objetivo es medir el bienestar psicológico, con una administración individual y colectiva, consta de 13 ítems y cuenta con un tiempo de aplicación de 15 minutos promedio, permite medir el nivel de bienestar psicológico de un individuo, teniendo consigo los siguientes indicadores: Control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos personales, aceptación de sí misma y la autonomía.

Para la calificación de esta prueba cuenta con tres opciones de respuesta: De acuerdo (3), ni de acuerdo, ni en desacuerdo (2) y en desacuerdo (1), teniendo en cuenta lo marcado por el individuo, con un puntaje máximo de 39 y mínimo de 13.

e. Método de análisis de datos

Para determinar la confiabilidad de los instrumentos aplicados, la escala de autoestima de Rosenberg y el inventario de bienestar psicológico (BIEPS-J), se utilizó el coeficiente Alfa de Cronbach con el propósito de evaluar la consistencia interna de los ítems. Los resultados obtenidos evidencian una adecuada fiabilidad en ambas variables de estudio, tal y como se muestra en la siguiente tabla:

Tabla 1: Prueba de Fiabilidad

Instrumento	N.º de ítems	Alfa de Cronbach
Escala de Autoestima de Rosenberg	10	0.974
Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)	13	0.987

Con el propósito de evaluar la consistencia interna de los ítems de cada instrumento se aplicó el coeficiente alfa de Cronbach, considerando los valores superiores a 0.70 indican una fiabilidad aceptable (George y Marelly, 2019). Los resultados obtenidos evidencian una adecuada fiabilidad en ambas variables de estudio, tal y como se muestra en la tabla presentada. En este sentido la Escala de Autoestima de Rossemberg presente un coeficiente de 0.974, mientras que la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) alcanzo un valor de 0.987. de acuerdo con los criterios establecidos por George y Marelly (2019), dichos valores se consideran excelentes, lo que refleja una alta consistencia interna y garantiza la confiabilidad de los instrumentos aplicados en esta investigación.

Para poder determinar el tipo de análisis estadístico, se evaluó la normalidad de las variables autoestima y bienestar psicológico mediante las pruebas de Kolmogorov - Smirnov y Shapiro - Wilk.

Tabla 2: Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Autoestima	,128	100	,000	,882	100	,000
Bienestar psicológico	,205	100	,000	,785	100	,000

a Corrección de significación de Lilliefors

De acuerdo con los resultados obtenidos en la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov y Shapiro-Wilk, se observa que ambas variables autoestiman y Bienestar Psicológico presentan valores de significancia inferiores a 0.05 ($p < 0.05$). esto indica que los datos no se distribuyen de manera normal. En consecuencia, para el análisis se optará por el uso de pruebas no paramétricas, al no cumplirse el supuesto de normalidad sugerido por las pruebas paramétricas.

f. Aspectos éticos

La investigación se desarrolló conforme a la normativa institucional de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote según el Reglamento de Integridad Científica en la Investigación ver. 002 (2025). El proyecto fue propuesto bajo la Ética de la Universidad, tras lo cual se gestionó la documentación requerida para su presentación y autorización en la institución educativa privada donde se ejecutó el estudio. Asimismo, se entregaron los consentimientos y asentimientos informados a los estudiantes y a sus padres de familia o tutores responsables, garantizando la participación voluntaria y el resguardo de la confidencialidad de la información obtenida.

Principios éticos aplicados:

- Respeto y protección de los derechos de los participantes: Se debe asegurar el respeto por la privacidad y confidencialidad de todos los involucrados en el estudio, tanto los participantes con las fuentes de información.
- Principio de cuidado del medio ambiente: Se debe respetar el entorno, protección de especies y preservar la biodiversidad y naturaleza.
- Principio de libre participación por voluntad propia: El participante debe estar informado del propósito y finalidad de la investigación en que será participante, de tal forma, pueda expresarse con voluntad libre y específica.
- Principio de beneficencia y no maleficencia: Se garantiza el bienestar de los participantes a través de la aplicación de las normas, con el fin de no generar daño alguno, reducir efectos adversos posibles y maximizar los beneficios que se obtengan de la investigación.
- Principio de Integridad y honestidad: Principio que debe permitir la objetividad, transparencia y la imparcialidad en la difusión responsable del trabajo de investigación.
- Principio de justicia: A través de un juicio ponderable y razonable que permita la toma de límites de sesgos y precauciones, asimismo, el trato equitativo con todos los que participen en la investigación.

IV.RESULTADOS

Tabla 3

Relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023.

Correlaciones			Autoestima	Bienestar psicológico
Rho de Spearman	AUTOESTIMA	Coeficiente de correlación	1,000	,597**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	100	100
	BIENESTAR PSICOLOGICO	Coeficiente de correlación	,597**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	100	100

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Los resultados evidencian que si existe una correlación positiva moderada y significativa entre autoestima y bienestar psicológico ($Rho = 0.597$; $p < 0.05$). esto indica que los estudiantes que presentan niveles mas altos de autoestima tienden a manifestar también un mayor bienestar psicológico. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, confirmando que ambas variables se relacionan de manera significativa.

Tabla 4

Nivel de autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023.

Autoestima	f	%
Alto	46	46.0
Medio	8	8.0
Bajo	46	46.0
Total	100	100.0

Nota. De la población estudiada se observa una proporción igual de estudiantes con niveles altos y bajos de autoestima (46.0% cada uno) y una baja proporción con nivel medio (8.0%)

Tabla 5

Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023.

Bienestar Psicológico	f	%
Bajo	47	47.0
Medio	11	11.0
Alto	42	42.0
Total	100	100.0

Nota. De la población estudiada se observa que el mayor porcentaje de estudiantes presenta un nivel bajo (47.0%), seguido de un nivel alto (42.0%) y un nivel medio (11.0%).

V. DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de la ciudad de Huaraz en el año 2023. De acuerdo con los resultados se obtuvo que si existe una relación moderada y positiva entre el autoestima y bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria. El valor de significancia estadística ($p < 0.05$) confirma que la autoestima influye en la percepción del bienestar psicológico, evidencias que aquellos adolescentes con mayor autovaloración tienden a mostrar un mejor equilibrio emocional, mayor sentido de propósito y satisfacción personal.

Estos resultados coinciden con los planteamientos de Casullo (2002) autora de la escala BIEPS, quien señala que el bienestar psicológico se sustenta en la autoaceptación, los vínculos sicosociales y el control de situaciones personales, dimensiones que se fortalecen en presencia de una autoestima positiva. Asimismo, los hallazgos guardan relación con lo expuesto por Rossemberg (1965), al afirmar que una autoestima sólida contribuye a la estabilidad emocional y la adaptación social, factores determinantes en el desarrollo integral de los adolescentes. También podemos afirmar la existencia de investigaciones similares a este estudio de investigación como lo señala Rodríguez (2022) en Lambayeque y Salinas (2023) en Huaraz, estos resultados coinciden que existe una relación entre autoestima y bienestar psicológico, siendo así una prueba de similitud, así mismo, existe concordancia en la investigación por que se trabajó con estudiantes de secundaria en instituciones educativas. De esta manera se puede inferir que, a mayor nivel de autoestima, aumentan los niveles de bienestar psicológico.

Finalmente, el análisis de los niveles de autoestima observados en los estudiantes evidenció una distribución equilibrada entre niveles altos y bajos, mientras que un grupo reducido presentó una autoestima media. Este resultado refleja la coexistencia de percepciones positivas y negativas de sí mismos dentro del grupo estudiado. Los estudiantes con autoestima alta muestran confianza en sus capacidades y una valoración positiva de su persona, mientras que aquellos con niveles bajos tienden a manifestar inseguridad o autocrítica excesiva. En conjunto, estos hallazgos sugieren que, si bien una parte de los estudiantes posee una

autovaloración saludable, aún existe un sector que requiere fortalecer su autoconfianza y autoconcepto, aspectos esenciales para su desarrollo emocional y académico.

Al mismo tiempo, se observó que los niveles de bienestar psicológico entre los estudiantes presentan una distribución equilibrada entre niveles altos y bajos, con un grupo reducido que se ubica en un nivel medio. Este resultado refleja que, mientras algunos estudiantes muestran una adecuada estabilidad emocional, sentido de propósito y satisfacción con su vida, otros experimentan dificultades para mantener un equilibrio psicológico constante. La coexistencia de ambos niveles sugiere la influencia de factores personales, familiares y escolares en la percepción del bienestar. En conjunto, estos hallazgos indican que, si bien una parte de los estudiantes logra manejar sus emociones de manera positiva, aún es necesario fortalecer las estrategias de afrontamiento y apoyo emocional para promover un bienestar psicológico integral.

El hecho de que la mayoría de los estudiantes muestre niveles de autoestima distribuidos entre bajo y alto, y que el bienestar psicológico presente un mayor número de casos en el nivel bajo, sugiere que existen diferencias marcadas en la forma en que los jóvenes afrontan su realidad emocional. A pesar de que algunos estudiantes logran mantener un bienestar alto, la predominancia de niveles bajos refleja posibles dificultades personales o contextuales que afectan su equilibrio emocional. No obstante, la correlación positiva moderada y significativa indica que, a medida que aumenta la autoestima, también se incrementa el bienestar psicológico, lo que confirma que una autovaloración positiva favorece una vida más equilibrada, satisfactoria y emocionalmente saludable.

En resumen, los resultados de la investigación revelan que, aunque los niveles de autoestima de los estudiantes se distribuyen principalmente entre valores altos y bajos, su bienestar psicológico tiende a mantenerse en niveles favorables. Este resultado sugiere que, pese a las diferencias en la autovaloración personal, muchos de los estudiantes poseen la capacidad emocional y psicológica para adaptarse positivamente a las circunstancias de su vida cotidiana, reflejando así un adecuado manejo de sus emociones y una percepción relativamente estable de su bienestar general.

VI. CONCLUSIONES

- Se identificó una relación moderada y positiva entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria en una institución educativa privada de Huaraz en el año 2023, lo que demuestra que el fortalecimiento de la autovaloración personal influye directamente en una mayor estabilidad emocional y satisfacción con la vida.
- De la población estudiada los estudiantes presentan niveles diversos de autoestima, observándose percepciones favorables como desfavorables de sí mismos. Esto refleja la importancia de fortalecer la identidad personal y la autoconfianza durante la adolescencia, etapa clave para el desarrollo de una imagen positiva y estable.
- El bienestar psicológico de los estudiantes evidencia diferencias notorias, ya que algunos muestran un adecuado equilibrio emocional y sentido de propósito, mientras otros enfrentan dificultades para mantener un bienestar sostenido. Esto resalta la necesidad de promover estrategias que fortalezcan la salud mental y la resiliencia en el ámbito escolar.

VII. RECOMENDACIONES

- Fomentar programas y talleres orientados al desarrollo de la autoestima, que permitan a los estudiantes reconocer sus capacidades, valorar sus logros y asumir una actitud positiva frente a los retos personales y académicos.
- Implementar acciones pedagógicas y de tutoría que promuevan el autoconocimiento, la autoaceptación y la autorregulación emocional, involucrando tanto a docentes como a familias en el acompañamiento integral del estudiante.
- Diseñar e incorporar estrategias institucionales para el fortalecimiento del bienestar psicológico, tales como actividades socioemocionales, espacios de escucha activa y programas de orientación psicológica que contribuyan al equilibrio emocional y al desarrollo personal de los adolescentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, I.J. y Rojas, C.K. (2025). *La autoestima de los adolescentes en el entorno escolar*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Loja]. Repositorio institucional.
<https://unl.edu.ec/noticia/la-autoestima-de-los-adolescentes-en-el-entorno-escolar>
- Bustos, K. S. (2021). *Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes universitarios*. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de la Salud/Carrera de Psicología Clínica]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/38598>
- Casullo, M., & Castro, A. (2000). *Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos*. Revista de Psicología de la PUCP. 18(1), 37-67. Recuperado de file:///C:/Users/TOSHIBA/Downloads/DialnetEvaluacionDelBienestarPsicologicoEnEstudiantesAdol-4531342%20(2).pdf
- Chacaltana, L. (2022). *Bienestar Psicológico y Autoestima en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Pucallpa, 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/37782/estudiantes_autoestima_chacaltana_tuanama_lesly_solange.pdf?sequence=1&isallowed=y
- Flores, D. C. (2022). *Bienestar psicológico y nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27855>
- García, A. D. (10 de enero del 2019). *Bienestar Psicológico En Adolescentes: Relaciones Con Autoestima, Autoeficacia, Malestar Psicológico Y Síntomas Depresivos*. ResearchGate.
https://www.researchgate.net/publication/334638339_BIENESTAR_PSICOLOGICO_EN_ADOLESCENTES_RELACIONES_CON_AUTOESTIMA_AUTOEFICACIA_MALESTAR_PSICOLOGICO_Y_SINTOMAS_DEPRESIVOS
- Guevara, E. (2021). *El autoestima y ansiedad en adolescentes de un colegio público y privado*. [Tesis de grado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio de

PUCESA Documento en línea. Disponible:

<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3132/1/77296.pdf>

Herrera Figueroa, S. D. (2019). *Bienestar Psicológico en adolescentes del distrito de Casma*, 2019.

[Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio De Loyola]. Repositorio institucional.

https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/3006/UNFV_TOMATE_O_CONTRERAS_REN%c3%89_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ministerio de Salud. (2023). *Minsa presenta estudio que evidencia la importancia de servicios de salud diferenciados en bienestar de los adolescentes*. Ministerio de Salud.

Documento en línea. Disponible: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/49827-minsa-presenta-estudio-que-evidencia-la-importancia-de-servicios-de-salud-diferenciados-en-bienestar-de-los-adolescentes>

Moksnes, U., Nilsen, H. y Espnes, G. (2022). *Asociación entre la soledad, la autoestima y el resultado de la satisfacción con la vida en adolescentes noruegos de 15 a 21 años*.

[Tesis de pregrado, Universidad National Library of Medicine]. Repositorio institucional. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35360987/>

Nolasco, O. D. y Obando, J. N. (2018). *Autoestima y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería - UNASAM – Huaraz – 2017*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo]. Repositorio institucional.

<https://core.ac.uk/download/pdf/231096511.pdf>

Ojeda, Z. E. y Cárdenas, M.V. (2017). *“EL NIVEL DE AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES ENTRE 15 A 18 AÑOS.”*. [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio

institucional. <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://rest-dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/41d76a71-4528-4a79-b019-c492dee039f0/content>

Organización Mundial de la Salud OMS (2025). *La salud mental de los adolescentes*. Who.int.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

- Organización Mundial de la Salud OMS y Ministerio de Salud MINSA (2021). *Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional*. gob.pe.
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>
- Ramírez, A. V. (2019). *Bienestar Psicológico en adolescentes de un Colegio en el Distrito del Rímac*. [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/69d0506c-1994-4a1e-bce6-8fa3f73d1b43/content>
- Rodriguez, J. (2022). *Autoestima y Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria de Uyurpampa, Lambayeque, 2022*. . [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/39611/autoestima_bienestar_psicologico_rodriguez_bernilla_jhoselyn_rocio.pdf?sequence=1&isallowed=y
- Rosales, M. A. (2021). *Funcionamiento Familiar y Autoestima en Adolescentes de un Centro Poblado, Huaraz, 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional.
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25052/AUTOESTIMA_SALAZAR_ROSALES_MEYBI.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Salinas, A. R. (2023). *Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Huaraz, 2023*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/39937>
- Solano Ilizarbe, Y. J. (2019). *Nivel De Autoestima En Estudiantes Adolescentes Pertenecientes Al Distrito De Pampas – Huancavelica*. [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio De Loyola]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/3283d904-b716-4214-8643-cc52fa77dc73/content>

- Ventura, M. (2022) *Bienestar Psicológico y Autoestima en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa pública, Lima, 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/37395/adolescente_a_utoestima_bienestar_psicologico_ventura_flores_mary_serafina.pdf?sequence=5&isallowed=y
- Villacieros, I. (16 de octubre del 2020). *Día Mundial De La Salud Mental En Ancash (Perú)*. Sandboxpsychology. <https://www.sandboxpsychology.com/actualidad/dia-mundial-de-la-salud-mental-en-ancash-peru/>
- Villanueva, M. (2022). *Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Pomabamba, Áncash 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/39251>
- Caravaca, R. (26 de marzo del 2018). *Surgimiento de la autoestima*. Campus educación. <https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/surgimiento-la-autoestima/?cn-reloaded=1>
- Coopersmith (1996), *Inventario de Autoestima de Coopermith*. S.E.I. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://psicopedagogia.weebly.com/uploads/6/8/2/3/6823046/coopersmith.pdf
- De Dios, S. (2018). *Las 6 dimensiones del bienestar psicológico*. Lamenteesmaravillosa. <https://lamenteesmaravillosa.com/las-6-dimensiones-del-bienestar-psicologico/>
- Maganto Mateo, C., Peris Hernández, M., & Sánchez Cabrero, R. (2019). El bienestar psicológico en la adolescencia: variables psicológicas asociadas y predictoras. *European Journal of Education and Psychology*, 12(2), 139–151. <https://doi.org/10.30552/ejep.v12i2.279>
- Manfredi, M. y Di Pasquale, E. A. (2021). Medición del bienestar objetivo y subjetivo: una propuesta de índice de desarrollo humano integral. *Revista de economía mundial*, (57), 161-186. chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://nulan.mdp.edu.ar/id/eprint/3494/1/manfredi-actis-2021.pdf

Martínez Abelda, B. (2025). *Carol Ryff y su Teoría del Bienestar Psicológico*. Iepp.es.

<https://www.iepp.es/carol-ryff-y-su-teoria-del-bienestar-psicologico/#:~:text=La%20Teor%C3%ADa%20del%20Bienestar%20Psicol%C3%B3gico%20de%20Ryff%20propone%20que%20una,tener%20una%20vida%20con%20sentido.>

Martinez, V. (13 de junio del 2020). *¿Cuáles Son Los Componentes De La Autoestima?*

<https://violetamartinez.com/blog/cuales-son-los-componentes-de-la-autoestima/>

Monsalvo, I. (23 de marzo del 2022). *Autoestima: Que es, niveles de autoestima y como*

mejorarla. Neopraxis. <https://neopraxis.mx/autoestima-que-es-niveles-de-autoestima-y-como-mejorarla/>

Navarrete Herrera, A. (2021). *¿Cuál es el papel de la familia durante la adolescencia?*

<https://serviciopad.es/papel-la-familia-la-adolescencia/>

Palomares, L. (2025). *¿Qué es el bienestar psicológico?* avancepsicologico.

<https://www.avancepsicologos.com/bienestar-psicologico/>

Panesso, G. Y Arango, H. (13 de abril del 2021). *La Autoestima, Proceso Humano*. Revista electrónica Psyconex.

file:///C:/Users/HP%20INTEL%20CORE%20i5/Downloads/aarroyavehernandez,+328507-Texto+del+art_culo-129909-1-10-20170803_compressed.pdf

Perales, C. (20 de septiembre del 2021). *Aportaciones sobre el autoconcepto y autoestima*.

Nunca es tarde para aceptarse. Scielo. Org.

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S200778902021000600068&script=sci_arttext_plus&tlng=es

Pereira, M. (24 de marzo del 2019). *Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo*. Revista.

<https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>

- Pérez, P. M. y Salmerón, R.M. (2022). *El entorno y la influencia en la adolescencia: familia, amigos, escuela, universidad y medios de comunicación*. [Tesis de pregrado, Pediatra. Unidad de Medicina de la Adolescencia. Hospital Universitario La Paz. Madrid. Pediatra. Unidad de adolescencia y Pediatría del Hospital Ruber Internacional de Madrid] Repositorio. <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2022-06/el-entorno-y-la-influencia-en-la-adolescencia-familia-amigos-escuela-universidad-y-medios-de-comunicacion/>
- Pérez, V. (14 de mayo del 2019). *Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal*. Alternativa.me. <https://www.alternativas.me/numeros/30-numero-41-febrero-julio-2019/190-autoestima-teorias-y-su-relacion-con-el-exito-personal>
- Ramos, J. (2025). *La auténtica felicidad, de Martin Seligman*. Lavidapositiva. <https://www.lavidapositiva.com/la-autentica-felicidad-de-martin-seligman/>
- Rivas, M. G. (2022). *Propuesta de estrategias basadas en el Modelo Multidimensional de Ryff para fortalecer el Bienestar Psicológico en estudiantes de enfermería de una universidad nacional de Lambayeque 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad San Pedro]. Repositorio. <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/12070>
- Roda Rivera, C. (2020). *La felicidad eudaimónica y felicidad hedónica*. Lamenteesmaravillosa. https://lamenteesmaravillosa.com/la-felicidad-eudaimonica-y-felicidad-hedonica/#google_vignette
- Rojas, M. (23 de marzo del 2019). *La Autoestima. Nuestra fuerza secreta. Luis Rojas Marcos. Promoción de la Salud y Apoyo Psicológico al Paciente*. Rua.ua.es. <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/3765/1/PowerPoint%20-%20TEMA4.pdf>
- Rosenberg, M. (1965). *La sociedad y la autoimagen adolescente*. Princeton, Nueva Jersey: Princeton University Press <https://psicologiaymente.com/clinica/escala-autoestima-rosenberg>
- Ruiz, A. (14 de abril del 2023). *Bienestar psicológico: ¿Qué es y cómo conseguirlo?* Iepp.es. <https://www.iepp.es/bienestar-psicologico/>

- Ryff, C. D. (1989). La felicidad ¿Es todo, o es? Exploraciones sobre el significado del bienestar psicológico. *Revista de Personalidad y Psicología Social*, 57(6), 1069-1081. DOI: [10.1037/0022-3514.57.6.1069](https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069)
- Sánchez, G. E. (2019). *Nivel de autoestima en adolescentes de la Institución Educativa Technology Schools, Independencia – 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/38093>
- Sauber Millacci, T. (2025). *La teoría de la psicología positiva de Martin Seligman*. Psitivenesspsychology.com. <https://positivepsychology.com/positive-psychology-theory/>
- Valle, M. L. (2019). *Autoestima Y Ansiedad Estadorasgo En Jóvenes Universitarios De La Ciudad De Lima*. [Tesis de pregrado, Universidad de Lima]. Repositorio institucional. https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10295/Rodrich_Zegarra_Alejandra.pdf
- Velásquez, D. y Medina, C. (2021). *BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES*. Vol. 9 Núm. 15. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/330992>
- Cortez Vidal, M. (2016). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo en adolescentes de Trujillo*. *Revista Ciencia y Tecnología* (Vol. 12, Número 4). [https://go.gale.com/ps/i.do?id=GALE%7CA597517605&sid=googleScholar&v=2.1&it=r&linkaccess=abs&issn=18106781&p=IFME&sw=w&userGroupName=anon%7E5fb8e1f0&aty=open-web-entry#:~:text=En%20nuestra%20localidad%2C%20S%C3%A1nchez%20\(2013:50%2D66\)%20realiz%C3%B3%20un,13%20y%2017%20a%C3%B1os%2C%20de%20ambos%20sexos.](https://go.gale.com/ps/i.do?id=GALE%7CA597517605&sid=googleScholar&v=2.1&it=r&linkaccess=abs&issn=18106781&p=IFME&sw=w&userGroupName=anon%7E5fb8e1f0&aty=open-web-entry#:~:text=En%20nuestra%20localidad%2C%20S%C3%A1nchez%20(2013:50%2D66)%20realiz%C3%B3%20un,13%20y%2017%20a%C3%B1os%2C%20de%20ambos%20sexos.)
- Hernández Sampieri, R. y Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. https://scholar.google.es/citations?view_op=view_citation&hl=es&user=kULnhl0AAA-AJ&citation_for_view=kULnhl0AAAAJ:dhFuZR0502QC

Ventura León, J. (2018). *Escala de Autoestima de Rosenberg en Adolescentes versión peruana*. Test validados. <https://joseventuraleon.com/test-validados>

George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS Statistics 26 Step by Step: A Simple Guide and Reference* (16th ed.). Routledge.
<https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9780429056765/ibm-spss-statistics-26-step-step-darren-george-paul-mallery>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2023). *Metodología de la investigación* (7.^a ed.). McGraw-Hill. https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/metodologia-de-la-investigaci%C3%83%C2%B3n_sampieri.pdf

ANEXOS

Anexo 01. Documento de autorización para el desarrollo de la investigación (Ley N°29733)



Institución Educativa Parroquial "Nuestra Señora del Sagrado Corazón de Jesús"

Huaraz, 30 de octubre de 2023

OFICIO N° 180-2023-I.E.P." N.S.S.C.J" – D

SEÑOR:

DR. LUIS HESNEIDER MORALES LOPEZ

Director UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE – ULADECH

ASUNTO : ACEPTACIÓN PARA QUE REALICE SU TRABAJO DE INVESTIGACIÓN A LA ALUMNA KAREN NIKOL ABAD TRINIDAD

REF : CARTA DE PRESENTACIÓN N° 0070-2023-DIR-EPPS-FCCS- ULADECH Católica

Mediante la presente me dirijo a Ud. Para hacerle llegar mi cordial saludo en nombre de la Institución Educativa "Nuestra Señora del Sagrado Corazón de Jesús" Distrito de Independencia – Provincia de Huaraz y al mismo tiempo hacerle de su conocimiento la ACEPTACION a la estudiante **KAREN NIKOL ABAD TRINIDAD** de la carrera profesional de psicología para que pueda obtener su título profesional, realice su trabajo e investigación en nuestra institución educativa, a cargo del PROF. ARTURO OLIVERA Coordinador de la institución.

Sin otro particular, hago propicia la ocasión para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima.

"Amado sea en todas partes el sagrado corazón de Jesús"

Atentamente,




ROMMEL DÁVILA CALVO
DIRECTOR DE LA IE

Anexo 02. Carta de recojo de datos



ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
Año de la unidad, la paz y el desarrollo

Chimbote, 26 de octubre de 2023

CARTA DE RECOJO DE DATOS N° 0070 -2023-DIR-EPPS-FCCS-ULADECH Católica

Sr(a): Romel Dávila Calvo
I.E.P. "Nuestra Señora del Sagrado Corazón de Jesús" - Huaraz

Presente.-

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

En cumplimiento del Plan Curricular del programa de la Escuela Profesional de Psicología, el/la estudiante Karen Nikol Abad Trinidad, con DNI. N° 75761910, viene desarrollando un trabajo de investigación denominado Relación entre autoestima y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa, Huaraz, 2023., asesorado/a por el/la docente PS. VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA, Por lo cual se requiere de su autorización para la aplicación de instrumentos de evaluación psicológica en una población/muestra del centro que usted dignamente dirige.

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

Atentamente,



Dr. Luis Hesneida Morales López
DIRECTOR ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Anexo 03. Matriz de Consistencia y operacionalización

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023?	Objetivo general Determinar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023. Objetivos específicos: Determinar el nivel de autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023. Determinar el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023.	Hipótesis Nula (Ho) No existe asociación entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023. alternativa (Ha) Existe asociación entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, Huaraz, 2023.	VARIABLE 1: Autoestima VARIABLE 2: Bienestar Psicológico Dimensiones: Control de situaciones Vínculos psicosociales Proyectos personales Aceptación de sí mismo.	Rossemberg (1996) “Señala que la autoestima es un sentimiento de aprecio positivo hacia uno mismo, tiene una base afectiva y cognitiva en cada persona y esto hará que se cuestione así mismo”. El bienestar psicológico es la capacidad de establecer vínculos saludables, control del entorno, proyectos y autoaceptación de sí mismo, todo esto se va evaluando a través de los efectos positivos y negativos de satisfacción Casullo (2002)	Tipo de investigación: *Cuantitativo Nivel de investigación: *Descriptivo, correlacional. Diseño de la investigación: *No experimental - Transversal Población: 110 estudiantes de 3° a 5° de secundaria de una institución educativa. Muestra: Probabilística de 100 estudiantes.

Anexo 04. Ficha técnica de los instrumentos

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Este instrumento tiene como objetivo evaluar el sentimiento de satisfacción de la persona tiene a si misma.

INSTRUCCIONES: Marque con una (X) la respuesta que coincida con su criterio. Esta prueba tiene el objeto de evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más importante.

A. Muy de acuerdo

B. De acuerdo

C. En desacuerdo

D. Muy en desacuerdo

N°	ITEMS	A	B	C	D
1	Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2	Creo que tengo un buen número de cualidades.				
3	En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
4	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
5	Siento que no tengo muchos motivos para sentirme orgulloso/a de mí.				
6	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.				
7	En general, estoy satisfecho conmigo mismo/a.				
8	Debería valorarme más a mí mismo/a.				
9	A veces me siento verdaderamente inútil.				
10	A veces siento que no soy bueno/a para nada.				

Escala de Autoestima de Rossemberg.

Ficha técnica

- ✓ Autor: Morris Rosenberg.
- ✓ Año: 1965.
- ✓ Nombre: Escala de Autoestima de Rosenberg (EA-Rosenberg).
- ✓ Objetivo: Evaluar el sentimiento de satisfacción que una persona tienen consigo misma. La autoestima refleja la relación entre la autoimagen real y la autoimagen ideal.
- ✓ Áreas/Factores: Un solo factor.
- ✓ Población: a partir de 12 años.
- ✓ Tiempo de aplicación: 5 min. Aprox.
- ✓ Tipo de instrumento: escala.
- ✓ Número de ítems: 10

Descripción: La escala consta de 10 ítems con 4 opciones de respuesta: desde Muy de acuerdo (4) a Muy en desacuerdo (1). Consta de 5 ítems directos y 5 inversos (Ítems inversos: 3, 5, 8, 9 y 10). Para controlar la aquiescencia y la tendencia a responder afirmativamente. (Rosenberg, 1965).

Normas de aplicación: La persona evaluada responde los 10 ítems en una escala tipo Likert de 4 puntos (de Muy de acuerdo a Muy en desacuerdo).

Corrección e interpretación: La puntuación se obtiene sumando la puntuación directa de los ítems 1, 2, 4, 6, 7 y la puntuación invertida de los ítems 3, 5, 8, 9 y 10. La puntuación final oscila entre 10 y 40. Las puntuaciones mayores son indicadoras de una autoestima más alta.

Validez:

La Escala de Autoestima de Rosenberg fue sometida a un proceso de validación de contenido a través del juicio de expertos en el área psicológica, quienes evaluaron la pertinencia, coherencia y claridad de los ítems. Este procedimiento aseguró que cada ítem midiera adecuadamente el constructo teórico de la autoestima. De acuerdo con Hernández,

Fernández y Baptista (2023), la validez de contenido permite determinar si un instrumento refleja de manera precisa el dominio del concepto que se pretende evaluar.

Confiabilidad:

En cuanto a la fiabilidad, la Escala de Autoestima de Rosenberg obtuvo un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.974, lo que indica una excelente consistencia interna. Según George y Mallery (2019), valores superiores a 0.90 reflejan una alta confiabilidad, por lo que este resultado confirma que el instrumento es estable y preciso para medir los niveles de autoestima en los participantes.

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

Escala de BIEPS – J (Cuestionario para medir el bienestar psicológico)

Edad:Grado y Sección:.....

Marque con un (x)

Te pedimos que leas con atención las frases siguientes. Marca tus respuestas en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. La alternativa de respuesta es:

- Estoy de acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

No hay respuesta buena o mala, todas sirven. No dejes sin responder. Marca tu respuesta con una cruz o aspa uno de los tres espacios.

ITEMS	1	2	3
	De acuerdo	Ni de acuerdo Ni en desacuerdo	En desacuerdo
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.			
2. Tengo amigos/as con quienes confiar.			
3. Creo que sé lo que quiero en mi vida.			
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.			
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
6. Me importa pensar que haré en el futuro.			
7. Generalmente caigo bien a la gente.			
8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
9. Estoy bastante conforme con mi manera de ser.			
10. Si estoy molesto/a por algo soy capaz de como poder cambiarlo.			
11. Creo que en general me llevo bien con la gente.			

12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			

Escala de Bienestar Psicológico

Ficha técnica

- ✓ Nombre Original: Escala de bienestar psicológico- Bieps-J
- ✓ Autor: María Martina Casullo.
- ✓ Edad de aplicación: 13 a 18 años
- ✓ Número de ítems: 13
- ✓ Adaptación: Casullo, M, Martínez, P, Morote, R (2002).
- ✓ Duración: Variable (15 minutos aprox.).
- ✓ Administración: Individual y Colectiva.
- ✓ Significación: Evaluar los niveles de bienestar psicológico en jóvenes.
- ✓ Dimensión que mide: el crecimiento personal y la autonomía

Descripción del instrumento para medir el bienestar psicológico se utilizó la “Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J” (Jóvenes Adolescentes) de María Martina Casullo y colaboradores (2002). Esta escala consta de 13 ítems, que evalúan el Bienestar Psicológico desde una perspectiva multidimensional. Tienen tres opciones de respuesta: De acuerdo (se asignan 3 puntos) Ni de acuerdo ni en desacuerdo (se asignan 2 puntos) En desacuerdo (se asigna un punto).

Validez:

La Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) fue validada mediante el juicio de expertos, quienes determinaron que los ítems son claros, coherentes y relevantes para evaluar la percepción de bienestar psicológico. Siguiendo lo planteado por Hernández, Fernández y Baptista (2023), este tipo de validación garantiza la adecuación del instrumento al contexto y objetivo del estudio.

Confiabilidad:

Respecto a la fiabilidad, la Escala de Bienestar Psicológico presentó un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.987, lo que representa una muy alta consistencia interna. Conforme a los criterios de George y Mallery (2019), este valor confirma la excelente precisión y estabilidad del instrumento, asegurando resultados válidos y confiables en la medición del bienestar psicológico.

Anexo 05. Formato de consentimiento y asentimiento informado



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
DE CHIMBOTE**



**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
FACULTAD DE HUMANIDADES, CIENCIAS DE LA SALUD**

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: **“AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICOS EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA, HUARAZ, 2023”**, y es dirigido por **KAREN NIKOL ABAD TRINIDAD**, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Conocer la relación entre la Autoestima y el Bienestar psicológico en estudiantes de secundaria en una institución educativa privada en la ciudad de Huaraz. Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 35 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 su correo electrónico o través de los medios comunicación virtuales. Si desea, también podrá escribir al correo karennikolabadtrinidad@gmail.com 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 de aplicación:

Correo electrónico:

Firma del participante:

Firma del investigador (o encargado de recoger información):



Asentimiento 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. Este documento tiene valor si su padre o apoderado ha aceptado su participación firmando el formato de *consentimiento informado para autorizar la participación de un (a) menor en un estudio de investigación*.

La presente investigación se titula: Autoestima y el Bienestar psicológico en estudiantes de secundaria en una institución educativa privada en la ciudad de Huaraz, 2023. Dirigida por Karen Nikol Abad Trinidad.

investigadora de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es Conocer la relación entre la Autoestima y el Bienestar psicológico en estudiantes de secundaria en una institución educativa privada en la ciudad de Huaraz, 2023.

Para ello, se le invita a participar de una evaluación que le tomará 35 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 karennikolabadtrinidad@gmail.com 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:

Firma del participante:

Firma del investigador (o encargado de recoger información):

Firmas y Fecha: