



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

**DESCRIPCIÓN DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE
SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2026**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL

AUTOR
GASPAR VENTURA, ALFREDO
ORCID:0000-0002-1474-4989

ASESOR
VALLE SALVATIERRA, WILLY
ORCID:0000-0002-7869-8117

CHIMBOTE-PERÚ
2026



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0038-121-2026 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **10:00** horas del día **07** de **Agosto** del **2026** 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
VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA Miembro
MILLONES ALBA ERICA LUCY Miembro
Dr. VALLE SALVATIERRA WILLY Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **DESCRIPCIÓN DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2026**

Presentada Por :
(3123192017) **GASPAR VENTURA ALFREDO**

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

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

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR
Presidente

VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA
Miembro

MILLONES ALBA ERICA LUCY
Miembro

Dr. VALLE SALVATIERRA WILLY
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: DESCRIPCIÓN DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2026 Del (de la) estudiante GASPAR VENTURA ALFREDO , asesorado por VALLE SALVATIERRA WILLY se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 4% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

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

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

Chimbote, 14 de Setiembre del 2026



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

Con profundo amor y gratitud a mis padres y seres queridos, cuyo respaldo constante y amor incondicional fueron la luz que guio este trayecto académico.

Agradecimiento

Expreso mi sincero agradecimiento a la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote por brindarme la oportunidad de formarme profesionalmente en la carrera de Psicología, así como a la plana docente por su constante guía, vocación y valiosa enseñanza a lo largo de estos años. Asimismo, extendiendo mi gratitud al director de la institución educativa de Ayacucho y a sus estudiantes, quienes con su confianza y predisposición hicieron posible el desarrollo de este trabajo de investigación

Índice General

Dedicatoria.....	IV
Agradecimiento.....	V
Índice General.....	VI
Lista de Tablas.....	VIII
Resumen	IX
Abstract.....	X
I. Planteamiento del problema	1
II. Marco teórico	6
2.1. Antecedentes.....	6
2.2. Bases teóricas.....	9
2.2.2.1. Tipos de bienestar psicológico	10
2.2.2.3. Enfoques acerca del bienestar psicológico.....	10
2.2.2.6. Modelo teórico de la psicología positiva en el bienestar psicológico	11
2.2.2.7. Dimensiones del bienestar psicológico	12
III. Metodología.....	13
3.1. Tipo, Nivel y Diseño de investigación	13
3.2. Población, muestra y muestreo	14
3.3. Definición y operacionalización de las variables.....	15
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información	15

3.5 Método de análisis de datos.....	16
3.6. Aspectos éticos.....	16
IV. Resultados.....	18
V. Discusión	21
VI. Conclusiones.....	24
VII. Recomendaciones.....	25
Anexo 01. Instrumento de recolección de datos	31
Anexo 02. Formato de consentimiento informado u otros	32
Anexo 03 Ficha técnica	34
Anexo 04 Matriz de consistencia.....	36

Lista de Tablas

Tabla 1	15
Tabla 2:	18
Tabla 3	18
Tabla 4	18
Tabla 5	19
Tabla 6	19
Tabla 7	20
Tabla 8	20

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo general de describir el nivel de bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa de Ayacucho, 2026, y como objetivos específicos describir los niveles de las dimensiones aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos personales. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo y diseño no experimental de tipo transversal. La población estuvo conformada por 1050 estudiantes y la muestra fue 282 de los mismos que fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico para adolescentes (BIEPS-J), adaptada de Casullo (2002), que evalúa las principales dimensiones del bienestar psicológico. Los resultados generales evidenciaron que la mayoría de los estudiantes presenta un nivel bajo (56%) de bienestar psicológico, mientras que un 22% se ubicó en el nivel alto y medio. En cuanto a las dimensiones específicas, en aceptación de sí mismo el 66.6% alcanzó el nivel bajo, en control de situaciones el 75.2% alcanzó un nivel bajo, en vínculos psicosociales y proyectos personales ambos obtuvieron el 56% que se ubicaron en un nivel bajo. Se concluye que los estudiantes de la institución educativa de Ayacucho 2026 presentan un bienestar psicológico predominantemente bajo, lo que indica dificultades para experimentar satisfacción personal, equilibrio emocional y una adecuada percepción de su calidad de vida.

Palabras clave: bienestar psicológico, estudiantes, adolescentes

Abstract

The overall objective of this study was to describe the level of psychological well-being among adolescents at an educational institution in Ayacucho in 2026, and its specific objectives were to describe the levels of the dimensions of self-acceptance, psychosocial bonds, and personal goals. The research was conducted using a quantitative, descriptive approach and a non-experimental, cross-sectional design. The population consisted of 1,050 students, and the sample comprised 282 of them, selected through non-probabilistic convenience sampling. Data were collected using the Psychological Well-Being Scale for Adolescents (BIEPS-J), adapted from Casullo (2002), which assesses the main dimensions of psychological well-being. The overall results showed that the majority of students exhibited a low level (56%) of psychological well-being, while 22% fell into the high and medium categories. Regarding specific dimensions, 66.6% scored at a low level in self-acceptance, 75.2% scored at a low level in situational control, and 56% scored at a low level in both psychosocial relationships and personal projects. It is concluded that students at the Ayacucho 2026 educational institution exhibit predominantly low levels of psychological well-being, indicating difficulties in experiencing personal satisfaction, emotional balance, and an adequate perception of their own

Keywords: psychological well-being, students, teenagers

I. Planteamiento del problema

Durante la adolescencia se producen importantes cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales, una etapa del desarrollo que influye directamente en la formación de la identidad y la salud psicológica. Como consecuencia de estos cambios, los adolescentes se ven expuestos a diversos factores de riesgo y protección que pueden facilitar o dificultar su adaptación saludable. En este sentido, el bienestar psicológico ha cobrado especial relevancia en la investigación científica, ya que nos permite comprender cómo los jóvenes afrontan las dificultades propias de esta etapa y desarrollan recursos personales para mantener su salud mental.

Diversos estudios internacionales han evidenciado que el bienestar psicológico de los adolescentes se encuentra influenciado por factores familiares, educativos, sociales y culturales. En Portugal, Dias et al. (2016) evaluaron a 602 adolescentes de entre 12 y 18 años y encontraron que aquellos cuyos padres poseían estudios superiores presentaban mayores niveles de satisfacción con la vida y mejor percepción de su salud. Estos resultados implican que el desarrollo del bienestar psicológico durante la adolescencia está influenciado por las circunstancias familiares y el nivel educativo de los padres.

En la misma línea, el estudio de Fulmer (2011) con estudiantes de 26 países de diversos continentes reveló que el bienestar psicológico variaba significativamente según el contexto sociocultural. En comparación con los estudiantes de países asiáticos, los estudiantes europeos reportaron mayores niveles de bienestar. Estos hallazgos sugieren que la percepción del bienestar en adolescentes y adultos jóvenes está influenciada por diversos factores, como las oportunidades de crecimiento personal, los valores culturales, el apoyo social y las circunstancias económicas (Suárez y Shugulí, 2023).

En Latinoamérica han revelado niveles alarmantemente bajos de bienestar psicológico entre los jóvenes. Tan solo el 13,7% de los jóvenes en Quito, Ecuador, alcanzó altos niveles de bienestar psicológico, en comparación con el 63,4% que presentó niveles insuficientes. También se encontró que el bienestar psicológico de los estudiantes en México estaba por debajo del promedio, lo que resalta la necesidad de fortalecer los factores protectores vinculados al desarrollo académico, social y emocional (De los Santos & Gutiérrez, 2023). De manera similar, una investigación realizada en Venezuela enfatiza la importancia de los factores individuales y familiares para fomentar el bienestar psicológico. Según Briones

(2022), la calidad de los lazos familiares y la autoestima son componentes esenciales para promover la estabilidad emocional de los adolescentes, lo cual tiene un efecto favorable en su estado de ánimo, rendimiento académico y adaptación social. Por lo tanto, fomentar el bienestar psicológico en esta etapa puede ayudar a prevenir problemas como el abuso de sustancias, la depresión y los trastornos de conducta.

En el año 2020, la población mundial experimentó la pandemia COVID -19, donde se generó un impacto significativo en el bienestar psicológico y salud mental de adolescentes y jóvenes, el cual generó diversas repercusiones emocionales y conductuales negativas que afectarían a su desarrollo y calidad de vida. En México, Medina y Jaramillo (2020) indican que entre los principales efectos psicológicos que los adolescentes mostraron en la pandemia se encontraron la angustia emocional, estrés y dificultades de concentración, destacando que es necesario realizar y fortalecer la atención especializada en salud mental con la participación de psiquiatras, psicólogos y promotores de salud comunitario. Una similitud, investigación realizada en Lima se experimentó un deterioro de bienestar psicológico durante la pandemia; Ñáñez et al. (2022) encontraron en los participantes que el 60.1% experimentó sentimientos de tristeza y el 53.1% expresó ansiedad asociada a la incertidumbre social y sanitaria. Estos indicadores ponen en manifiesto que la emergencia sanitaria constituyó un factor que afectó el bienestar psicológico de los adolescentes, enfatizando la importancia de continuar estudiando esta variable para orientar acciones de promoción y prevención de la salud mental.

En el contexto peruano, la situación también refleja desafíos importantes para la promoción del bienestar psicológico. Esteban (2021) señaló que, aunque el 90.2% de los adolescentes participó en actividades de promoción de la salud mental, únicamente el 25.5% buscó ayuda profesional de manera voluntaria. Este hallazgo evidencia una brecha entre las acciones preventivas y el acceso efectivo a servicios especializados. En concordancia con ello, la Defensoría del Pueblo (2020) enfatizó la necesidad de fortalecer las estrategias de atención integral en salud mental, promoviendo la participación de las familias y la intervención oportuna en poblaciones vulnerables.

Por último, estudios epidemiológicos realizados en diversas regiones del Perú demuestran que los adolescentes y jóvenes siguen enfrentando problemas de salud mental. En comunidades de Ayacucho, Cajamarca y Huaraz, Saavedra et al. (2021) identificaron

conductas suicidas, episodios depresivos y ansiedad social. El 5,4% de los jóvenes evaluados presentaron pensamientos e intentos suicidas, mientras que los episodios depresivos fueron prevalentes en Ayacucho (9,1%), Cajamarca (9,2%) y Huaraz (10,7%). Estos hallazgos resaltan la necesidad de continuar investigando el bienestar psicológico de los adolescentes, especialmente en contextos donde factores sociales, culturales y económicos pueden influir en su desarrollo integral y calidad de vida.

En el contexto local, las investigaciones realizadas en la región de Ayacucho evidencian la necesidad de profundizar en el estudio del bienestar psicológico durante la adolescencia. Quispe (2021) encontró que el 63.3% de los estudiantes evaluados presentaba un nivel moderado de bienestar psicológico, mientras que una proporción menor evidenciaba niveles bajos. Estos resultados sugieren que, aunque la mayoría de los adolescentes logra mantener un funcionamiento psicológico relativamente adecuado, existe un grupo vulnerable que podría experimentar dificultades en aspectos relacionados con la autoestima, el manejo emocional, las relaciones interpersonales y la adaptación a las demandas del entorno.

En el contexto de la región Ayacucho, en la zona denominada VRAEM (Valle de los ríos Apurímac, Ene y Mantaro), diversos estudios han descrito que en esta zona cuenta con alta prevalencia de diferentes problemas sociales que afectan el desarrollo de la población adolescente. De acuerdo con Yeckting (2017), esta parte de la región Ayacucho presenta una alta incidencia de fenómenos como el narcotráfico, la violencia, el embarazo precoz, el consumo de alcohol y drogas, estas conductas de riesgo afectan negativamente el bienestar psicológico de los adolescentes y limitar su desarrollo integral. Estas condiciones resaltan la importancia de estudiar el bienestar psicológico de los adolescentes, ya que conocer su estado permitirá disponer de información que contribuya a la promoción de la (Curo y Guerrero, 2024).

El bienestar psicológico durante la adolescencia constituye un elemento esencial para el desarrollo integral de los adolescentes, ya que favorece para la satisfacción consigo mismo, equilibrio emocional, la autoestima, las relaciones interpersonales y la capacidad para afrontar los obstáculos o desafíos propios de esta etapa del desarrollo humano. Debido a que esta etapa está caracterizada con los cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales que experimentan los adolescentes, resulta fundamental conocer su nivel de bienestar psicológico, pues esto influye en su adaptación al entorno familiar, escolar y social, así como en la

construcción de su proyecto de vida y en el mantenimiento de una adecuada salud mental.

En la región Ayacucho, se ha notado la carencia de estudios detallados describan el bienestar psicológico de los adolescentes desde una perspectiva local. Las características económicas, culturales, geográficas y sociales propias de la región pueden influir en la forma en que los adolescentes hacen frente los desafíos de esta etapa y como perciben su bienestar. Además, investigaciones realizadas en el Perú han reportado una elevada proporción de estudiantes con estilos de vida poco saludables. Diversas investigaciones señalan que durante la adolescencia tiende a frecuentar la presencia de comportamientos de riesgo y situaciones que pueden comprometer el bienestar psicológico y exacerbar sus efectos negativos en la salud en los adolescentes. Entre ellas se encuentran el consumo de tabaco, alcohol y drogas, la inactividad física y los hábitos alimenticios poco saludables, los cuales suelen repercutir negativamente en la salud física y mental. Asimismo, se ha reportado que estos comportamientos son más frecuentes en contextos caracterizados por limitaciones socioeconómicas, escasa cohesión social y reducido acceso a servicios de salud, condiciones que incrementan de adoptar conductas de riesgo (García, 2024).

Particularmente en la región Ayacucho, los adolescentes se desarrollan en un contexto caracterizado por diversas condiciones culturales, sociales y familiares, entre las que se encuentran las limitaciones económicas de numerosos hogares, la migración laboral de los padres, los niveles de pobreza y la reducción del tiempo de convivencia familiar. Asimismo, algunos estudiantes conviven en entornos donde se presentan dificultades en la comunicación familiar, conflictos frecuentes o situaciones de violencia, configurando una realidad que exige especial atención desde el ámbito de la salud mental. En este contexto, resulta importante conocer el nivel de bienestar psicológico de los adolescentes, ya que este constituye un indicador del equilibrio emocional, la adaptación personal y social, así como de su desarrollo integral. No obstante, en la región aún existe información actual limitada sobre el bienestar psicológico en el ámbito educativo.

Frente a esta realidad, surge la necesidad de describir el bienestar psicológico de los estudiantes en la ciudad de Ayacucho, debido a que este contribuye como indicador fundamental de la salud mental, desarrollo personal y capacidad de adaptación a los diferentes ámbitos de su vida. Contar con información actualizada permitirá comprender el estado del bienestar psicológico de esta población y proporcionará evidencia útil para el

diseño de estrategias de promoción, prevención e intervención en salud mental, orientadas a fortalecer el desarrollo integral y la calidad de vida de los estudiantes acordes con la realidad de la región.

Por lo expuesto, se formuló el problema general de la investigación de la siguiente manera. ¿Cuál es el nivel del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Ayacucho, 2026?

Se planteó como objetivo general para la investigación: Describir el nivel del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa publica Ayacucho, 2026 y como objetivos específicos describir el nivel de la dimensión control de situaciones en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2026, describir el nivel de la dimensión vínculos psicosociales en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2026, describir el nivel de la dimensión proyectos personales de una institución educativa de Ayacucho, 2026 y por ultimo describir el nivel de la dimensión aceptación de sí mismo de una institución educativa de Ayacucho, 2026.

Desde un punto de vista teórica, la presente investigación se justifica porque contribuye a ampliar el conocimiento científico sobre el bienestar psicológico en estudiantes de educación básica regular donde los hallazgos contribuirán a fortalecer el marco teórico actual y servirán como base para futuras investigaciones orientadas a la promoción de la salud mental y desarrollo integral de los adolescentes; Así mismo el estudio cobra relevancia en el contexto de la región Ayacucho donde diversos factores sociales y económicos puede influir en el bienestar de los estudiantes. El estudio profundiza en una de las áreas de mayor relevancia para la psicología del desarrollo y la pedagogía contemporánea, al generar bibliografía sobre el bienestar psicológico en la etapa de la adolescencia. Este abordaje permite comprender el estado del bienestar psicológico de los estudiantes a partir de sus dimensiones control de emociones, autoaceptación, vínculos psicosociales y proyectos personales la influencia directa de la dinámica relacional familiar en las dimensiones emocional, cognitiva y social vinculadas al bienestar psicológico.

II. Marco teórico

2.1. Antecedentes

En el contexto internacional, Sanchis (2021) estudió el bienestar psicológico de adolescentes en un contexto global. Participaron 126 estudiantes de Valencia, de entre 9 y 16 años, quienes emplearon una metodología de investigación básica. Para la recopilación de datos se utilizó una escala diseñada para evaluar la salud emocional de los participantes. Según los resultados, el 19,1% de los adolescentes presentaba una tendencia al pensamiento catastrófico, mientras que el 18,6% demostró una capacidad suficiente para reinterpretar sus sentimientos de forma constructiva. El estudio concluyó que la capacidad de los estudiantes para controlar y expresar sus emociones repercute en su bienestar psicológico.

Con el objetivo de evaluar el bienestar psicológico de estudiantes de ciencias de la salud de una universidad pública del sur de Chile, Sandoval et al. (2021) realizaron un estudio. Con una edad promedio de 20,94 años, participaron en el estudio descriptivo transversal 190 estudiantes de ambos sexos. Para medir el bienestar psicológico se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico, herramienta que tiene en cuenta los aspectos de autonomía, proyectos, relaciones psicosociales y aceptación/control. Según los resultados, el 40,6% de los participantes mostraron niveles adecuados en la dimensión de proyectos, exhibiendo objetivos personales claros y altas aspiraciones. Por otro lado, el 41,7% presentó indicios de problemas en sus relaciones psicológicas, particularmente en lo que respecta a sus vínculos interpersonales. Asimismo, el 25,3% demostró limitaciones en la dimensión de aceptación y control de situaciones, mientras que el 26,6% mostró bajos grados de autonomía. En cuanto al género, las mujeres obtuvieron mejores resultados en interacciones psicosociales y autoaceptación, mientras que los hombres obtuvieron puntuaciones más altas en autonomía.

Un estudio realizado por Bozek et al. (2020) evaluó el bienestar psicológico de adolescentes. Participaron 595 jóvenes de entre 12 y 17 años, quienes emplearon una metodología no experimental. Para la recopilación de datos se utilizó el instrumento BIEPS-J, que evalúa las dimensiones de autonomía, proyectos, relaciones psicosociales y aceptación/control. Según los resultados, el 17% de los participantes alcanzó un bienestar psicológico suficiente. Además, los adolescentes con puntuaciones más altas en las categorías de proyectos (18%) e interacciones psicosociales (19%) mostraron menores niveles de estrés y ansiedad, así como una mejor adaptación académica y personal.

En la misma línea, Nuria y Raquel (2022) estudiaron el bienestar psicológico de adolescentes en España. Se utilizó un diseño cuantitativo, básico y descriptivo. La muestra estuvo compuesta por 47 estudiantes de entre 13 y 14 años. Los datos se recopilaban mediante el instrumento BIEPS-J, que evalúa aspectos como la autonomía, los proyectos, las relaciones psicosociales y la aceptación/control. Los resultados reflejaron objetivos y expectativas positivas, mostrando que el 71,1% de los participantes alcanzó niveles adecuados en el componente de proyectos. De igual manera, el 65,4% mostró valores aceptables de vínculos psicosociales, lo que indica relaciones interpersonales satisfactorias. Asimismo, el 54,7% demostró un grado favorable de autonomía, mientras que el 58,2% mostró niveles suficientes de aceptación/control. Estos resultados llevaron a la conclusión de que el bienestar psicológico adecuado influye positivamente en la adaptación académica, social y personal de los adolescentes.

En la misma línea, Velasco (2024) estudió la salud psicológica de adolescentes en una escuela. Se utilizó un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo simple para llevar a cabo el estudio. El instrumento psicológico de Bienestar se empleó para examinar los aspectos de autonomía, proyectos, variables psicosociales y aceptación/control en una muestra de 120 adolescentes. Según los hallazgos, el 57,2% de los participantes tenía un bienestar psicológico suficiente. Además, el 63,5% tenía altos niveles de factores psicosociales, lo que sugiere que sus interacciones interpersonales eran satisfactorias. De igual manera, el 59,4% alcanzó niveles suficientes de aceptación/control, mientras que el 55,8% mostró grados positivos de autonomía. Según estas investigaciones, los adolescentes con un buen bienestar psicológico son más conscientes de sí mismos y tienen mejores conexiones sociales.

En contraste, Vallejos (2019) realizó un estudio para evaluar la salud psicológica de estudiantes de secundaria. Con una muestra de 280 estudiantes de entre 12 y 17 años, el estudio empleó un diseño descriptivo no experimental. Para la recopilación de datos se utilizó el BIEPS-J, una herramienta que evalúa aspectos como la autonomía, los proyectos, las relaciones psicosociales y la aceptación/control. Según los resultados, el 58,7% de los estudiantes obtuvo un desempeño excepcionalmente bueno en la dimensión de proyectos, y el 61,3% mostró niveles adecuados de interacciones psicosociales. Asimismo, el 52,6% exhibió grados favorables de autonomía y el 55,2% mostró niveles apropiados de aceptación/control.

El estudio concluyó que el desarrollo social y personal de los adolescentes se ve positivamente influenciado por un bienestar psicológico adecuado.

Un estudio realizado por Correa y Flores (2021) evaluó el bienestar psicológico de adolescentes en Perú. El estudio empleó un nivel de análisis descriptivo, un diseño no experimental y una técnica cuantitativa. La Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, que mide aspectos como la autonomía, el dominio del entorno, el crecimiento personal, las relaciones positivas, el propósito en la vida y la autoaceptación, se aplicó a una muestra de 407 adolescentes. Según los resultados, el 59,8% de los participantes alcanzó niveles adecuados de dominio del entorno, y el 62,4% mostró niveles adecuados de autonomía. Asimismo, el 60,7% obtuvo buenas calificaciones en propósito de vida y el 64,1% mostró niveles adecuados en relaciones beneficiosas. Con base en estos resultados, los investigadores concluyeron que el crecimiento emocional y social de los adolescentes se ve favorecido por un bienestar psicológico óptimo.

Camayo y Rivera (2022) realizaron un estudio sobre la salud psicológica de adolescentes en una escuela privada. El estudio empleó una metodología descriptiva y una técnica cuantitativa, con una muestra de 366 estudiantes de entre 12 y 17 años. La evaluación se llevó a cabo mediante la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Según los resultados, el 62,5% de los participantes destacó en autoaceptación, el 60,8% en autonomía, el 58,9% en propósito de vida y el 64,3% mostró niveles adecuados de relaciones positivas. El estudio concluyó que el crecimiento emocional y personal de los adolescentes se ve favorecido por un bienestar psicológico adecuado.

Por otro lado, Rebaza (2021) realizó un estudio para evaluar la salud psicológica de alumnos de secundaria en una escuela de Víctor Larco. Con una muestra de 265 estudiantes, el estudio empleó un enfoque descriptivo y no experimental. Según los resultados, el 59,4% destacó en propósito de vida, el 57,8% en relaciones positivas, el 55,3% en autonomía y el 61,7% mostró niveles adecuados de progreso personal. El estudio concluyó que el desarrollo social y emocional de los adolescentes está influenciado por el bienestar psicológico.

Además, Briones (2021) realizó un estudio sobre el bienestar psicológico de estudiantes de segundo grado. El estudio empleó un diseño descriptivo y una metodología no experimental con una muestra de 117 estudiantes. Los resultados mostraron que el 63,1% presentó niveles adecuados en relaciones positivas, el 60,5% en crecimiento personal, el

58,4% en autoadaptación y el 56,7% en autonomía. Se concluye que el bienestar psicológico promueve las habilidades sociales y la adaptación en los adolescentes.

Por último, Hidalgo y Laura (2022) llevaron a cabo un estudio para evaluar el bienestar psicológico de los alumnos. El estudio utilizó un diseño descriptivo no experimental con una muestra de 150 personas. Según los resultados, el 64,2% mostró niveles suficientes de relaciones positivas, el 61,3% crecimiento personal, el 58,6% propósito de vida y el 55,9% autonomía. Estos resultados permiten concluir que la adaptación social y el crecimiento personal de los adolescentes se ven facilitados por el bienestar psicológico.

2.2. Bases teóricas

2.2.2.1. Definiciones de bienestar psicológico

Según Vega y Díaz (2018), el bienestar psicológico adolescente es un estado dinámico de salud mental y emocional que define esta etapa crucial del desarrollo. Este concepto va más allá de la simple ausencia de psicopatología; implica mantener el equilibrio emocional, tener una buena autoestima y ser capaz de manejar el estrés y las dificultades propias de esta edad. Desde esta perspectiva, el bienestar incorpora elementos esenciales como la resiliencia, el control emocional y la autoestima, además de potenciar la autonomía en la toma de decisiones. Promover este estado requiere un ambiente propicio que fomente la comunicación asertiva y brinde a los adolescentes las habilidades socioemocionales necesarias para construir un proyecto de vida significativo.

Según Aiquipa y Pérez (2024), el bienestar psicológico mide el grado de satisfacción y plenitud que una persona experimenta a lo largo de su vida. Esta variable, que se presenta como una evaluación multidimensional que incorpora áreas importantes como las relaciones interpersonales, el desempeño laboral, el estado de salud y el sentido de propósito, va más allá de la simple ausencia de malestar. Los autores afirman que este constructo integra la dimensión del desarrollo humano y social, que incluye el logro de objetivos individuales y la capacidad de contribuir significativamente a la comunidad, con la dimensión emotiva, asociada a los sentimientos de felicidad.

Según Maganto et al. (2019), la capacidad de una persona para vigilar su propio funcionamiento es un indicador de bienestar psicológico durante la adolescencia. La autosuficiencia y la habilidad para realizar las tareas cotidianas se asocian a un alto grado de

bienestar. Por otro lado, cuando el bienestar se ve afectado, surgen comportamientos negativos y hostiles, caracterizados por rigidez cognitiva que dificulta la regulación emocional. Esta dicotomía subraya que contar con los medios para mantener una trayectoria de crecimiento favorable es más importante para la salud mental que simplemente estar libre de conflictos.

2.2.2.1. Tipos de bienestar psicológico

Según Casullo y Castro (2000) son los siguientes:

El control situacional se describe como la sensación subjetiva de dominio sobre el entorno inmediato y la autocompetencia en relación con el bienestar. Casullo y Castro (2000) definen esta facultad como la capacidad del individuo para participar activamente en las circunstancias externas y regularlas, modificándolas estratégicamente para alcanzar sus metas e intereses. Este elemento, que refleja la capacidad del individuo para sentirse protagonista y gestor de su propia realidad, es crucial para el ajuste psicológico.

2.2.2.3. Enfoques acerca del bienestar psicológico

2.2.2.4. Teoría de Carol Ryff

Al enfatizar el funcionamiento humano positivo a través de seis características fundamentales, Carol Ryff propone un modelo multifacético de bienestar psicológico que trasciende la concepción hedonista de la felicidad. Estrada y Mamani (2020) afirman que este paradigma permite una evaluación exhaustiva del individuo, reconociendo que los sujetos pueden mostrar distintos grados de progreso en cada ámbito. Este enfoque es relevante porque el bienestar se define por un equilibrio general que ofrece una comprensión integral de la salud mental y la autorrealización, en lugar de por la perfección en cada ámbito.

El cuarto elemento es el dominio del entorno, que se describe como la capacidad de la persona para controlar un entorno acorde con sus propias necesidades e ideales. Según Ryff (1989), esta capacidad permite a la persona interactuar armoniosamente con su entorno, facilitando así el manejo de las exigencias del mundo exterior y el logro del equilibrio psicológico. El quinto eje del modelo, la autonomía, evalúa la capacidad de tomar decisiones por uno mismo y resistir la presión social. Esta cualidad es esencial para alcanzar el control personal y la autodeterminación, permitiendo al adolescente comportarse de acuerdo con sus convicciones internas.

2.2.2.5. Teoría de Ryan y Deci

La tradición hedonista, que enfatiza la búsqueda de la felicidad y la plenitud, y la tradición eudaimónica, centrada en el desarrollo del potencial humano y el pleno funcionamiento, son los dos enfoques básicos que sustentan la investigación moderna sobre el bienestar, según Ryan y Deci (2001). En este sentido, Kubovy (1999) recomienda que los investigadores que adoptan una perspectiva hedonista o «epicúrea» tengan en cuenta una comprensión más amplia de la satisfacción. Esta idea incorpora de forma holística tanto los placeres físicos como los procesos cognitivos y mentales superiores, en lugar de limitarse al placer sensorial.

2.2.2.6. Modelo teórico de la psicología positiva en el bienestar psicológico

A diferencia del bienestar subjetivo, el bienestar psicológico sugiere que la búsqueda de la excelencia y el desarrollo del potencial personal constituyen el objetivo primordial del crecimiento humano a lo largo de la vida. Desde la perspectiva de la psicología positiva, Seligman (2019) sostiene que el desarrollo de emociones placenteras y el fortalecimiento de los valores personales son tan importantes para la plenitud como la ausencia de enfermedad. Destaca que la intervención sistemática en estos aspectos no solo previene la inadaptación, sino que también mejora significativamente el bienestar y la calidad de vida del individuo.

Según Vázquez (2009), la psicología positiva se fundamenta en un modelo hipotético-deductivo cuyas bases teóricas se encuentran en la investigación sobre el bienestar psicológico iniciada por humanistas como Abraham Maslow y Carl Rogers. Waterman (1993) destaca por ser uno de los primeros teóricos en conceptualizar este tipo de bienestar desde esta perspectiva evolutiva, conectando la eudaimonía con el desarrollo de la "expresividad personal". Según esta teoría, el bienestar eudaimónico se manifiesta al participar en actividades que fomentan un vínculo estrecho con el individuo y generan sentimientos de vitalidad y plenitud interna al realizar el propio potencial.

De acuerdo con Díaz (2006), la felicidad es una valoración de la vida en su conjunto, caracterizada por el predominio de emociones positivas ante los acontecimientos, más que por un estado de plenitud perpetua. Partiendo de esta premisa, muchos expertos consideran que la satisfacción vital es el núcleo del bienestar psicológico. Los altos niveles de satisfacción se asocian a una actitud proactiva y a una baja frecuencia de estados afectivos negativos, ambos indicadores sólidos de bienestar general y ajuste emocional.

2.2.2.7. Dimensiones del bienestar psicológico

Una de las características es el control de las condiciones, que describe la percepción de la propia competencia y control, así como la capacidad de manipular las circunstancias y modificarlas para satisfacer las propias necesidades o intereses (Casullo y Castro, 2000).

De igual manera, la autoaceptación implica reconocer y abrazar cada faceta de uno mismo, incluyendo el pasado, sin ceder a la frustración de querer cambiarlo. Sugiere apreciar el propio físico, los sentimientos y las ideas, elementos que contribuyen a una autoimagen más positiva. Por otro lado, si tienes baja autoestima y te resulta difícil aceptarte tal como eres, puedes sentirte abrumado y tener dificultades para comenzar a realizar cambios en áreas que sí puedes controlar (Casullo y Castro, 2000).

La dimensión de vínculos psicosociales evalúa la capacidad de un individuo para relacionarse con los demás de manera sincera y transparente; de igual modo, si son capaces de tener relaciones satisfactorias con los demás, cultivarán relaciones que mejorarán su bienestar emocional; esto implica tener una mayor capacidad de empatía y apertura hacia las personas (Casullo y Castro, 2000).

Por último, según la dimensión de los proyectos, cada persona debe descubrir un propósito que dé sentido a su vida; deben establecer metas realistas y claras, teniendo en cuenta que el éxito de este esfuerzo dependerá de si somos capaces de obtener la mayoría de nuestros recursos; por lo tanto, los objetivos y metas de vida dan sentido, valor o propósito a la vida (Casullo y Castro, 2000).

III. Metodología

3.1. Tipo, Nivel y Diseño de investigación

Hernández y Mendoza (2018) afirmaron que un enfoque cuantitativo es la mejor manera de abordar las características y los requisitos de este estudio. Este método se basó en la recopilación de datos mediante la medición de variables, cuya expresión numérica permitió un análisis estadístico exhaustivo. Al garantizar la objetividad en el manejo de los datos, esta metodología facilita la identificación de tendencias de comportamiento y la extrapolación de los hallazgos de la muestra.

La investigación se clasifica como de tipo básica dado que el objetivo principal de la investigación era ampliar el conocimiento científico sin una aplicación práctica inmediata. Hernández-Sampieri et al. (2014) afirmaron que el objetivo de este tipo de investigación fue incrementar el conocimiento de los fenómenos sociales y potenciar la interacción entre los constructos teóricos.

Además, el estudio se realizó a nivel descriptivo. Hernández y Mendoza (2018) afirmaron que el objetivo principal de este tipo de investigación es caracterizar los rasgos, atributos y perfiles de individuos, grupos, procesos o eventos en un contexto particular. El alcance descriptivo permitió describir cómo se manifiestan las variables de investigación, recopilando datos metódicos e imparciales que contribuyen a nuestra comprensión de la realidad estudiada y a la interpretación de sus características clave.

El estudio empleó un diseño no experimental, caracterizado por la ausencia de manipulación intencionada de las variables independientes. Hernández et al. (2014) señalan que este diseño se distingue por la observación de sucesos en su entorno natural para su posterior estudio, sin alterar el tipo de datos recopilados. Además, el estudio es transversal, ya que los datos se recogieron en un único periodo preciso para caracterizar las variables y examinar su ocurrencia e interrelaciones en ese momento específico

El esquema del diseño no experimental fue el siguiente:

M —————> V1

Donde:

M: Estudiantes

V1: Bienestar psicológico

3.2. Población, muestra y muestreo

Población

La población estuvo conformada por 1050 estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2026 que cumplan con los criterios de elegibilidad:

Criterios de inclusión

- Estudiantes presentes al momento de la evaluación.
- Estudiantes cuyas edades oscilen entre los 12 y 17 años.
- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes que brinden su consentimiento informado para la investigación.

Criterios de Exclusión

- Estudiantes que no están matriculados en el presente año.
- Estudiantes que no cumplan con los criterios de inclusión
- Estudiantes que no tengan su consentimiento informado

Muestra

La muestra es una parte de la población seleccionada para recopilar datos y realizar el estudio. Su objetivo es reflejar fielmente a la población total, de modo que las características del fenómeno estudiado puedan examinarse sin necesidad de evaluar a cada individuo (Otzen y Manterola,2017). La muestra para este estudio estuvo compuesta por 282 miembros de la población estudiada, seleccionados para la recolección de datos en una institución educativa de Ayacucho.

Muestreo

El muestreo no probabilístico es una técnica de selección de participantes en la que no todos los integrantes de la población tienen la misma posibilidad de ser elegidos. La selección se realiza según criterios del investigador, accesibilidad o conveniencia del estudio (Otzen y Manterola,2017)

3.3. Definición y operacionalización de las variables

Tabla 1

Operacionalización de las variables

Variables de caracterización	Dimensiones / indicadores	Valores finales	Tipo de variable
Edad	Autodeterminación	Años	Numeral, continua, razón
Sexo	Autodeterminación	Femenino, Masculino	
			Categoría, nominal, dicotómica
Variable de interés	Dimensiones / indicadores	Valores finales	Tipos de variable
Bienestar psicológico	Control de situaciones.	Alto	Categoría, ordinal, politómica
	Vínculos psicosociales.	Medio	
	Proyectos personales.	Bajo	
	Aceptación de sí mismo.		

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información

3.4.1. Técnica

Se empleó la recopilación de datos psicométricos para obtener información sobre las variables relevantes. Este método se basa en el uso de ítems estandarizados que permiten cuantificar con gran precisión las características psicológicas. De acuerdo con los criterios técnicos del instrumento, este proceso facilita la obtención de un perfil completo de los individuos evaluados, transformando las respuestas subjetivas en datos métricos que representan la magnitud del constructo estudiado.

3.4.2. Instrumentos

La recolección de datos se sustentó en el uso de herramientas psicométricas estandarizadas: la Escala BIEPS-J. La elección de la BIEPS-J responde a su capacidad para

operacionalizar el bienestar psicológico mediante indicadores adaptados al contexto adolescente.

3.4.2.3. Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J

Para la evaluación del bienestar, se empleó la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J), desarrollada por Casullo (2002) en Argentina. Este instrumento de aplicación tanto individual como colectiva consta de 13 reactivos distribuidos en cuatro dimensiones: control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyectos. El formato de respuesta sigue una escala de tipo Likert de nivel ordinal. Respecto a sus propiedades psicométricas, la validez de contenido fue contrastada mediante el juicio de expertos, alcanzando coeficientes de V de Aiken superiores a 0.80 en pertinencia, relevancia y claridad. Asimismo, la confiabilidad se determinó mediante el coeficiente Alfa de Cronbach ($\alpha = 0.724$) y el método de mitades de Guttman, confirmando una consistencia interna adecuada para la población de estudio.

3.5 Método de análisis de datos

Tras la aplicación de los instrumentos, se utilizó Microsoft Excel para tabular los datos en una matriz ordenada. Posteriormente, la base de datos se exportó al software estadístico IBM SPSS (versión 27) para su procesamiento y análisis. En la primera fase, se calcularon medidas estadísticas descriptivas, incluyendo tablas de distribución de frecuencias y porcentajes.

3.6. Aspectos éticos

En el desarrollo de este estudio se seguirán las directrices éticas descritas en el Reglamento de Integridad Científica en la Investigación, versión 002-2025, de la Universidad Católica de Los Ángeles de Chimbote (Uladech Católica, 2025).

En primer lugar, se garantizó el respeto y la protección de los derechos de los participantes, resguardando su identidad, privacidad, creencias religiosas y diversidad cultural durante todo el proceso investigativo.

Asimismo, se considerará el principio de cuidado del medio ambiente, dado que el estudio no involucró la utilización de animales ni plantas, ni generó efectos adversos sobre el entorno natural.

Respecto al principio de libre participación, se aplicará mediante la obtención del consentimiento informado, documento a través del cual se comunicaron de manera clara los

objetivos, procedimientos y alcances de la investigación, permitiendo que cada participante decidiera voluntariamente su inclusión en el estudio.

En relación con el principio de beneficencia y no maleficencia, se procurará maximizar los beneficios potenciales de la investigación y minimizar cualquier riesgo o consecuencia negativa para los participantes, velando permanentemente por su bienestar e integridad.

Por otro lado, se observó el principio de integridad y honestidad, asegurando la transparencia, veracidad y objetividad en la recolección, análisis e interpretación de los datos. Del mismo modo, se evitó cualquier forma de manipulación u omisión de información, informando adecuadamente a los participantes sobre los posibles beneficios y riesgos asociados al estudio.

Finalmente, se respetó el principio de justicia, promoviendo un trato equitativo e imparcial hacia todos los participantes y evitando cualquier tipo de discriminación o sesgo, con el propósito de contribuir al bienestar común y al desarrollo responsable de la investigación científica.

IV. Resultados

Tabla 2:

Sexo de los estudiantes de una institución educativa de publica, Ayacucho, 2026

Genero	f	h%
Femenino	149	52.8%
Masculino	133	47.2%
Total	282	100%

Nota: De la población estudiada la mayoría (52.8%) fue del sexo femenino.

Tabla 3

Edad de los estudiantes de una institución educativa de publica, Ayacucho, 2026

Variable	Media	Moda	Máximos	Mínimos
Edad	15	15	17	13

Nota: De la población estudiada la edad promedio de los estudiantes fue de 15 años, siendo esta también la edad que se presentó con mayor frecuencia entre los participantes. Asimismo, la edad máxima registrada fue de 17 años y la mínima de 13 años.

Tabla 4

Nivel del bienestar psicológico de una institución educativa de Ayacucho, 2026.

Bienestar psicológico	f	h%
Bajo	158	56%
Medio	62	22%
Alto	62	22%
Total	282	100.0%

Nota: De la población estudiada la mayoría (56%) presenta un nivel bajo de bienestar psicológico.

Tabla 5

Nivel de control de situaciones en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2026.

Control de situaciones	f	h%
Bajo	212	75.2%
Medio	57	20.2%
Alto	13	4.6%
Total	282	100.0%

Nota: De la población estudiada la mayoría (75.2%) presenta un nivel bajo en la dimensión control de situaciones. Estos hallazgos indican que la mayoría de los participantes tiene dificultades para afrontar y manejar adecuadamente las situaciones que se presentan en su vida diaria.

Tabla 6

Nivel de vínculos psicosociales en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2026.

Vínculos psicosociales	f	h%
Bajo	158	56%
Medio	100	35.5%
Alto	24	8.5%
Total	282	100.0%

Nota: De la población estudiada la mayoría (56%) presenta un nivel bajo en la dimensión vínculos psicosociales. Estos hallazgos evidencian que la mayoría de los estudiantes presenta dificultades para establecer y mantener relaciones interpersonales positivas.

Tabla 7

Nivel de la dimensión proyectos personales de una institución educativa de Ayacucho, 2026.

Proyectos	f	h%
Bajo	158	56%
Medio	100	35.5%
Alto	24	8.5%
Total	282	100.0%

Nota: De la población estudiada la mayoría (56%) presenta un nivel bajo en la dimensión proyectos personales. Estos resultados indican que gran parte de los estudiantes tiene limitaciones para plantearse metas y objetivos futuros de manera clara.

Tabla 8

Nivel de la dimensión aceptación de sí mismo de una institución educativa de Ayacucho, 2026.

Aceptación de sí mismo	f	h%
Bajo	188	66.6%
Medio	82	29.1%
Alto	12	4.3%
Total	282	100.0%

Nota: De la población estudiada la mayoría (66.6%) presenta un nivel bajo en la dimensión aceptación de sí mismo. Estos hallazgos reflejan que la mayoría de los estudiantes presenta dificultades para valorarse y aceptarse de manera positiva.

V. Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo describir el nivel del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Ayacucho, 2026. Los resultados evidenciaron que el 56% de los participantes presenta un nivel bajo de bienestar psicológico, mientras que el 22% alcanzó un nivel medio y el 22% un nivel alto. Estos hallazgos sugieren que una proporción importante de estudiantes experimenta dificultades relacionadas con la satisfacción personal, el equilibrio emocional y la percepción positiva de su calidad de vida, aspectos fundamentales para un adecuado desarrollo durante la adolescencia.

Desde la perspectiva teórica, Casullo y Castro (2000) sostienen que el bienestar psicológico constituye una valoración subjetiva que expresa el grado de satisfacción con diversos aspectos de la vida, comprendiendo dimensiones relacionadas con el control de las situaciones, los vínculos psicosociales, los proyectos personales y la aceptación de sí mismo. Asimismo, Ryff plantea que el bienestar psicológico implica el desarrollo positivo del individuo, caracterizado por la capacidad para afrontar las demandas del entorno, establecer relaciones satisfactorias y desarrollar metas personales significativas. En ese sentido, los resultados encontrados reflejan que gran parte de los estudiantes presenta dificultades para desarrollar estos recursos psicológicos, lo que podría repercutir en su adaptación emocional, social y académica.

En relación con la validez interna del estudio, se empleó un instrumento psicométrico con adecuados niveles de confiabilidad y validez, además de criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos para la selección de los participantes. No obstante, la investigación presenta algunas limitaciones relacionadas con el uso de un muestreo no probabilístico por conveniencia y con el carácter transversal del diseño, el cual impide establecer relaciones causales entre las variables estudiadas. Asimismo, los resultados no pueden generalizarse a toda la población adolescente de Ayacucho, sino únicamente a los estudiantes que conformaron la muestra investigada.

Los hallazgos son parcialmente consistentes con lo reportado por Quispe (2021), quien encontró que el 63,3% de los adolescentes presentó niveles intermedios de bienestar psicológico, evidenciando que existe un grupo vulnerable que enfrenta dificultades relacionadas con las relaciones interpersonales, la autoestima y la regulación emocional. Del

mismo modo, Bozek et al. (2020) señalaron que los adolescentes con mayores niveles de bienestar psicológico presentan menores niveles de estrés y ansiedad y una mejor adaptación académica y personal. Sin embargo, los resultados del presente estudio difieren de los encontrados por Velasco (2024), quien reportó que el 57,2% de los adolescentes alcanzó niveles adecuados de bienestar psicológico, así como de Camayo y Rivera (2022), quienes identificaron niveles favorables de bienestar en la mayoría de los estudiantes evaluados. Estas diferencias podrían explicarse por las particularidades sociales, familiares y económicas del contexto ayacuchano, además de las condiciones propias del entorno educativo y familiar en el que se desarrollan los participantes.

Respecto a las dimensiones del bienestar psicológico, se encontró que el 75,2% de los estudiantes presenta un nivel bajo en control de situaciones. Este hallazgo indica que la mayoría de los participantes percibe limitaciones para afrontar adecuadamente las demandas cotidianas y adaptarse a las circunstancias de su entorno. Casullo y Castro (2000) señalan que esta dimensión se relaciona con la percepción de competencia personal y la capacidad para ejercer control sobre las situaciones que afectan la propia vida. Por ello, un nivel bajo podría reflejar dificultades para resolver problemas, tomar decisiones y enfrentar situaciones estresantes propias de la adolescencia.

Asimismo, el 56% de los estudiantes obtuvo un nivel bajo en vínculos psicosociales, evidenciando dificultades para establecer relaciones interpersonales satisfactorias. Estos resultados coinciden parcialmente con las investigaciones de Vallejos (2019) y Briones (2021), quienes destacan que un adecuado bienestar psicológico favorece las habilidades sociales y la adaptación personal. Las limitaciones observadas en esta dimensión podrían relacionarse con factores como las dificultades familiares, la escasa comunicación interpersonal y las demandas propias del contexto adolescente.

Por otra parte, el 56% de los participantes presentó un nivel bajo en proyectos personales, lo que evidencia limitaciones para establecer metas claras y desarrollar expectativas positivas respecto a su futuro. Casullo y Castro (2000) señalan que esta dimensión otorga sentido y propósito a la vida, permitiendo orientar las acciones personales hacia objetivos significativos. En consecuencia, las dificultades encontradas podrían repercutir negativamente en la motivación académica y en el desarrollo integral de los estudiantes.

Finalmente, la dimensión aceptación de sí mismo fue una de las más afectadas, registrando un 66,6% de estudiantes con niveles bajos. Este resultado sugiere que muchos adolescentes presentan dificultades para valorarse positivamente y reconocer sus fortalezas personales. De acuerdo con Casullo y Castro (2000), la aceptación de sí mismo implica reconocer y valorar las propias características personales, constituyendo un elemento esencial para la autoestima y el equilibrio emocional. Las limitaciones encontradas en esta dimensión podrían estar asociadas a factores propios del desarrollo adolescente, caracterizado por importantes cambios emocionales, sociales y personales que influyen en la construcción de la identidad.

Los resultados encontrados podrían estar asociados a las características del contexto en el que se desarrollan los estudiantes, donde factores familiares, sociales y económicos descritos en el planteamiento del problema pueden influir en la construcción de una autoimagen positiva. Asimismo, las exigencias propias de la adolescencia, los cambios emocionales y las relaciones interpersonales pueden dificultar la aceptación personal, contribuyendo a que la mayoría de los estudiantes presente niveles bajos en esta dimensión.

En las variables de caracterización de la población estudiada se halló que la mayoría de los participantes son de sexo femenino con una edad media de 15 años.

VI. Conclusiones

- Se concluye que el nivel predominante de bienestar psicológico en los estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2026, es bajo (56%).
- Respecto a las dimensiones de control de situaciones, se concluye que el 75,2% de los estudiantes obtuvo un nivel bajo.
- En la dimensión vínculos psicosociales, se encontró que el 56% de los estudiantes presenta un nivel bajo.
- En la dimensión de proyectos personales, se concluyó que el 56% de los participantes presenta un nivel bajo.
- Finalmente, se evidenció que el 66,6% de los estudiantes presenta un nivel bajo en la dimensión aceptación de sí mismo.
- La población estudiada se halló que la mayoría de los participantes son de sexo femenino (52.8%), con una edad media de 15 años.

VII. Recomendaciones

- Continuar con la investigación es la variable del bienestar psicológico para enriquecer la bibliografía así poder ampliar los conocimientos existentes en el tema.
- A la institución educativa, implementar programas de promoción y prevención en salud mental orientados al fortalecimiento del bienestar psicológico de los estudiantes, con el propósito de fortalecer y favorecer el desarrollo personal, emocional y social de los estudiantes.

Referencias bibliográficas

- Aguirre, A. (2020). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas del distrito del Rímac, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/47607>
- Bozek, A., Nowak, P. & Blukacz, M. (2020) The Relationship Between Spirituality, Health Related Behavior, and Psychological Well-Being, *Front. psychology*, 11(13), 11 23. doi: 10.3389/fpsyg.2020.01997
- Briones, H. (2021) Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa pública de Túcume [tesis de licenciatura - Universidad Señor de Sipán].
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10010/Briones%20Moya%2c%20Hilda.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Briones, k. (2019). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico (bieps- j) de ryff versión abreviada en adolescentes de la ciudad de Cajamarca* [Tesis de licenciatura, Universidad privada Antonio Guillermo Urrelo]. Universidad privada Antonio Guillermo Urrelo.
<http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/813/Briones%20Herrera%20K.V.%282018%29.Propiedades%20psicom%c3%a9tricas%20de%20la%20escala%20SPWB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Casullo, M., & Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1), 37–68.
<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840/6974>
- Camayo, E., & Rivera, C. (2022). *Estilos de crianza percibida y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa privada de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional de la Universidad San Ignacio de Loyola. <https://hdl.handle.net/20.500.14005/13173>
- Correa, E., & Flores, E. (2021). *Estilos de crianza y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes peruanos* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana Unión.

<https://repositorio.upeu.edu.pe/items/daa0c79c-b6ca-4041-b429-c27e1ffeadfa>

Curo, K., C. & Guerrero, J., M. (2024). Violencia familiar y resiliencia en adolescentes de una institución pública del Departamento de Ayacucho, Perú. *Rehuso*, 9(2), 28-39.

<https://doi.org/10.33936/rehuso.v9i2.5610>

De los Santos, X., & Gutiérrez, J. (2017). Medición del bienestar psicológico en adolescentes de educación media superior del Estado de México. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 6(1), 61-79.

<https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/13351>

Estrada, E., & Mamani, H. (2019). Funcionamiento familiar y agresividad en estudiantes de educación primaria de Puerto Maldonado. *Peruvian Journal of Health Care and Global Health*, 3(2), 70–74. <http://52.37.22.248/index.php/hgh/article/view/45>

Estrada, E., Serpa, A., Misare, M., Pomahuacre, J., Barrios, Z., & Pastor, M. (2017). Análisis exploratorio y confirmatorio de la escala de estilos de crianza familiar (ECF-29) en estudiantes del nivel secundario. *Psiquemag*, 6(1), 279–290.

<https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/psiquemag/article/view/167/158>

García Sulca Arheli Fiorella. Comportamientos saludables y conductas de riesgo en estudiantes de educación secundaria en Ayacucho, Perú: Un estudio transversal. 2024;9(2). <https://rpmi.pe/index.php/rpmi/article/view/790/846>

Gaxiola, J. (2016). El Bienestar Psicológico: Una mirada desde Latinoamérica. Universidad de Sonora. Qartuppi. <https://doi.org/10.29410/QTP.16.09>

Gottman, J. (1997). *Hacer familia*. República dominicana. Editorial Arco de plata

Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. (3ra Edición) Editorial: McGraw Hill.

<https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>

Hernández, S., y Duana, D. (2020). Técnicas e instrumentos de recolección de datos. *Boletín Científico de Las Ciencias Económico Administrativas Del ICEA*, 9 (17) 51–53. <https://doi.org/10.29057/icea.v9i17.6019>

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (6ª Edición). México D.F: McGraw-Hill / Interamericana Editores, S.A.

<http://investigacionmetodologicaderojas.blogspot.com/2017/09/poblacion->

[ymuestra.html](#)

- Hidalgo Espir, A. V., & Laura Ore, Y. L. (2022). *Rasgos de personalidad y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional USIL. <https://hdl.handle.net/20.500.14005/12851>
- Kubovy, M. (1999). Sobre los placeres de la mente. *PsycNet*, 1(3), 134–154. <https://psycnet.apa.org/record/1999-02842-007>
- Llanos Valencia D. C. (2021). *Parental Parenting Styles and School Behavior in 4 and 5-year-old infants in an Educational Institution in the San Martín de Porres district, 2020*. [Bachelor's thesis, Cesar Vallej University] https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/58778/Llanos_VDC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Maganto, C., Peris, M., & Sánchez, 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>
- Medina, R., & Jaramillo, L. (2020). Covid estrés postraumático. *Preprint-Scielo*. <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/452/560>
- Nuria, R. y Raquel, G. (2022) Relación entre bienestar psicologico, estilos y estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en alumnado español adolescente, Estudios pedagógicos, 07052022000100273
- Ñañez, M., Lucas, G., Gómez, R., & Sánchez, R. (2022). El Covid-19 en la salud mental de los adolescentes en Lima Sur, Perú. *horizonte de la ciencia*, 12(22) 219-231. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2022.22.1081>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Quispe, N. (2021). *Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa publica Ayacucho* [Tesis de licenciatura, Universidad

católica

Rebaza, R. (2021). Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Victor Larco, 2019 [Tesis de licenciatura - Universidad Cayetano Heredia], Lima - Perú.

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9667/Resiliencia_RebazaReyes_Rocio.pdf?sequence=3

Ryan, M., & Deci, L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>

Ryff, D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Sandoval, S., Dorner, A. y Véliz, A. (2021). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación educ. médica*, 6(24), 260-266.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.riem.2017.01.004>

Sanchis, A. (2021) Bienestar psicológico en adolescentes: Influencia de la personalidad y la regulación emocional materna [Tesis de licenciatura – Universidad Católica de Valencia “San Vicente Mártir”].
https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/2167/Sanchis%20Sanchis%2c%20Alejandro_Tesis%20definitiva.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Saavedra, R. (2020). Salud mental positiva y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería. 20016. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Trujillo Perú]
<http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/8641>

Seligman, P. (2019). Positive psychology: A personal history. *Annual Review of Clinical Psychology*, 15, 1–23. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050718-095653>

Suárez-Miñaca, D., & Shugulí Zambrano, C. (2023). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes institucionalizados. *Psicología Unemi*, 7(12).
<https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol7iss12.2023pp65-76p>

Vásquez, C., & Hervás, G. (2009). *La ciencia del bienestar: Fundamentos de la psicología positiva*. Alianza Editorial. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=556800>

- Vallejos Dávila, S. A. (2019). *Estilos de personalidad y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo, 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional USS. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/6958>
- Vega, D., & Díaz, C. (2018). *Bienestar psicológico en adolescentes*. Revista Psyconex, 9(15), 1–11. Universidad de Antioquia. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/330992>
- Waterman, S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678–691. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>
- Velasco, E. (2024) *Relación entre bienestar psicológico y autoestima en adolescentes de una institución educativa, Piura, 2024* [Tesis de licenciatura - Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/39762>

Anexo 01. Instrumento de recolección de datos

ESCALA BIEPS-J

Te pedimos que leas con atención las frases siguientes y escribe el número que consideres adecuado en la hoja de respuesta, en base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No dejes frases sin responder.

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

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

Anexo 02. Formato de consentimiento informado u otros



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

Consentimiento informado

20 de mayo de 2026

Estimado:

La Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote apoya la práctica de obtener el consentimiento informado de, y proteger a, los sujetos humanos que participen en investigación.

La siguiente información tiene por objeto ayudarle a decidir si aceptará participar en el presente estudio. Usted está en libertad de retirarse del estudio en cualquier momento.

Para tal efecto se le pedirá que responda a la ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO PARA ADOLESCENTES BIEPS - J. Nos interesa estudiar **descripción del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Ayacucho, 2026**. Nos gustaría que usted participara de esta investigación, pero tal participación es estrictamente voluntaria. Les aseguramos que su nombre no se mencionará en los hallazgos de la investigación. La información sólo se identificará mediante un código numérico.

Si le gustaría tener información adicional acerca del estudio antes o después que finalice, puede ponerse en contacto con cualquiera de nosotros por teléfono o por correo.

Agradecemos su atención y apreciamos su interés y cooperación.

Atentamente,

Alfredo Gaspar Ventura

Estudiante de psicología de la ULADECH Católica

3123192017@uladech.edu.pe

Nombres Apellidos:

DNI N°:

PROTOCOLO DE ASENTIMIENTO INFORMADO

Mi nombre es **Alfredo Gaspar Ventura** y estoy haciendo mi investigación, la participación de cada uno de ustedes es voluntaria.

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

- Tu participación es totalmente voluntaria. Si en algún momento ya no quieres seguir participando, puedes decírmelo y volverás a tus actividades.
- La aplicación de los test que tendremos será de 20 minutos máximos.
- En la investigación no se usará tu nombre, por lo que tu identidad será anónima.
- Tus padres ya han sido informados sobre mi investigación y están de acuerdo con que participes si tú también lo deseas.

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

¿Quieres participar en la investigación Descripción del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Ayacucho, 2026?	Sí	No
--	----	----

Fecha:

Anexo 03 Ficha técnica

Ficha técnica del instrumento

Nombre del instrumento: 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

28- 32 =Bienestar Psicológico Bajo

33-38 = Bienestar Psicológico Medio

39 = Bienestar Psicológico Alto

Dimensiones e Ítems:

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

Escala de medición: Ordinal Likert

En desacuerdo= 1 punto

Ni de acuerdo ni en desacuerdo = 2 puntos

De acuerdo= 3 puntos

Numero de ítem: 13

Características:

El instrumento bienestar psicológico BIEPS-J, fue creado por María Casullo (2002) en Argentina, teniendo como objetivo evaluar el bienestar psicológico en adultos, su muestra se centró en los moradores de la ciudad de Buenos Aires y de zonas urbanas, sus edades oscilaban de 19 a 61 años.

Descripción del instrumento:

La Escala De Bienestar Psicológico Para Jóvenes, cuya autora es María Martina Casullo, quien se sustentó 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.

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.

Anexo 04 Matriz de consistencia

Enunciado	Objetivos	Hipótesis	Variable(s)	Dimensiones / Indicadores	Metodología
Descripción del bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa, Ayacucho, 2026.	Describir el nivel del bienestar psicológico de una institución educativa de Ayacucho, 2026. objetivos específicos Describir el nivel de la dimensión control de situaciones en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2026. Describir el nivel de la dimensión vínculos psicosociales en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2026. Describir el nivel de la dimensión proyectos personales de una institución educativa de Ayacucho, 2026 Describir el nivel de la dimensión aceptación de sí mismo de una institución educativa de Ayacucho, 2026.	No aplica	bienestar psicológico	Aceptación de sí mismo /Control de situaciones. -Control -Aceptación de su persona. Autonomía -Independiente -Asertividad. Vínculos -Confía en los demás -Empático. Proyectos -Metas a futuro Valía Personal -Valoración positiva o negativa del auto concepto. Capacidad personal. -Capacidad de hacer con éxito lo que se propone.	Tipo: Cuantitativo Nivel: Descriptivo Diseño: No experimental Corte transversal Población y muestra Estudiantes de educación secundaria de una institución educativa, Ayacucho. Instrumentos: Bienestar Psicológico para Adolescentes BIEPS-J