



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

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA  
DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, AYACUCHO, 2025**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN  
PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL**

**AUTOR**

**ROCA TORRES, MONICA  
ORCID:0000-0002-8343-8408**

**ASESOR**

**MILLONES ALBA, ERICA LUCY  
ORCID:0000-0002-3999-5987**

**CHIMBOTE-PERÚ  
2025**



**FACULTAD DE HUMANIDADES, CIENCIAS Y SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**

**ACTA N° 0260-121-2025 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **11:40** horas del día **28** de **Octubre** 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:

**GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR** Presidente  
**GUZMAN RODRIGUEZ NATALIA MAVILA** Miembro  
**ABAD NUÑEZ CELIA MARGARITA** Miembro  
**Dr(a). MILLONES ALBA ERICA LUCY** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, AYACUCHO, 2025**

**Presentada Por :**  
(3123191133) **ROCA TORRES MONICA**

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

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

**GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR**  
Presidente

**GUZMAN RODRIGUEZ NATALIA MAVILA**  
Miembro

**ABAD NUÑEZ CELIA MARGARITA**  
Miembro

**Dr(a). MILLONES ALBA ERICA LUCY**  
Asesor



## CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, AYACUCHO, 2025 Del (de la) estudiante ROCA TORRES MONICA , asesorado por MILLONES ALBA ERICA LUCY se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 6% 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, 03 de Julio del 2026



Mgtr. Roxana Torres Guzman  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## **Dedicatoria**

A mi familia, por su comprensión, compañía y esmero a que pueda concluir mi carrera profesional.

A mi casa de estudios por inculcarme a seguir apoyando a las personas que confían en mí.

A la vida, a Dios, por permitir un logro más en mi persona.

## **Agradecimiento**

Agradezco a mi alma mater, Universidad católica los Ángeles de Chimbote (Uladech); por permitir ser parte de esta honrada casa de estudios como alumna durante los 5 años de pregrado.

A todos los que fueron mis docentes por sus enseñanzas, paciencia, y su contribución en mi desarrollo profesional.

## Índice general

Dedicatoria .....	IV
Agradecimiento .....	V
Índice general .....	VI
Lista de tablas .....	VIII
Abstract.....	X
I. Planteamiento del problema .....	1
I. Marco teórico.....	4
1.1. Antecedentes.....	4
1.2. Bases teóricas .....	7
1.3. Hipótesis.....	14
II. Metodología.....	15
2.1. Nivel, tipo y diseño de investigación .....	15
2.2. Población y muestra .....	15
3.3 Operacionalización de las variables/categorías .....	17
2.3. Técnica e instrumento de recolección de información .....	17
2.4. Método de análisis de datos.....	18
2.5. Aspectos éticos .....	18
III. Resultados .....	20
IV. Discusión .....	23
V. Conclusiones .....	27
VI. Recomendaciones .....	28
Referencias bibliograficas .....	29
ANEXOS .....	34
Anexo 01: Carta de recojo de datos (automatizado en el sistema de la universidad).....	34
Anexo 02. Matriz de consistencia .....	35
Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos (descripción de propiedades métricas: validez, confiabilidad, u otros).....	36
(María Casullo).....	39

Anexo 04: Formato de consentimiento informado u otros que corresponda a la investigación .....	43
Anexo 05. Eficiencia de ejecución .....	45

### Lista de tablas

<b>Tabla 1</b> <i>Definición y operacionalización de las variables</i> .....	17
<b>Tabla 2</b> <i>Relación entre bienestar psicológico y autoestima</i> .....	20
<b>Tabla 3</b> <i>Relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y autoestima</i> .....	21
<b>Tabla 4</b> <i>Niveles de bienestar psicológico</i> .....	22
<b>Tabla 5</b> <i>Niveles de autoestima</i> .....	22

## Resumen

El estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de tipo correlacional y transversal. La muestra estuvo conformada por 130 estudiantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de datos se empleó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada por Casullo (2002) y la Escala de Autoestima de Rosenberg (1965). Los resultados evidenciaron una correlación positiva débil pero significativa entre el bienestar psicológico y la autoestima ( $Rho = 0.294$ ;  $p = 0.001$ ). En cuanto a las dimensiones, se hallaron correlaciones significativas con control de situaciones ( $Rho = 0.214$ ;  $p = 0.015$ ), aceptación de sí mismo ( $Rho = 0.245$ ;  $p = 0.005$ ) y proyectos ( $Rho = 0.328$ ;  $p = 0.000$ ), mientras que los vínculos psicosociales no presentaron relación ( $Rho = 0.102$ ;  $p = 0.247$ ). Además, el 60.0 % de los estudiantes mostró un nivel alto de bienestar psicológico y el 86.9 % un nivel promedio de autoestima. Se concluye que, una autoestima favorable contribuye al bienestar psicológico en los adolescentes ayacuchanos.

***Palabras clave:*** bienestar psicológico, autoestima, adolescencia

## **Abstract**

The study's general objective was to determine the relationship between psychological well-being and self-esteem in secondary school students at an educational institution in Ayacucho, 2025. The research was conducted using a quantitative approach, with a non-experimental, correlational, and cross-sectional design. The sample consisted of 130 students, selected through non-probability convenience sampling. Data collection was carried out using the Ryff Psychological Well-being Scale, adapted by Casullo (2002), and the Rosenberg Self-Esteem Scale (1965). The results showed a weak but significant positive correlation between psychological well-being and self-esteem ( $Rho = 0.294$ ;  $p = 0.001$ ). Regarding the dimensions, significant correlations were found with situational control ( $Rho = 0.214$ ;  $p = 0.015$ ), self-acceptance ( $Rho = 0.245$ ;  $p = 0.005$ ), and projects ( $Rho = 0.328$ ;  $p = 0.000$ ), while psychosocial bonds were unrelated ( $Rho = 0.102$ ;  $p = 0.247$ ). Furthermore, 60.0% of the students showed a high level of psychological well-being and 86.9% an average level of self-esteem. It is concluded that favorable self-esteem contributes to psychological well-being in Ayacucho adolescents.

**Keywords:** psychological well-being, self-esteem, adolescence

## I. Planteamiento del problema

La presente investigación pretende y estudia el bienestar psicológico y la autoestima según la Organización Mundial de la Salud (2020) es que el ser humano da a conocer el lado positivo de su personalidad para que tengan una buena relación con las demás personas es así como el individuo se hace ver con los demás que es una persona de buenos modales, de buena educación y no está dispuesto en hacerle daño a ninguna persona si no ayudar mutuamente a las personas que realmente lo necesitan.

El bienestar psicológico y la autoestima en América latina el 80% de las personas encuestadas responden que la psicología es importante para lograr el bienestar ya que les permite cuidarse mutuamente y sentirse bien consigo mismo, en algunas ocasiones la ansiedad y los miedos son los protagonistas que se convierten en el enemigo de una persona, bloqueando sus metas, objetivos para mantener una psicología positiva. Para combatir los pensamientos negativos el 70% de las personas salen al campo para estar en aire libre y disfrutar de la naturaleza olvidando sus problemas, preocupaciones, en el año 2021 las enfermedades mentales fue a causa del Covid 19 llevando la mayor parte en Europa el seguro de vida y de la salud informo que ha aumentado un 75% entre 2019 y 2021, el 26% no reciben apoyo sobre salud mental en el año 2022 solo se ha reducido el 16%, el 13% de las organizaciones tienden a dar apoyo psicológico, 22% realiza mediante la educación sobre el salud mental y el 9% a través de la virtualidad Freepik (2022).

Roster (2016) el bienestar psicológico es la referencia de la combinación entre las ausencias como también malestares y por otro lado la capacidad para conectarse emocionalmente, así mismo es un conjunto de interpretación y las maneras de narrar una realidad.

Posada et al. (2019) la autoestima es quererse y valorarse uno mismo así mismo adquirir confianza respeto como también la capacidad y habilidad para resolver algunos problemas que se le atraviesa dentro de la institución, algunas personas suelen mantenerse con una mente positiva para alcanzar la felicidad.

En el Perú y en el departamento de Ayacucho la problemática sobre el bienestar psicológico y la autoestima cada día aumenta el porcentaje elevado esto se debe por la mala orientación a los jóvenes por sus padres, personas cercanas u tutores de las instituciones que pertenecen, por ello está incrementando mucho la delincuencia, el alcoholismo en la ciudad y se haría un llamado a las autoridades competentes de dichas instituciones educativas públicas y privadas que realicen gestiones a beneficio de sus

estudiantes con el propósito de mejorar la calidad de vida de cada estudiante y así los alumnos rindan en sus proceso de aprendizaje sin tener ninguna dificultad.

La institución educativa geográficamente se encuentra en la ciudad de Ayacucho-Perú, actualmente pertenece al Ugel de Huamanga se evidencio un enorme problema en los estudiantes de dicha variable mencionada esto se debe que los estudiantes no reciben atenciones psicológicas adecuadamente como para mejorar la relación entre pertenecientes a la institución educativa.

De acuerdo a lo mencionado, el enunciado del problema se centrará en responder la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025?

Esta investigación posee objetivos, el objetivo general es: Determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025 y de manera específica tenemos:

Determinar la relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.

Describir los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.

Describir los niveles de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.

La presente investigación posee una justificación teórica, ya que sus resultados aportarán elementos valiosos para enriquecer el análisis del vínculo entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025. En la actualidad, no se han encontrado estudios previos en la localidad que aborden directamente esta temática, lo cual resalta tanto su pertinencia como su carácter innovador. Asimismo, este trabajo podrá ser considerado como base para futuras investigaciones y prácticas.

Desde el punto de vista a nivel práctico, este estudio cobra importancia al permitir una mejor comprensión del impacto que tiene el bienestar psicológico en la conducta emocional y social, especialmente en estudiantes. Identificar efectos como la dependencia emocional, el aislamiento social, la investigación busca ofrecer propuestas concretas que puedan aplicarse en el entorno escolar y estudiantil, con el fin de fortalecer su autoestima y el bienestar de los estudiantes.

Finalmente, desde una perspectiva metodológica, la investigación resulta pertinente al enfocarse en examinar y comprender la relación entre el bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria, lo que permitirá generar conclusiones respaldadas por el análisis riguroso de ambas variables.

## II. Marco teórico

### 2.1. Antecedentes

A nivel internacional, Barba y Tegselema (2021) realizaron una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación existente entre la Autoestima y el Bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato de la provincia de Cotopaxi y Tungurahua, Ecuador, 2021, la metodología de la investigación es de estudio de cuantitativo, con el alcance correlacional de corte trasversal, la población considera es 1604 estudiantes el instrumento utilizado es la escala de autoestima de Rosenberg, y la escala de bienestar psicológico para adolescentes (BIESP-J), con el obtuvo un resultado, que el 46,2% tiene la autoestima de nivel alta, 62.7% tiene el bienestar psicológico medio, llego a la conclusión que no existe la relación entre ambas variables.

Castillo y Uribe (2019) se planteó un propósito fue evaluar el bienestar psicológico y la autoestima de los pacientes de hipertensos de 35 a 75 años de edad, en el instituto dominicano de cardiología en el periodo octubre- enero 2019, la metodología empleada es de estudio descriptivo, con enfoque cuantitativo, la muestra de 100 pacientes el instrumento utilizado es la escala de autoestima de Rossemberg y la escala de bienestar psicológico, obtuvo un resultado el 44% tiene autoestima baja y el 60% posee bienestar psicológico medio y el 90% necesitan ser escuchados por un doctor sobre dicha variable. Sé llego a la conclusión que población se encuentra con baja autoestima al igual de bienestar psicológico.

Nos comenta Freiro, P. et al (2021) estudio realizado en España, como de importante es la autoestima durante la adolescencia, cuando esta se mantiene positiva, ayuda mucha a reducir el aspecto negativo de la autoestima, por tanto, permite buen desarrollo emocional y mental en los adolescentes, y para su bienestar general. El objetivo del estudio es sobre la validez y la confiabilidad en la escala de autoestima de Rosenberg, averiguar si la edad, el sexo, el desarrollo de las clases y el entorno son determinantes para su crecimiento personal, se utilizó a 698 alumnos. Se obtuvo como resultados que una alta autoestima se encuentra en el sexo masculino y estudian 1ro, 2do y 3ro en centros concertados; mientras, los que cursan primero de 12 a 13 años, en el sistema público indican una autoestima negativa alta los de sexo masculino. Se ha demostrado que el instrumento tiene propiedad psicométrica y se aplicada en estudiantes de nivel secundaria.

Nos dice Tepán (2022) el estudio llevado a cabo en Ecuador, el bienestar psicológico es muy saludable para la salud mental, que produce un nivel apropiado de

adaptabilidad el cual tiene relación con la psicología positiva, porque se enfoca su bienestar psicológico que desarrolla, potencia conductas positivas para tener una vida a plenitud. El estudio tiene como objetivo elaborar programas preventivos aplicando la psicología positiva para los adolescentes que vienen estudiando de edades de 11 - 15 años. Su diseño es no experimental, sin haber manipulado la variable; de tipo observacional descriptivo, porque la información se ha recogido de forma independiente. La población fue de 189 adolescentes, primero fue describir los niveles, se aplicó el instrumento de Escala de Bienestar Psicológico de BIEPS-J. Como resultado se halló lo siguiente el 42.2% bienestar psicológico indica bajo, el 55% evidencia nivel medio. En relación a edad y sexo; de la materia escolar son masculinos de 13 años del 9° grado, en bienestar psicológico nivel medio y el otro, 10° grado muestra un nivel bajo.

En Perú, Alcántara y Fernández (2020) tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre bienestar psicológico y autoestima en los estudiantes de nivel secundaria de la institución educativa Tarapoto, 2020, cuenta con la metodología de investigación con tipo correlacional, diseño no experimental de corte transversal, la población conformada es de 50 estudiantes y el instrumento utilizado es la escala de bienestar psicológico BISP-J y la escala de autoestima de Rossemberg, el resultado es de 54.9% presentan un promedio de nivel de bienestar psicológico, el 58.1% tiene nivel alto de autoestima, llegó a la conclusión que si existe una relación positiva entre ambas variables mencionadas.

Huertas (2022) se planteó como objetivo relacionar bienestar psicológico y autoestima en Adolescentes en el distrito de chorrillos, 2022, la metodología empleada es de nivel de tipo observacional, prospectivo, transversal y analítico de nivel relacional y de diseño epidemiológico, tuvo una muestra de 60 adolescentes y el instrumento utilizado, es la escala de bienestar psicológico para adolescentes BIESP-J y la escala de autoestima de Rossemberg, tuvo como resultado obtenido, el 67% tiene bienestar psicológico medio , 62% posee autoestima medio por lo tanto, llegó a conclusión que no existe la relación entre ambas variables ya que la mayoría presenta bienestar psicológico y autoestima medio.

En Ayacucho, Guadalupe (2020) en su tesis propuso como objetivo determinar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de la Institución Educativa San Luis N° 1128 del Quinto grado de la educación secundaria, la metodología utilizada fue descriptiva correlacional y de nivel cuantitativo, la población conformada fue por 30 estudiantes de la institución educativa, los instrumentos utilizados para dicha

investigación es la escala de autoestima de Rossemberg modificada (RSES) y la escala de bienestar psicológico BIESP-J, el 46% posee bienestar psicológico promedio , el 63% tiene autoestima media y la conclusión con los resultados que la investigación no presenta la existencia entre las variables mencionadas.

Flores (2021) en su tesis se planteó como objetivo de determinar si existía la relación entre bienestar psicológico y el nivel de autoestima en los estudiantes 3°,4° 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho, 2021, la investigación es de tipo observacional prospectivo transversal, analítico , de nivel relacional, con diseño epidemiológico, la población está conformada por 92 estudiantes se utilizó los instrumentos para los dos variables, escala de BIESP-J y la escala de autoestima de Rossemberg, el resultado es de 56.5 % posee el bienestar psicológico medio, el 38% tiene el nivel de autoestima medio, con el cual llegó a la conclusión no puedo encontrar que si existe relación entre dichas variables mencionadas.

Nos comenta Quispe (2021) sobre el estudio practicado a adolescentes, el objetivo es demostrar relación de las variables de bienestar psicológico y la autoestima de los alumnos de Ayacucho. Su estudio fue correlacional y descriptivo, su nivel dentro del nivel correlacional y tipo cuantitativo, se desea saber la relación de las variables con las muestras, que participaron 60 estudiantes de Ayacucho. El instrumento utilizado es la Escala de Autoestima del científico Rosemberg y escala de Bienestar Psicológico del investigador Bieps-J. Como resultado se ha obtenido autoestima 43.3% nivel medio y 17 bienestar psicológico el 61.7% el mismo nivel que el anterior. En conclusión, no existe relación entre las variables.

Seguidamente refiere Quispe (2024) tienen como objetivo hallar la relación de la autoestima y bienestar psicológico en escolares de la ciudad de Ayacucho. Utilizó en el estudio la observación, el investigador no intervino, prospectivo por la recolección de datos necesarios para el estudio, transversal porque fue en un solo momento y tiempo único fue descriptivo para su análisis de estadística. Fue diseño descriptivo – transversal, individual, diseño no pirobalística no se manipuló las variables, muestreo de 260 adolescentes de la institución educativa. Para el registro de datos, hemos recurrido a la Escala de Bienestar Psicológico de BIEPS – J y la de autoestima Escala de Rosenberg, se ha obtenido respecto a la primera escala como resultado 21.9% nivel bajo, lo mismo en la variable autoestima 20%. Conclusión: se ha obtenido que existe relación entre las dos variables.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Definición de bienestar psicológico**

Ryff (1989) concibe el bienestar psicológico como el desarrollo de las capacidades personales, el cual se manifiesta a través de los logros alcanzados al enfrentar los diversos retos que surgen a lo largo de la vida. Tradicionalmente, este concepto se asociaba con factores físicos, el coeficiente intelectual o la estabilidad económica; sin embargo, en la actualidad se vincula más con hábitos saludables y la valoración personal. Estos elementos, a su vez, se relacionan con factores sociales, psicológicos y con las conductas que favorecen una interacción positiva con el entorno (Ryff, 1989).

Casullo y Castro (2000) sostienen que el bienestar psicológico se entiende como la sensación de satisfacción que una persona experimenta al alcanzar las metas que se propone a lo largo de su vida. Asimismo, señalan que un individuo presenta un alto nivel de bienestar cuando se siente satisfecho con su vida, mantiene con frecuencia un estado de ánimo positivo y muestra pocas emociones negativas.

Simón y Martos (2022) se estudia las carencias humanas y los aspectos patológicos de un individuo, como el funcionamiento mental, en las personas que se aprecia el dominio del entorno social y de sus habilidades, así mismo se investiga el nivel y de qué manera se puede mejorar la calidad de vida de los seres humanos, la mayor parte de las personas carecen de una vida infeliz en su salud física, trabajos y en las relaciones interpersonales, el individuo demuestra su afecto positivo y negativo una persona que tiene un buen bienestar psicológico tiene una satisfacción en su vida, como en su estado anímico además conoce sus emociones y también sobre lleva su tristeza y alegría, el bienestar psicológico es la autoaceptación por sí mismo es el crecimiento personal o compromiso, también es evaluada en un determinado tiempo de haber vivido en su desarrollo mental según la edad, sexo, cultura y tradiciones que tiene cada familia o población.

### **2.2.2. Componentes asociados al bienestar psicológico**

Vielma y Alonso (2014) identifican diversos factores que inciden en el bienestar psicológico, los cuales se agrupan en los siguientes componentes:

*Componente sociocultural:* hace referencia a los factores contextuales a los que el individuo está expuesto, como el entorno social, el medio ambiente, el género y el estatus socioeconómico, los cuales pueden generar variaciones en su bienestar.

*Creencias:* los autores destacan que las concepciones y narrativas transmitidas sobre la vida influyen significativamente en la percepción y el mantenimiento del bienestar psicológico.

*Personalidad:* las particularidades cognitivas y conductuales de cada persona determinan la manera en que enfrenta y responde ante diferentes situaciones vitales.

*Componente biológico:* engloba los factores genéticos que predisponen al individuo a ciertas condiciones o patologías que pueden afectar su estado de bienestar.

### **2.2.3. Dimensiones del bienestar psicológico**

Casullo y Castro (2000) llevó a cabo la adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico al idioma español, conservando los fundamentos teóricos propuestos por Ryff, quien concibe el bienestar psicológico como un constructo multidimensional que integra componentes cognitivos y emocionales. Desde esta perspectiva, el bienestar no se limita únicamente a la ausencia de malestar, sino que implica un estado de funcionamiento óptimo, orientado al crecimiento personal, la autoaceptación y la calidad de las relaciones interpersonales. La autora estructuró su propuesta en cuatro subescalas fundamentales, las cuales permiten una comprensión más profunda del equilibrio psicológico:

*Aceptación/Control:* esta dimensión hace referencia a la capacidad del individuo para influir y regular su entorno, adaptando las circunstancias a sus necesidades y enfrentando las dificultades con recursos personales eficaces. Implica una percepción de competencia, dominio y manejo adecuado de las situaciones cotidianas.

*Autonomía psicológica:* la define como la habilidad para aceptar los diversos aspectos de sí mismo, tanto positivos como negativos, manteniendo independencia en los juicios personales y confianza en las propias decisiones. La persona autónoma presenta una autoevaluación positiva de su historia vital y demuestra coherencia entre sus valores y acciones.

**Vínculos psicosociales:** esta subescala aborda la capacidad de establecer relaciones interpersonales satisfactorias, empáticas y afectivas, basadas en la confianza, la comunicación y el respeto mutuo. Los vínculos saludables constituyen un soporte esencial para el bienestar emocional y social del individuo.

**Proyectos personales:** hace referencia a la presencia de metas, propósitos y direccionalidad en la vida, lo cual otorga sentido y motivación a las acciones personales. La claridad en los objetivos y la orientación hacia el futuro fortalecen la autorrealización y la satisfacción con la vida.

#### **2.2.4. Teorías de bienestar psicológico:**

##### ***Teoría Multidimensional de Bienestar psicológico de Carol Ryff (1989)***

En 1989, la psicóloga estadounidense Carol Ryff propuso un modelo multidimensional de bienestar psicológico, fundamentado en los principios de la psicología positiva. Su principal objetivo fue integrar y unificar las teorías previas relacionadas con el funcionamiento óptimo del ser humano, desarrollando así una propuesta teórica que abarca seis dimensiones fundamentales: autoaceptación, relaciones positivas con los demás, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Estas dimensiones representan los pilares del funcionamiento psicológico positivo, al reflejar los aspectos esenciales del bienestar integral de la persona y su capacidad para desarrollarse plenamente. Posteriormente, en 1995, Ryff amplió su modelo teórico, estableciendo una distinción conceptual entre el bienestar psicológico y el bienestar subjetivo. Según la autora, el bienestar psicológico se enfoca en el desarrollo, la autorrealización y el funcionamiento pleno del individuo, mientras que el bienestar subjetivo se asocia con la experiencia de placer y satisfacción con la vida. Asimismo, enfatizó que vivir de manera plena, coherente y con satisfacción personal constituye uno de los indicadores más significativos del bienestar psicológico y del desarrollo humano positivo.

La autora Carol Ryff planteó seis dimensiones del existe seis dimensiones fundamentales para el bienestar psicológico:

**La autoaceptación:** En este punto se conceptualiza que un individuo debe asumir sus pensamientos y conductas normales y anormales de una manera realista y ser tolerante para lograr uno mismo tiene que aceptarse sus características con una actitud positiva para

el buen funcionamiento psicológica, una persona con baja autoaceptación no se siente bien en su vida cotidiana.

**Relaciones positivas con otras personas:** Se define, que es la capacidad que posee una persona en mantener relaciones con otras, confianza de manera efectiva así mismo que no tienen dificultad en brindar la amistad y formar lasos, los individuos que no poseen relaciones positivas con otros tienden a tener dificultad en comunicarse, estar en confianza y se encuentran aislados y estresados.

**La autonomía:** Nos hace entender como la autodeterminación, y regulación de la conducta una persona que posee esta conducta, tiende a soportar la presión social y mejorar sus comportamientos una persona se autodetermina en su libertad que quiere ser y como decidir para optar lo que desea para su vida.

**Dominio del entorno:** Es un conjunto de habilidades que tienen las personas para escoger y crear ambientes favorables que le permite velar por sus necesidades y deseos así mismo la facilidad de manejar en un medio que se desenvuelva y que sienta esa capacidad de influir motivaciones así los demás, cuando una persona no posee es don tiene dificultad para relacionar las actividades de su vida.

**Crecimiento personal:** Está relacionado con el progreso de sus habilidades y sus capacidades y en su rendimiento, un apersona se identifica mediante su desarrollo personal tanto en su comportamiento en un tiempo determinado, las personas con bajo crecimiento personal tienen a estancarse en su vida social y se encuentran incapaces de desarrollar y buscar nuevas oportunidades y cambiar sus comportamientos.

**Propósito de la vida.** Una persona busca tener metas como proyectos que permite satisfacer de manera adecuada en su vida, en cada meta aparecen dificultades ante ello busca la manera de solucionar y sobre salir hasta llegar al existo mientras otras las personas que tienen propósito no tienen metas osean equivocado de planear sus proyectos de vida, también se define que un propósito es tener la voluntad de hacer una meta hasta lograr el objetivo en un tiempo determinado.

### **2.2.5. Importancia del bienestar psicológico**

Esta variable facilita la comprensión de las emociones positivas y promueve una visión favorable que el individuo tiene de sí mismo; es fundamental reconocer que el ser

humano adquiere un papel significativo a lo largo de su existencia, ya que en su proceso de crecimiento personal suele establecer metas tanto a corto como a largo plazo. En este contexto, se puede entender la felicidad es como un equilibrio entre los logros alcanzados, las expectativas personales y el nivel de satisfacción experimentada. Además, el bienestar del sujeto está influenciado por una interacción compleja de factores psíquicos, sociales, biológicos, espirituales y ecológicos. (Alicia Romero, 2007)

#### **2.2.6. Definición de la autoestima**

James (1980) fue uno de los primeros autores en introducir el concepto de autoestima, definiéndola como la valoración que el individuo realiza de sí mismo, influenciada por sus aspiraciones y logros personales. De acuerdo con el autor, el nivel de autoestima se determina en función del grado en que la persona alcanza los objetivos que se propone; así, cuando los logros personales superan o igualan las expectativas internas, la autoestima se fortalece, mientras que el no cumplimiento de dichas metas puede generar sentimientos de insatisfacción o autodevaluación.

Rosenberg (1965), define la autoestima como la evaluación positiva o negativa que una persona realiza de sí misma, sustentada en componentes cognitivos y afectivos. Desde esta perspectiva, la autoestima constituye el juicio de valor personal que el individuo elabora a partir de la percepción que tiene de sus propias características, capacidades y comportamientos. En consecuencia, las emociones y sentimientos que una persona experimenta respecto a sí misma están determinados por las creencias, pensamientos e interpretaciones que mantiene sobre su propio valor.

Izquierdo (2008), la define como un sentimiento que expresa un sujeto que recibe la aceptación des mismo, aunque tenga defectos y poca habilidad y dificultades como un ser humano, así mimo tiene el pensamiento y deseo de superación trazadas en metas y lograr el algún momento de su vida cotidiana, así mismo evalúa el comportamiento, actitudes de una persona a través de sus habilidades y logros personales, uno de los factores es fundamental enfrentando los diversos adversarios que se presentan día a día, la autoestima es desarrollado en distintas etapas de una persona, al igual es un conjunto de sentimientos y pensamientos de un individuo de sí mismo.

### **2.2.7. Componentes de la autoestima**

Según Martínez (2010, como se citó en Arango y Panesso, 2017), la autoestima presenta tres componentes esenciales que interactúan de manera dinámica y conforman la autopercepción del individuo:

**Componente afectivo:** se relaciona con las emociones y sentimientos que la persona experimenta hacia sí misma, los cuales determinan el grado de aceptación y valoración personal.

**Componente conductual:** hace referencia a la tendencia o disposición para actuar conforme a la imagen que el individuo posee de sí mismo, reflejando la seguridad y motivación con que enfrenta las diversas situaciones de su entorno.

**Componente cognitivo:** comprende el conjunto de pensamientos, creencias y percepciones que el sujeto construye acerca de su identidad, capacidades y características personales, influyendo directamente en su autoevaluación y conducta.

### **2.2.8. Niveles de autoestima**

Rosenberg (1965), al desarrollar su Escala de Autoestima, propuso que esta puede manifestarse en diferentes niveles dependiendo de la valoración que el individuo hace de sí mismo. Dichos niveles reflejan el grado de aceptación, confianza y satisfacción personal que el individuo experimenta en relación con su autoconcepto.

**Autoestima alta:** se caracteriza por una percepción positiva y estable de sí mismo. Las personas con alta autoestima tienden a sentirse competentes, seguras y valiosas; reconocen sus fortalezas sin negar sus limitaciones y muestran una actitud resiliente frente a las dificultades. Además, presentan una mayor capacidad de autorregulación emocional y adaptación social.

**Autoestima media o moderada:** representa un nivel equilibrado de autovaloración, en el cual el individuo reconoce tanto sus cualidades como sus debilidades, pero puede experimentar fluctuaciones en su percepción personal dependiendo de las circunstancias. Este nivel suele ser funcional, aunque la persona puede requerir reforzar su confianza y autoconcepto para mantener estabilidad emocional.

*Autoestima baja:* se asocia con una percepción negativa o devaluada de sí mismo, acompañada de inseguridad, sentimientos de inferioridad y autocrítica excesiva. Quienes presentan este nivel suelen mostrar dificultad para aceptar elogios, temor al fracaso y una tendencia a compararse desfavorablemente con los demás, lo que afecta su bienestar psicológico y sus relaciones interpersonales.

### **2.2.9. Teoría de la autoestima**

#### *Teoría de Morris Rosenberg (1965)*

Morris Rosenberg (1965), formuló uno de los enfoques más relevantes sobre el estudio de la autoestima, al definirla como la valoración general que un individuo realiza de sí mismo, producto de la integración entre los pensamientos y sentimientos asociados a su propio valor y competencia personal. Dicha valoración puede manifestarse de forma positiva o negativa, en función de las experiencias vividas, las percepciones subjetivas y las cualidades que la persona considera poseer.

Para el autor, la autoestima constituye un elemento esencial del autoconcepto, ya que mantiene una estrecha relación con factores como la confianza personal y la identidad individual. En este sentido, una autoestima positiva permite al sujeto enfrentar de manera más adaptativa las dificultades, establecer relaciones interpersonales saludables y desarrollar un sentido claro de propósito y dirección vital.

Con el objetivo de evaluar este constructo, Rosenberg diseñó la Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES), compuesta por diez ítems que miden la autopercepción y el nivel de aceptación personal. Este instrumento, reconocido por su simplicidad, validez y fiabilidad, se ha consolidado como una de las herramientas más empleadas en la investigación psicológica y social a nivel mundial.

### **2.2.10. Importancia de la autoestima**

Crozier (2001) nos permite ver la realidad y la capacidad que cada ser humano posee y también nos ayuda a sentir como nos encontramos teniendo la motivación de conocernos y aceptarnos de sí mismo, al igual nos permite adaptarnos en las circunstancias que nos entramos, también es la capacidad de sobresalir y enfrentar a distintos tipos de problemas que llegan en la vida cotidiana de cada persona, que siente la autonomía tiende a tener confianza en sí mismo y tomar decisiones positivas sin temor al fracaso.

### 2.3. Hipótesis

**Ha:** Existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.

**Ho:** No existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.

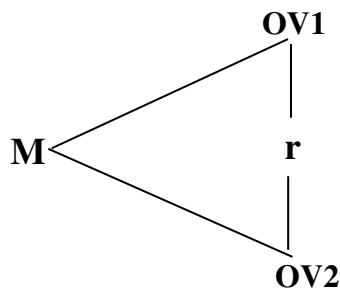
### III. Metodología

#### 3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación

El nivel de investigación fue correlacional; puesto que se determinaron la relación entre las variables en análisis. Para lo cual, fue preciso medir por separado cada variable con la finalidad de cuantificarlas para posteriormente identificar el grado de asociación existente entre ambas (Hernández y Mendoza, 2018).

La presente investigación ha sido de tipo cuantitativo, debido a que los datos que se recabaron fueron numéricos, los resultados se interpretaron en relación con las predicciones o hipótesis planteadas. Al finalizar el estudio, se estableció una interpretación y discusión, las cuales constituyeron una explicación de cómo los resultados encajan en el conocimiento existente (Hernández y Mendoza, 2018).

El de diseño fue no experimental de corte transversal; debido a que, no se manipuló la variable y la recolección de datos se dio en un solo momento (Hernández y Mendoza, 2018).



Donde:

M = Muestra de estudio

OV1 = Bienestar psicológico

OV2 = Autoestima

r = relación entre las variables

#### 3.2. Población y muestra

La población de este estudio estuvo integrada por el total de estudiantes de una institución educativa ubicada en Ayacucho. A partir de esta población, se seleccionó una muestra compuesta por 130 alumnos, utilizando un muestreo no probabilístico de tipo por conveniencia.

### **Criterios de inclusión**

- Escolares que pertenezcan a la institución educativa seleccionada y acepten participar voluntariamente en el estudio.
- Estudiantes menores entre 12 a 17 años.
- Adolescentes de ambos sexos.
- Estudiantes autorizados por sus padres mediante el consentimiento informado
- Estudiantes presentes el día de la evaluación
- Estudiantes que respondieron de forma adecuada los reactivos.

### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes que no asistieron el día de la aplicación de instrumento
- Estudiantes que no completaron en su totalidad las respuestas del instrumento de recolección de datos.
- Estudiantes que no presentaron el consentimiento informado firmado por su apoderado.

### 3.3 Operacionalización de las variables/categorías

**Tabla 1**

*Matriz de definición y operacionalización de las variables*

<b>Variable 1</b>	<b>Definición operativa</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Categoría o valoración</b>	<b>Instrumento</b>
<b>Bienestar psicológico</b>	El bienestar psicológico era aquel resultado de un proceso de edificación a nivel personal basado en el fortalecimiento de las capacidades para interactuar, compartir y contar aquellas circunstancias a lo largo de su vida cotidiana de forma satisfactoria.	Control de situaciones	1, 5, 10 y 13	28 - 32 Nivel bajo	Categórica	Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) (Casullo, 2002)
		Aceptación de sí mismo	4, 7 y 9	33 – 38	Ordinal	
		Vínculos psicosociales positivos	2, 8 y 11	Nivel medio		
		Proyectos	3, 6 y 12	39 Nivel alto	Politómica	
<b>Variable 2</b>	<b>Definición operativa</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Categoría o valoración</b>	<b>Instrumento</b>
<b>Autoestima</b>	La autoestima se aprecia de manera positiva y negativa hacia uno mismo, que se afirma en la parte cognitiva y afectiva ya que el ser humano se siente; se puede determinar de cómo piensa de sí mismo.	Unidimensional		25	Categórica	Escala de Autoestima De Rosenberg (EAR) (Rosenberg, 1965)
		Autoestima positiva	1, 3, 5, 7 y 9	Nivel bajo	Ordinal	
		Autoestima negativa	2, 4, 6, 8 y 10	26– 29 Nivel medio	Politómica	
				30- 40 Nivel alto		

### 3.4. Técnica e instrumento de recolección de información

En el presente estudio se empleó la encuesta como método principal para recopilar información. De acuerdo con Fresno (2019), esta técnica permite recolectar datos significativos vinculados con los temas investigados, facilitando así la verificación empírica de las hipótesis formuladas.

Para evaluar el bienestar psicológico se utilizó la Escala BIEPS-J, desarrollada por María Casullo, la cual está compuesta por 13 enunciados distribuidos en cuatro áreas: manejo de situaciones, autoconcepto positivo, relaciones sociales y sentido de propósito. En cuanto a la autoestima, se aplicó la Escala de Autoestima De Rosenberg (EAR), conformada por 10 ítems que permiten medir la percepción personal del individuo sobre su propio valor.

### **3.5. Método de análisis de datos**

Los hallazgos obtenidos en esta investigación se mostrarán a través de porcentajes y frecuencias, organizados en tablas y gráficos para facilitar su interpretación. La información recolectada fue inicialmente registrada en Microsoft Excel y luego analizada utilizando el software estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), en su versión 27.

### **3.6. Aspectos éticos**

La presente investigación se llevó a cabo respetando los principios éticos, las cuales se reflejan en el Reglamento de Integración Científica, versión 002, dispuesto por la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (ULADECH) y aprobada por acuerdo de Consejo Universitario (Resolución N° 0495-2025-CU-ULADECH Católica, ULADECH, 2025).

***Principio de respeto y protección de los derechos de los intervinientes.*** Este principio hace referencia a la obligación de mantener la confidencialidad de la información obtenida de las personas que colaboraran en la investigación.

***Principio de beneficencia y no maleficencia.*** Mediante este principio la investigación garantiza en cuidado y bienestar de los participantes, cumpliendo con la norma de no causar daño, reducir al mínimo los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios derivados del estudio.

***Principio de justicia.*** Se priorizará la equidad y el bien común por encima de cualquier interés personal, actuando con juicio imparcial y evitando que las limitaciones de conocimiento o habilidades generen sesgo o prácticas discriminatorias.

***Principio de integridad y honestidad.*** Implica asegurar la veracidad y transparencia en todas las etapas de la investigación, desde su inicio hasta obtención, análisis y comunicación de los resultados.

***Principio de libre participación por propia voluntad.*** Bajo ninguna circunstancia se debe ejercer presión o coaccionar a la persona para que participe en el estudio, su decisión debe ser libre y formalizada mediante el consentimiento informado y asentimiento informado.

***Principio de cuidado del medio ambiente.*** Para el presente estudio no se emplearán animales, plantas ni recursos que puedan afectar la biodiversidad o poner en riesgo el equilibrio ambiental.

#### IV. Resultados

**Objetivo general:** Determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.

**Tabla 2**

*Relación entre bienestar psicológico y autoestima*

			<b>Bienestar psicológico</b>	<b>Autoestima</b>
Rho de Spearman	<b>Bienestar psicológico</b>	Coefficiente de correlación	1,000	,294**
		Sig. (bilateral)	.	,001
		N	130	130
	<b>Autoestima</b>	Coefficiente de correlación	,294**	1,000
		Sig. (bilateral)	,001	.
		N	130	130

El resultado muestra un coeficiente de correlación  $Rho = 0.294$  con un nivel de significancia  $p = 0.001 < \alpha (0.05)$ , lo cual indica que existe una correlación positiva débil entre las variables bienestar psicológico y autoestima. Por ende, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

**Objetivo específico 1:** Determinar la relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.

**Tabla 3**

*Relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y autoestima*

		<b>Autoestima</b>		
Rho de Spearman	<b>Control situaciones</b>	Coeficiente de correlación	,214*	
		Sig. (bilateral)	,015	
	<b>Aceptación de sí mismo</b>	Coeficiente de correlación	,245**	
		Sig. (bilateral)	,005	
	<b>Vínculos psicosociales</b>	Coeficiente de correlación	,102	
		Sig. (bilateral)	,247	
	<b>Proyectos</b>	Coeficiente de correlación	,328**	
		Sig. (bilateral)	,000	
	<b>N</b>			<b>130</b>

Los resultados evidencian que la autoestima mantiene una relación positiva y significativa con la mayoría de las dimensiones del bienestar psicológico. Se observó una correlación débil pero significativa con el control de situaciones ( $r = 0.214$ ;  $p = 0.015$ ) y con la aceptación de sí mismo ( $r = 0.245$ ;  $p = 0.005$ ). Asimismo, la relación con la dimensión proyectos fue moderada y significativa ( $r = 0.328$ ;  $p = 0.000$ ). En contraste, no se reveló una relación con los vínculos psicosociales ( $r = 0.102$ ;  $p = 0.247$ ).

**Objetivo específico 2:** Describir los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025

**Tabla 4**

*Niveles de bienestar psicológico*

<b>Niveles de bienestar psicológico</b>		
	<b>N</b>	<b>%</b>
Nivel bajo	4	3,1%
Nivel promedio	48	36,9%
Nivel alto	78	60,0%
<b>TOTAL</b>	<b>130</b>	<b>100%</b>

Los resultados muestran que la mayoría de los participantes presentan un nivel alto de bienestar psicológico (60.0%), seguido por un nivel promedio (36.9%) y, en menor proporción, un nivel bajo (3.1%). Esto indica que, en general, los evaluados manifiestan un adecuado equilibrio emocional, buena adaptación y percepción positiva de su vida.

**Objetivo específico 3:** Describir los niveles de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.

**Tabla 5**

*Niveles de autoestima*

<b>Niveles de autoestima</b>		
	<b>N</b>	<b>%</b>
Nivel bajo	10	7,7%
Nivel promedio	113	86,9%
Nivel alto	7	5,4%
<b>TOTAL</b>	<b>130</b>	<b>100%</b>

Los resultados evidencian que la mayoría de los participantes presentan un nivel promedio de autoestima (86.9%), mientras que un 7.7% muestra un nivel bajo y solo un 5.4% alcanza un nivel alto. Esto indica que, en general, los evaluados mantienen una autoestima moderada, caracterizada por una valoración personal adecuada pero no del todo consolidada.

## V. Discusión

El objetivo general de la presente investigación fue determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ayacucho, 2025. Los resultados evidenciaron una relación positiva y significativa, aunque de magnitud débil ( $Rho = 0.294$ ;  $p = 0.001$ ), lo que indica que, a medida que aumenta la autoestima, también tiende a incrementarse el bienestar psicológico, aunque dicha relación no es fuerte. Es decir, un estudiante con autoestima más sólida tiende a experimentar mayor equilibrio emocional, propósito de vida y aceptación personal; sin embargo, existen otros factores externos que también contribuyen a su bienestar, como las relaciones familiares, el entorno escolar o las experiencias sociales. De acuerdo con Rosenberg (1965), la autoestima es una evaluación global del yo que influye directamente en la percepción de competencia y valor personal. Por su parte, Ryff (1989) define el bienestar psicológico como un estado multidimensional que incluye la autoaceptación, las relaciones positivas, el dominio del entorno, la autonomía, el crecimiento personal y el propósito en la vida. Del mismo modo, Casullo (2002) señala que el bienestar psicológico no depende únicamente de la valoración personal, sino también del contexto social, las experiencias emocionales y la capacidad de adaptación. En consecuencia, la débil magnitud del coeficiente sugiere que la autoestima es un factor relevante, pero no único, dentro de los determinantes del bienestar en adolescentes. Desde estos enfoques, la relación encontrada resulta coherente, ya que una autoestima adecuada favorece la percepción positiva de uno mismo, la confianza para afrontar situaciones y el sentido de propósito, todos ellos componentes del bienestar psicológico. Estos hallazgos son congruentes con lo reportado por Alcántara y Fernández (2020), quienes hallaron una relación positiva entre ambas variables, aunque de intensidad moderada. Igualmente, Barba y Tegselema (2021), reportaron que los adolescentes con mayor autoestima presentaban mayores niveles de bienestar, lo que reafirma el vínculo teórico entre ambos constructos. No obstante, difiere parcialmente de las investigaciones de Guadalupe (2020) y Huertas (2022), quienes no encontraron relación significativa entre ambas variables, señalando que factores familiares o contextuales podrían mediar el bienestar psicológico. Estas diferencias pueden atribuirse a los instrumentos utilizados, al contexto educativo o a las características sociodemográficas de las muestras.

Con respecto al primer objetivo específico, se buscó determinar la relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y la autoestima. Los análisis revelaron correlaciones positivas y significativas entre la autoestima y las dimensiones de control de situaciones ( $Rho = 0.214$ ;  $p = 0.015$ ), aceptación de sí mismo ( $Rho = 0.245$ ;  $p = 0.005$ ) y proyectos ( $Rho = 0.328$ ;  $p = 0.000$ ). No se encontró relación significativa con la dimensión vínculos psicosociales ( $Rho = 0.102$ ;  $p = 0.247$ ). Estos resultados evidencian que la autoestima se asocia principalmente con las dimensiones del bienestar psicológico relacionadas al autoconcepto y la autodirección. Los estudiantes que poseen una valoración positiva de sí mismos muestran mayor capacidad para controlar situaciones, aceptarse con sus fortalezas y debilidades, y proyectarse hacia metas personales. En cambio, la falta de correlación con los vínculos psicosociales indica que las relaciones interpersonales podrían estar determinadas por factores externos al “yo”, como el entorno familiar, la cultura escolar o las normas sociales, y no necesariamente por la autovaloración individual. La relación más fuerte observada con la dimensión “proyectos” sugiere que la autoestima es un componente esencial en la orientación hacia metas y sentido de vida, aspectos clave durante la adolescencia. Los hallazgos se sustentan en la teoría de Ryff (1989), quien indica que, las dimensiones de autoaceptación y propósito vital son pilares del bienestar psicológico y se relacionan estrechamente con la autoestima, ya que ambas implican la evaluación interna del “yo” y la confianza en las propias capacidades. Casullo (2002), también plantea que el sentido de propósito se fortalece cuando el individuo tiene una autoimagen positiva y reconoce su potencial. En ese sentido, la relación significativa entre autoestima y proyectos confirma el vínculo entre la autovaloración y la capacidad de establecer metas y direccionar la vida. Por otro lado, el hecho de que los vínculos no se relacionen significativamente con la autoestima puede interpretarse desde la teoría de apoyo social, donde las relaciones interpersonales se ven más influidas por el contexto y las redes de interacción que por la percepción de valía personal. Estos hallazgos se asemejan a los de Tepán (2022), quien reportó que la autoestima se relaciona significativamente con la autoaceptación y el propósito de vida, pero no con los vínculos interpersonales. De manera similar, Flores (2021), encontró correlaciones entre autoestima y crecimiento personal, subrayando que los adolescentes con mayor autoconfianza presentan mayor iniciativa para afrontar retos. En contraste, Guadalupe (2020), no halló relación significativa entre las dimensiones de bienestar y autoestima, lo que evidencia que la fuerza de la relación puede variar según el entorno sociocultural. En el presente estudio, la correspondencia parcial

entre autoestima y bienestar respalda el supuesto teórico de que ambos constructos comparten componentes comunes, pero se expresan de manera diferenciada según las circunstancias personales y contextuales.

En cuanto al segundo objetivo específico se buscó, describir los niveles de bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria. Los resultados mostraron que el 60.0 % de los estudiantes presentó un nivel alto de bienestar psicológico, el 36.9 % un nivel promedio y el 3.1 % un nivel bajo. Esto evidencia un predominio del bienestar positivo en la mayoría de la muestra. Los hallazgos revelan que los adolescentes evaluados experimentan en general un adecuado equilibrio emocional, sentido de propósito y satisfacción con su vida. Ryff (1989), sostiene que el bienestar psicológico implica la integración de factores cognitivos, afectivos y sociales que permiten a la persona funcionar de manera efectiva en la vida cotidiana. Casullo (2002), complementa que el bienestar no solo se refiere a emociones positivas, sino también a la percepción de autonomía y crecimiento personal. Desde esta perspectiva, los niveles altos hallados en la muestra reflejan un desarrollo psicosocial favorable, donde los estudiantes perciben control sobre sus vidas y capacidad para afrontar desafíos. Asimismo, el entorno educativo puede haber contribuido positivamente, brindando un espacio de apoyo y contención emocional. Los resultados difieren de lo reportado por Tepán (2022), quien encontró predominio de bienestar bajo (42.2 %) y medio (55.0 %) en su muestra, y también de Flores (2021) y Huertas (2022), quienes identificaron mayor proporción de niveles medios. Las diferencias pueden atribuirse a las condiciones sociales y económicas, así como a la adaptación post pandemia, que influyó en la percepción de bienestar de los adolescentes. Sin embargo, los resultados actuales confirman que los estudiantes ayacuchanos mantienen un nivel de bienestar elevado, lo que representa un indicador favorable para su salud mental y su desempeño académico.

En lo que respecta al tercer objetivo específico que busco; describir los niveles de autoestima en los estudiantes de secundaria. Se evidenció que el 86.9 % de los estudiantes presentó un nivel promedio de autoestima, el 7.7 % bajo y el 5.4 % alto. Es decir, la mayoría de los adolescentes se perciben con una autoestima estable pero no elevada, lo cual es esperable durante esta etapa de desarrollo, caracterizada por cambios físicos, emocionales y sociales. La presencia mayoritaria de autoestima promedio indica que los estudiantes poseen una valoración relativamente equilibrada de sí mismos, aunque todavía

requieren fortalecer la confianza y la autoaceptación plena. Rosenberg (1965) plantea que la autoestima se forma a partir de las experiencias tempranas y se consolida en la adolescencia mediante la interacción con el entorno. Casullo (2002) resalta que una autoestima moderada puede ser funcional, en tanto el individuo conserva la autocrítica y la capacidad de mejora. Desde la psicología del desarrollo, Erikson (1968), afirma que la adolescencia es un periodo de construcción de identidad, en el cual los jóvenes experimentan fluctuaciones en la autovaloración, por lo que es común que los niveles sean intermedios. Por tanto, los resultados del presente estudio son coherentes con el ciclo evolutivo y las características propias de la edad. Estos resultados son similares a los de Alcántara y Fernández (2020), quienes encontraron predominio de autoestima promedio en estudiantes de nivel secundario. Sin embargo, difieren de Barba y Tegselema (2021), donde prevaleció la autoestima alta. Las diferencias pueden estar relacionadas con el contexto institucional, las dinámicas familiares o la cultura local, que influyen en la autopercepción.

El estudio presenta algunas limitaciones que deben considerarse al interpretar los resultados. Los datos se obtuvieron mediante cuestionarios de autoinforme, lo que puede generar sesgos en las respuestas debido a la deseabilidad social o a la falta de sinceridad por parte de los participantes. Asimismo, las limitaciones de tiempo y recursos impidieron trabajar con una muestra más amplia o aplicar otros métodos de análisis que podrían haber enriquecido los hallazgos. Finalmente, no se controlaron ciertos factores contextuales, como el entorno familiar, social o económico, los cuales podrían haber influido en las percepciones y respuestas de los participantes.

## **VI. Conclusiones**

Se evidenció que, existe una relación positiva entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.

Se concluye que la autoestima se relaciona significativamente con las dimensiones de control de situaciones, aceptación de sí mismo y proyectos, mientras que no muestra relación con los vínculos psicosociales.

La mayoría de los estudiantes presenta niveles altos de bienestar psicológico, lo que refleja una percepción positiva de sí mismos, estabilidad emocional y sentido de propósito.

La mayoría de los estudiantes posee una autoestima de nivel promedio, lo que denota una autovaloración moderada y estable.

## **VII. Recomendaciones**

Se recomienda que la institución implemente programas de fortalecimiento socioemocional orientados a elevar la autoestima de los estudiantes, mediante talleres de autoconocimiento, actividades de reconocimiento de logros personales y dinámicas grupales que promuevan la autoaceptación y la confianza.

A los futuros investigadores, se recomienda realizar estudios con muestras más amplias y diseños longitudinales que permitan analizar la evolución de la autoestima y el bienestar psicológico a lo largo del tiempo. Asimismo, se sugiere incluir otras variables asociadas, como el clima familiar, la motivación académica o el apoyo social, para comprender de manera más completa los factores que inciden en el bienestar de los adolescentes.

## Referencias bibliograficas

- Alicia Romero, R. B. (2007). *BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SU USO EN LA PSICOLOGÍA DEL*. España: Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.  
<https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126258003.pdf>
- Armejach, R., Antunez, S., Checa, P., Giné, N., Guitart, R., Notó, C., Rodón, A., Uranga, M. y Viñas, J. (1998). *Cómo dar respuesta a los conflictos: La disciplina en la enseñanza secundaria*. <https://books.google.com.pe/books?id=eT-dTLzaGAEC&pg=PA78&dq=Caracter%20de%20la%20autoestima&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjZu4WfmfL8AhWqFLkGHSqSBpQQ6AF6BAgKEAI#v=onepage&q=Caracter%20de%20la%20autoestima&f=false>
- Alcántara Saldaña, M. S., & Fernández Vera, J. A. (2020). *Relación entre bienestar psicológico y autoestima en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Tarapoto, Tarapoto 2020*.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62774/Alcantara\\_SMSS-Fernandez\\_VJA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62774/Alcantara_SMSS-Fernandez_VJA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Arango, D. M., & Panesso, M. D. (2017). *Relación entre autoestima y autoconcepto en adolescentes escolarizados de la ciudad de Medellín [Tesis de pregrado, Universidad CES]*. Repositorio Institucional Universidad CES.  
<https://repository.ces.edu.co/handle/10946/4174>
- Barba Pardo, D. A., & Tegselema Segovia, D. M. (2021). *Autoestima y su relación con el Bienestar psicológico en estudiantes de Bachillerato de Cotopaxi y Tungurahua*.  
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3327/1/77482.pdf>
- Bohórquez Gómez, M., & García González, A. J. (2022). *Educación, calidad de vida y redes sociales en las relaciones intergeneracionales*.  
[https://books.google.com.pe/books?id=ynx9EAAQBAJ&pg=PT158&dq=Dimensiones+de+Ryff&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjppKP4l\\_L8AhWSGLkGHeH-A14Q6AF6BAgDEAI#v=onepage&q=Dimensiones%20de%20Ryff&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=ynx9EAAQBAJ&pg=PT158&dq=Dimensiones+de+Ryff&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjppKP4l_L8AhWSGLkGHeH-A14Q6AF6BAgDEAI#v=onepage&q=Dimensiones%20de%20Ryff&f=false)
- Carlo María Martini, C. M. (1982). *UN PUEBLO EN CAMINO: Fin, condiciones y etapas de una Iglesia misionera en los Hechos de los Apóstoles*.  
<https://books.google.com.pe/books?id=d6b1eEQBkMcC&pg=PA16&dq=Elemento>

s+de+la+autoestima&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjyvcWXmvL8AhW8AbkGHX  
woDxMQ6AF6BAgOEAI#v=onepage&q=Elementos%20de%20la%20autoestima  
&f=false

Castillo , D., y Uribe , M. (30 de enero, 2019). *Evaluación del bienestar psicológico y autoestima en los pacientes hipertensos, entre 35 y 75 años, atendidos en el Instituto Dominicano de Cardiología , en el período octubre 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña] Repositorio Institucional Unphu.

<https://repositorio.unphu.edu.do/bitstream/handle/123456789/3528/Evaluaci%C3%B3n%20del%20bienestar%20psicol%C3%B3gico%20y%20autoestima%20en%20los%20pacientes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Casullo, M. M., & Castro Solano, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP.*, 18(1).  
<https://doi.org/https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840/6974>

De Anquin. (2015). *Aprendizajes amigables al corazón*. Duken.

[https://books.google.com.pe/books?id=EzrcCgAAQBAJ&pg=PA122&dq=Modelo+de+ampliacion+y+construccion+de+las+emociones+positivas&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwj\\_9cDElvL8AhXeH7kGHbE\\_DrMQ6AF6BAgIEAI#v=onepage&q=Modelo%20de%20ampliacion%20y%20construccion](https://books.google.com.pe/books?id=EzrcCgAAQBAJ&pg=PA122&dq=Modelo+de+ampliacion+y+construccion+de+las+emociones+positivas&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwj_9cDElvL8AhXeH7kGHbE_DrMQ6AF6BAgIEAI#v=onepage&q=Modelo%20de%20ampliacion%20y%20construccion)

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company

Flores Tupayachi, D. C. (2021). *Bienestar psicologico y nivel de autoestima en estudiantes de uan instituci' on eductiva publica de ayacucho 2021*.

[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27855/BIENESTAR\\_PSICOLOGICO\\_AUTOESTIMA\\_Y\\_ADOLESCENTES\\_FLORES\\_TUPAYACHI\\_DIANA\\_CRISTINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27855/BIENESTAR_PSICOLOGICO_AUTOESTIMA_Y_ADOLESCENTES_FLORES_TUPAYACHI_DIANA_CRISTINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Freepik. (2022). 48% de organizaciones en Latinoamérica cubren planes hospitalarios para la salud mental. *RedacciónPerú21*. <https://peru21.pe/vida/salud/salud-mental-planes-48-de-organizaciones-en-latinoamerica-cubren-planes-hospitalarios-para-la-salud-mental-noticia/>

- Freiro, P., Gonzales Rodriguez, R y Domínguez Alonso, J. (2021). Autoestima en Estudiantes españoles de secundaria: dimensiones e influencia de variables personales y educativas. *Publicaciones*, 51(2), 23–39.  
<https://doi.org/10.30827/publicaciones.v51i2.20915>
- Guadalupe America, M. M. (2020). *Atoestima y Bienestar psicologico en estudiantes de la I.E. " San luis" N° 1128, del Quinto grado de educación secundaria Lima,2020.*  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/18777/AUTOESTIMA\\_BIENESTAR\\_PSICOLOGICO\\_MIRANDA\\_MAMANI\\_GUADALUPE\\_AMERICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/18777/AUTOESTIMA_BIENESTAR_PSICOLOGICO_MIRANDA_MAMANI_GUADALUPE_AMERICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Huertas Mantilla, K. E. (2022). *Bienestar psicologico y Autoestima en adolescentes del distrito de Chorrillos. Lima 2022.*  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29913/BIENESTAR\\_PSICOLOGICO\\_HUERTAS\\_MANTILLA\\_KATHERINE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29913/BIENESTAR_PSICOLOGICO_HUERTAS_MANTILLA_KATHERINE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Izquiero Moreno, C. (2008). *Crecer en la Autoestima.*  
[https://books.google.com.pe/books?id=CV5xjLMytJUC&pg=PA53&dq=La+autoestima&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjlgd\\_PmPL8AhWOG7kGHS0WA8Q6AF6BAgEEAI#v=onepage&q=La%20autoestima&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=CV5xjLMytJUC&pg=PA53&dq=La+autoestima&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjlgd_PmPL8AhWOG7kGHS0WA8Q6AF6BAgEEAI#v=onepage&q=La%20autoestima&f=false)
- Jackson, S., & Csikszentmihalyi, M. (2019). *Fluir en el deporte.*  
<https://books.google.com.pe/books?id=Xu6dDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=Modelo+del+bienestar+psicol%C3%B3gico&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiL24L3lfL8AhUMrJUCHTSQB6sQ6AF6BAgKEAI#v=onepage&q&f=false>
- James, W. (1980). *Principios de la Psicología.* México: Harvard University Press.  
<https://psikoanarko.wordpress.com/wp-content/uploads/2019/01/W.-James.-Principios-de-Psicologia.pdf>
- La Organización Mundial de la Salud. (2020). *Salud Mental .*  
<https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/31342/salud-mental-guia-promotor.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Leturia Arrazola, F. J. (2001). *Valoracin de las Personas Mayores: evaluar para conocer, conocer para intervenir.* Española. <https://books.google.com.pe/books?id=kS-ODiG5hOUC&pg=PA123&dq=Importancia+del+bienestar+psicol%C3%B3gico&>

hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwj2iOj-lvL8AhUhJrkGHf-  
HCcIQ6AF6BAgEEAI#v=onepage&q=Importancia%20del%20bienestar%20psico  
l%C3%B3gico&f=false

Pons Díez, X. (2008). *Psicología comunitaria: descripción de un caso*.

[https://books.google.com.pe/books?id=UbA4vCGO1uAC&pg=PT7&dq=Factores+que+aportan+al+bienestar+psicol%C3%B3gico&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwi\\_qpW11\\_L8AhUZL7kGHVcbAfIQ6AF6BAgEEAI#v=onepage&q=Factores%20que%20aportan%20al%20bienestar%20psicol%C3%B3gico&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=UbA4vCGO1uAC&pg=PT7&dq=Factores+que+aportan+al+bienestar+psicol%C3%B3gico&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwi_qpW11_L8AhUZL7kGHVcbAfIQ6AF6BAgEEAI#v=onepage&q=Factores%20que%20aportan%20al%20bienestar%20psicol%C3%B3gico&f=false)

Posada Díaz, Á., Gómez Ramírez, J. F., & Ramírez Gómez, H. (2019). *El Niño Sano*.

<https://books.google.com.pe/books?id=k0wodPSaT4cC&pg=PA49&dq=definici%C3%B3n+de+autoestima&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiJw8yqh5r8AhVAK7kGHdxtBMwQ6AF6BAgGEAI#v=onepage&q=definici%C3%B3n%20de%20autoesti ma&f=false>

Quispe Álvarez, M. Del P. (2024). Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2022. [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]

<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/36529?show=full>

Quispe Huaraca, N. (2021). Autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes del nivel secundario en Ayacucho 2021. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]

<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/31751>

Ray Crozier, W. (2001). *Diferencias individuales en el aprendizaje: Personalidad y rendimiento escolar*. Narcea.

<https://books.google.com.pe/books?id=OmN0WmptJ9AC&pg=PA209&dq=Importancia+de+la+Autoestima&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjhk7vWmfL8AhWuK7kGHZZDDOMQ6AF6BAgIEAI#v=onepage&q=Importancia%20de%20la%20Autoes tima&f=false>

Ryff, C. (1989). La felicidad lo es todo, ¿o no? Exploraciones sobre el significado del bienestar psicológico. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Ryff, C. y Keyes, C. (1996). The structure of psychological well-being revisited. *Journal*

- of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7473027/>
- Reuters. (2019). El éxito depende 80% de nuestra psicología, ¿cómo ejercitarla para lograr el bienestar? *Gestión* . <https://gestion.pe/tendencias/exito-depende-80-nuestra-psicologia-ejercitarla-lograr-bienestar-270333-noticia/?ref=gesr>
- Roster. (2016). Qué es el bienestar psicologico. *Avance psicologico*.  
<https://www.avancepsicologos.com/bienestar-psicologico/>
- Rosemberg, M. (1996) *Counseling The Self*. Basic Book. New York..
- Simón Márquez, M., & Martos Martínez, Á. (2022). *Investigación de variables psicológicas y educativas en el ámbito escolar*. ESIC.  
<https://books.google.com.pe/books?id=PpanEAAQBAJ&pg=PA472&dq=el+bien+estar+psicol%C3%B3gico+2020&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwif8NewlfL8AhUZK7kGHfMfAN4Q6AF6BAgQEAI#v=onepage&q=el%20bienestar%20psicol%C3%B3gico%202020&f=false>
- Tepán Mora, J. A. (2022). Diseño de un programa de prevención de bienestar psicológico basado en la psicología positiva para adolescentes de 11 a 15 años de la Unidad Educativa Alfonso Carrión Heredia, Cuenca – Ecuador, periodo abril – julio 2022. [Tesis de pregrado, Universidad Politécnica Salesiana]  
<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/23872/1/UPS-CT010226.pdf>
- ULADECH. (2025). *Scribd*. Scribd:  
<https://es.scribd.com/document/899787270/Reglamento-de-Integridad-Cientifica-v002-OK>
- Vielma Rangel, J., & Alonso, L. (2014). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Educere*, 14(49).  
<https://doi.org/http://erevistas.saber.ula.ve/index.php/educere/article/view/13453>
- Wilber, K. (1995). *El proyecto Atman*. Barcelona: Editorial Kairós.

## ANEXOS

### Anexo 01: Carta de recojo de datos (automatizado en el sistema de la universidad)

REGIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN AYACUCHO  
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL HUAMANGA  
I.E.P. "NUESTRA SEÑORA DE LAS MERCEDES"  
**MESA DE PARTES**  
03 OCT 2025  
Reg. N°: 3865  
FIRMA:  FOLIO: 53



Chimbote, 27 de septiembre del 2025

**CARTA N° 0000002496- 2025-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA**

**Señor/a:**

**MG. UBALDO GALINDO QUISPE  
NUESTRA SEÑORA DE LAS MERCEDES**

**Presente.-**

A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, AYACUCHO, 2025, con la LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL, que involucra la recolección de información/datos en AYACUCHO, a cargo de MONICA ROCA TORRES, perteneciente al PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA, con DNI N° 47736877, durante el período de 29-09-2025 al 03-10-2025.

La investigación se llevará a cabo siguiendo altos estándares éticos y de confidencialidad y todos los datos recopilados serán utilizados únicamente para los fines de la investigación.

Es propicia la oportunidad para reiterarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente.



**Mgtr. Elena Esther Reyna Márquez**  
Coordinadora de Gestión de Investigación

## Anexo 02. Matriz de consistencia

Titulo	Formulación del problema	Objetivo	Hipótesis	Variable	Metodología
<p>Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025</p>	<p><b>Problema general</b> ¿Qué relación existe entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de una institución educativa, Ayacucho, 2025?</p>	<p><b>Objetivo general</b> Determinar la relación de bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.</p>	<p><b>Ha</b> Ha: Existe una relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.</p>	<p><b>Bienestar psicológico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Control de situaciones</li> <li>• Aceptación de sí mismo</li> <li>• Vínculos psicosociales</li> <li>• Proyecto</li> </ul>	<p><b>Tipo de Inv:</b> Cuantitativa</p> <p><b>Nivel de Inv:</b> Estudio correlacional</p> <p><b>Diseño de la Inv:</b> No experimental transversal de corte transversal</p>
	<p><b>Problemas específicos</b> ¿Cómo se encuentra el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025?</p>	<p><b>Objetivo específico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.</li> <li>- Determinar los niveles de la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.</li> <li>- Determinar la relación de bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.</li> </ul>	<p><b>Ho</b> Ho: No existe una relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025.</p>	<p><b>Autoestima</b></p> <p>Unidimensional</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoestima positiva</li> <li>• Autoestima negativa</li> </ul>	
<p>¿Cómo se encuentra el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025?</p>	<p><b>Población:</b> Estudiantes de una institución educativa, Ayacucho.</p> <p><b>Muestra:</b> 130 estudiantes de secundaria</p>				

**Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos (descripción de propiedades métricas: validez, confiabilidad, u otros).**

**ESCALA DE BIENESTAR DE PSICOLÓGICO PARA JÓVENES (BIEPS– J)**

**Autor:** María Casullo

**Adaptación:** Fue adaptada en el Perú por Martínez (2002)

**Procedencia:** Argentina

**Tipo de aplicación:** Colectiva

**Tiempo:** Aproximadamente 10 minutos

**Valoración**

13-21 =Bienestar Psicológico

Bajo 22-30 = Bienestar

Psicológico Medio 31-39 =

Bienestar Psicológico Alto

**Dimensiones e Ítems:**

Control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos

**Escala de medición:** Ordinal

Likert En desacuerdo= 1 punto

Ni de acuerdo ni en desacuerdo = 2

puntos De acuerdo= 3 puntos

Numero de Ítems: 13

***Características***

La escala BIEPS-J, adaptación peruana de Martínez (2002) de la versión original de Casullo y Castro Solano (2002). Tiene como objetivo evaluar el bienestar psicológico en adolescentes y cuenta con 13 ítems, con una escala de respuesta tipo Likert con tres alternativas (1= de acuerdo, 2= ni de acuerdo ni en desacuerdo, 3= en desacuerdo), en cuatro dimensiones: control de dimensiones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos, que permiten una evaluación global del bienestar.

### ***Descripción del instrumento:***

La Escala De Bienestar Psicológico para jóvenes, cuya autora es María Martina Casullo, quien se sustenta en la Teoría de la Multidimensionalidad del bienestar psicológico de Ryff y la Psicología Positiva de Antonovsky. Esta adaptación realizada por Casullo tiene como propósito evaluar el bienestar psicológico en adolescentes. La procedencia del instrumento adaptado es Argentina, a través de la editorial Paidós.

El ámbito de aplicación es para personas cuyas edades oscilen entre los 13 a 18 años de edad. Las normas que ofrece son en puntuaciones percentiles. Se puede administrar de modo individual, colectivo y Auto administrada; en un tiempo de 5 a 10 minutos aproximadamente. La estructura de la prueba está conformada por 13 reactivos que evalúa el Bienestar Psicológico global y además cuatro dimensiones específicas; estas son: Control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí mismo. Las posibles respuestas que debe emitir el evaluado son tres opciones: En desacuerdo con una puntuación de 1, ni de acuerdo ni en desacuerdo con una puntuación 2 y de acuerdo cuya puntuación es 3. La estructura de la prueba está conformada por 13 reactivos que evalúa el Bienestar Psicológico global y además cuatro dimensiones específicas; estas son: Control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí mismo. Las posibles respuestas que debe emitir el evaluado son tres opciones: En desacuerdo con una puntuación de 1, ni de acuerdo ni en desacuerdo con una puntuación 2 y de acuerdo cuya puntuación es 3.

### ***Validez***

La validez se entiende como el nivel de medición real que un instrumento realiza sobre la variable. Para la puesta en marcha del estudio, Casullo en su investigación, en Argentina, estableció la validez de constructo mediante el análisis factorial, dichos procedimientos permitieron establecer la validez de la escala. En el presente estudio se estableció la validez de contenido, mediante el criterio de 10 expertos del área de psicología, jueces expertos en el tema, quienes establecieron la validez del instrumento.

### ***Confiabilidad***

El nivel de confiabilidad del instrumento de recopilación de datos, se obtiene a través del coeficiente Alfa de Cronbach, a fin de determinar la fiabilidad de los Ítems del instrumento. Por su parte Casullo y Castro (2000) determinaron la confiabilidad mediante el estadístico alfa de Cronbach y obtuvo el valor de 0,74, la cual se considera buena.

### **Validez y confiabilidad en Perú**

En cuanto a su confiabilidad, fue adaptada en el Perú por Martínez (2002) mediante un análisis de consistencia interna alfa de Cronbach, obteniendo un coeficiente significativamente aceptable para la exploración del bienestar psicológico en los estudiantes, de 0.57 y correlación positiva entre los Ítems y la puntuación total. Cabe resaltar que también fue utilizada por Gutiérrez (2015) obteniendo un alfa de Cronbach de .723 y una correlación Ítems-test con rangos entre .22 y .46 y por Espinoza (2016) obteniendo un alfa de Cronbach de .60 y eliminando el Ítems 3 por falta de confiabilidad Ítems-test, la cual fue negativa. Con respecto a su validez, se llevó a cabo a través de las 16 correlaciones entre las dimensiones y el test, teniendo como resultados un valor de .806, 0.701, 0.660, 0.7200, 0.727, y 0.776 respectivamente por cada dimensión previamente mencionada, siendo todas las cifras estadísticamente significativas y positivas.

## ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO BIEPS-J

(María Casullo)

Por favor lee con atención las siguientes oraciones y marca tu respuesta según lo que pienses y sientas durante este último mes. No hay respuestas buenas o malas, así que no dejes oraciones sin responder. Marca tu respuesta con una equis (X)

Las opciones de respuesta son:

- **DE ACUERDO**
- **NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO**
- **EN DESACUERDO**

		<b>DE ACUERDO</b>	<b>NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO</b>	<b>EN DESACUERDO</b>
01	Me hago cargo de lo que digo o hago			
02	Tengo amigos/as en quienes confiar.			
03	Sé lo que quiero hacer con mi vida.			
04	En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.			

05	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
06	Me importa pensar que haré en el futuro			
07	Generalmente le caigo bien a la gente.			
08	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
09	Estoy bastante conforme con mi forma de ser			
10	Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo			
11	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.			

### Calificación

De acuerdo	1 punto
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2 puntos
En desacuerdo	3 puntos

### Dimensiones

<b>DIMENSIONES BIEPS-J</b>	<b>ITEMS</b>
Aceptación /control	2,11 y 13
Autonomía	4,9 y 12
Vínculos	5,7 y 8
Proyectos	1,3,6 y 10

## ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG (EAR)

### (Ficha técnica)

**Nombre** : Escala de Autoestima de Rosenberg (EA-Rosenberg).

**Autor** : Rosenberg

**Tipo de instrumento**: Escala

**Nro. de Ítems** : 10

**Duración** : 5 min aproximadamente

**Población** : Adolescentes, adultos y personas mayores

### *Descripción*

La Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) adaptada al español por Atienza, Moreno y Balaguer (2000), compuesta por 10 ítems (Anexo 1). Los ítems se puntúan del 1 al 4 (Muy en desacuerdo, Desacuerdo, Acuerdo, Muy de acuerdo). Según Atienza et al (2000), la mitad de los ítems de la escala (ítems 1, 3, 4, 7 y 10) se encuentran redactados en forma positiva, mientras que la otra mitad (ítems 2, 5, 6, 8 y 9) en sentido inverso. Al momento de realizar la corrección de la escala, a los ítems redactados en forma negativa se le asigna una puntuación inversa. Así, para la obtención de la valoración general de la autoestima, se suman los puntajes de la totalidad de ítems de la EAR, permitiendo tener puntuaciones que oscilan entre 10 y 40 puntos, donde una mayor puntuación expresaría niveles elevados de autoestima. Respecto a las propiedades psicométricas de la EAR, se realizaron el estudio de validación en una muestra de 488 estudiantes de 15 a 17 años de Valencia (España), obteniendo adecuados niveles de estabilidad temporal, mediante el método de test-retest, tanto para la muestra de varones ( $r = 0.86$ ,  $p < 0.001$ ) y mujeres ( $r = 0.64$ ,  $p$

### *Validez y Confiabilidad*

Escala de autoestima de Rosenberg (RSE; Rosenberg, 1965; versión en español de Atienza et al., 2000). La RSE es una escala de autoinforme que evalúa la autoestima y consta de 10 ítems (5 inversos) con cuatro opciones de respuesta tipo Likert que van desde muy en desacuerdo = 1 hasta muy de acuerdo = 4. Por lo tanto, tiene un rango de puntuaciones totales de 10 a 40. La escala es unidimensional tanto en la versión original como en la versión en español. La validez y fiabilidad de la versión traducida se realizó mediante análisis factorial confirmatorio mostrando un mejor ajuste en el modelo

unidimensional. La fiabilidad se obtuvo mediante el coeficiente alfa de Cronbach ( $\alpha = .86$ ). Además, se encontró estabilidad temporal con el método de test-retest, cuyos valores oscilaron entre  $r = .85$  y  $r = .88$ . En Perú, este instrumento ha sido validado por Ventura-León et al. (2018) mostrando adecuadas propiedades psicométricas para el modelo bidimensional: autoestima positiva ( $\omega = .803$ ) y autoestima negativa ( $\omega = .723$ )

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG

**GRADO:**

**EDAD:**

**SECCIÓN:**

**SEXO:**  M  F

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, lee las frases que figuran a continuación y señala el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas, marcando con un aspa la alternativa elegida.

**A. Muy de acuerdo**

**B. De acuerdo**

**C. En desacuerdo**

**D. Muy en desacuerdo**

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

## **Anexo 04: Formato de consentimiento informado u otros que corresponda a la investigación**

### **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 se titula: bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025. Dirigida por Mónica Roca Torres, investigadora de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2025

Si usted acepta que su hijo (a) participe y su hijo (a) decide participar en este estudio se le realizará lo siguiente:

- Administrará los instrumentos de evaluación, Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J) y la Escala de Autoestima de Rosenberg); las cuales tendrán una duración aprox. 40 min.).

Los investigadores guardaran la información de su hijo(a) sin nombre alguno. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de su hijo(a).

Además, si usted decide podrá retirar a su hijo del estudio en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio o llame al número telefónico 999 903 879.

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que su hijo(a) ha sido tratado injustamente puede contactar con el Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, correo monicaroca@gmail.com una copia de este consentimiento informado le será entregada.

#### **Declaración y/o Consentimiento**

Acepto voluntariamente que mi hijo(a) participe en este estudio, comprendo de las actividades en las que participará si ingresa al trabajo de investigación, también entiendo que mi hijo(a) puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento.

Ayacucho, 20 agosto de 2025

-----  
Firma del apoderado (a)

-----  
Mónica Roca Torres  
(investigador)



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

**ASENTIMIENTO INFORMADO**

Mi nombre es Monica, Roca Torres. Estoy haciendo mi investigación y tu participación es voluntaria.

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

- Tu participación es totalmente voluntaria. Si en algún momento ya no quieres seguir participando, puedes decírmelo y volverás a tus actividades que tenías programadas.
- El desarrollo de los instrumentos propuestos tendrá una duración aproximada de 30 minutos.
- En la investigación no se usará tu nombre, por lo que tu identidad será anónima.
- Tus padres ya han sido informados sobre mi investigación y están de acuerdo con que participes si tú también lo deseas.

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

¿Quieres participar en la investigación de Uso excesivo de redes sociales y estrés académico en adolescentes de una institución educativa, Ayacucho, 2025?	SI	NO
--	----	----

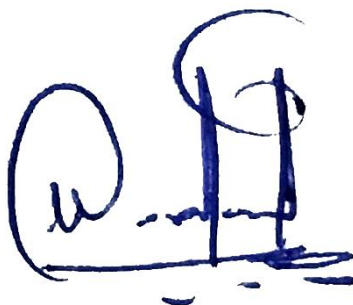
Fecha ...../...../2025

## **Anexo 05. Eficiencia de ejecución**

### **Declaración jurada**

Yo, Mónica Roca Torres, con DNI. N° 47736877, natural de la ciudad de Ayacucho, declaro bajo juramento que la presente investigación cuenta con datos reales, recogidos por mi persona para este estudio, sometiéndome a las disposiciones legales vigentes de incurrir en falsedad de datos.

Y para que así conste y surta los efectos oportunos firma la presente declaración en la ciudad de Ayacucho, el día 10 de octubre del 2025.



---

Firma: Mónica Roca Torres

DNI: 47736877