



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

**RELACIÓN ENTRE BIENESTAR PSICOLÓGICO Y
AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA, AYACUCHO 2022**

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

AUTORA

CHAVEZ LOZANO, EDITH

ORCID: 0000-0003-0918-489X

ASESOR

MORALES LOPEZ, LUIS HESNEIDE

ORCID: 0000-0003-0957-2577

CHIMBOTE – PERÚ

2023



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0145-121-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **11:40** horas del día **04** de **Agosto** del **2023** 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:

VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA Presidente
ABAD NUÑEZ CELIA MARGARITA Miembro
GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR Miembro
Dr. MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **RELACIÓN ENTRE BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, AYACUCHO 2022**

Presentada Por :
(3123152078) **CHAVEZ LOZANO EDITH**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **15**, 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:

VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA
Presidente

ABAD NUÑEZ CELIA MARGARITA
Miembro

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR
Miembro

Dr. MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: RELACIÓN ENTRE BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, AYACUCHO 2022 Del (de la) estudiante CHAVEZ LOZANO EDITH , asesorado por MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 23% 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, 26 de Agosto del 2023

Mg. Roxana Torres Guzmán
Responsable de Integridad Científica

Agradecimiento

Agradezco primeramente a Dios que con su bendición, amor y bondad me permite sonreír ante todos mis logros que son el resultado de su ayuda.

A mi pareja Ivan Bellido Baez y a mi madre Angelica Lozano Arango por confiar en mí que siempre me motivaron para que terminara con este proyecto y por su apoyo incondicional.

Dedicatoria

Este proyecto de investigación va dedicado a mi pareja Ivan Bellido Baez que con su paciencia me permitió y me apoyo para cumplir con uno de mis sueños, aunque pasamos por momentos siempre ha estado brindándome su comprensión, cariño y amor.

A mi amado hijo Angel Mateo por ser mi fuente de motivación e inspiración para poder superarme cada día más y así luchar para que la vida nos depare un futuro mejor.

A mi madre Angelica Lozano Arango quien sus palabras de aliento no me dejaban decaer para que siguiera adelante y siempre sea perseverante y cumpla mis sueños.

Resumen


Este presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho en el año 2022. La investigación fue de diseño no experimental de nivel descriptivo correlacional de corte transversal que considero una muestra de 67 estudiantes quienes fueron seleccionados por un muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Bieps-J: Bienestar Psicológico de María Martina Casullo (2002) y la Escala de Autoestima de Rosemberg (1965). Referente a los resultados indican que si existe relación estadística entre las variables con un p-valor 0.021, que está por debajo del nivel de significancia ($p < 0.050$), en cuanto al nivel del bienestar psicológico se obtuvo que el 62.7% tiene un nivel promedio y el 89.6% un nivel medio de autoestima.

Palabras Clave: Bienestar psicológico-Autoestima-Estudiantes

Abstract

This present research work had the objective of determining the relationship between psychological well-being and self-esteem in students of an educational institution in the city of Ayacucho in the year 2022. The research was of a non-experimental design of a cross-sectional correlational descriptive level that I consider a sample of 67 students who were selected by a non-probabilistic convenience sampling. For data collection, the Bieps-J Scale was used: Psychological Well-being by María Martina Casullo (2002) and the Rosenberg (1965) Self-esteem Scale. Regarding the results, they indicate that if there is a statistical relationship between the variables with a p-value of 0.021, which is below the level of significance ($p < 0.050$), regarding the level of psychological well-being, it was obtained that 62.7% have a level average and 89.6% a medium level of self-esteem.

Psychological well-being-Self-Esteem-Students



Índice de contenido

| | |
|--|----|
| Acta de Sustentación | 2 |
| Agradecimiento | 3 |
| Dedicatoria | 4 |
| Resumen | 5 |
| Abstract | 6 |
| Índice de contenido | 7 |
| Índice de tablas | 9 |
| Índice de figura | 10 |
| I. Planteamiento del Problema | 11 |
| II. Marco Teórico | 13 |
| 2.1. Antecedentes: | 13 |
| 2.1.1 Antecedentes Internacionales: | 13 |
| 2.1.2 Antecedentes Nacionales: | 14 |
| 2.1.3 Antecedentes Regionales: | 15 |
| 2.2. Bases teóricas: | 16 |
| 2.2.1. Bienestar psicológico: | 16 |
| 2.2.1.2. Bienestar Psicológico: | 16 |
| 2.2.2. La Autoestima: | 18 |
| 2.3. Hipótesis: | 22 |
| III. Metodología | 23 |
| 3.1. El tipo, nivel y diseño de la investigación | 23 |
| 3.2. Población y muestra | 23 |
| 3.3. Operacionalización de variables | 25 |
| 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos | 27 |
| 3.4.1. Técnica | 27 |

| | | |
|---|----|----|
| 3.4.2. Instrumentos | 27 | |
| 3.5. Método de análisis de datos: | 27 | |
| 3.6. Aspectos éticos | 27 | |
| IV. Resultados | 29 | |
| Discusión | 32 | |
| V. Conclusiones | 34 | |
| VI. Recomendaciones | 35 | |
| Referencias bibliográficas | 36 | |
| ANEXO | 43 | |
| Matriz de consistencia | 43 | |
| Apéndice A. Instrumento de evaluación | 44 | |
| Validez y Confiabilidad de los instrumentos | 46 | |
| Apéndice E. Ficha técnica del instrumento de evaluación | 46 | |
| Apéndice B. Consentimiento informado | 51 | |
| Documento de aprobación para la recolección de la información | 52 | |
| Evidencias de ejecución | | 53 |

Índice de tablas

| | |
|----------------------|----|
| Tabla 1 | 29 |
| Tabla 2 | 30 |
| Tabla 3 | 37 |
| Tabla 4 | 37 |

Índice de figura

| | |
|----------------------|-----------|
| Figura 1..... | 36 |
|----------------------|-----------|

I. Planteamiento del Problema

La Organización Mundial de la Salud (2020) nos dice que uno de cada siete adolescentes de diez a diecinueve años tiene un trastorno mental. De acuerdo a distintos estudios, algunos de las enfermedades de la salud mental más frecuentes en los estudiantes (etapa clave del desarrollo) son las alteraciones del estado anímico, déficit de atención, ansiedad u otros trastornos de la conducta, depresión, trastornos alimenticios (bulimia, anorexia), comportamientos de peligro como el consumo de sustancias adictivas. Asimismo, el quitarse la vida es la cuarta consecuencia de muertes entre las personas jóvenes de quince a veintinueve años.

Según el Diario el Comercio (Citado por Almeyda, 2021) realizó una encuesta a estudiantes adolescentes limeños, el 92.2% de los cincuenta y uno adolescentes sintieron la necesidad de buscar o recibir atención psicológica; sin embargo, el 68.6% no pidió ayuda. Ésto indica que a pesar de que hay un mayor porcentaje de estudiantes que acepten el malestar, más de la mitad no pudieron pedir ayuda. El resultado de la encuesta dieron tres causas principales la vergüenza (21.7%), falta de confianza con los padres (60.9%) y lo económico (30.4%). La constante comunicación entre padres e hijos y la gran importancia de la salud mental son aspectos fundamentales para el bienestar psicológico de los adolescentes, dado que más del 40 % buscan primero a sus padres antes que a otros individuos de su entorno. Por ésta razón, se debe tomar en cuenta sobre el apoyo, la confianza y la comunicación que se mantiene en los hogares y de que manera podrian mejorar en caso de que no sea la adecuada.

Por otro lado, según la Encuesta Demográfica y de la Salud Familiar (2018) realizó una encuesta a 25.000 adolescentes en el Perú, una cuarta parte de los estudiantes entre siete y diecisiete años de edad tienen baja autoestima y aceptan haber sufrido o sufren ansiedad, depresión y estrés post traumático. Más de la mitad de los estudiantes (51%) indican que existen pocas personas en quien confiar, el 32 % mencionaron que algunos instantes piensan "no soy bueno o no tengo remedio"; el 28 % indicó "No me gusta mi propia manera de ser"; el 23% indicó "Sí quiero nacer de nuevo, quiero ser diferente de mi propio estilo de vida"; el 20% mencionó que piensa "Soy más débil que los demás" cuando se les cuestionó que piensan de la autoestima el 38 % de los estudiantes mencionaron que no tienen nada que presumir.

Huapaya (2017) indica que los estudiantes que tienen una autoestima elevada muestran estrategias de afrontamientos frente al estrés más apropiados en cotejo con quienes tienen un nivel bajo de autoestima. Sin duda los estudiantes que tienen baja autoestima son poco organizados, muestran poca motivación, no dedican su tiempo para poder estudiar y tienen poca capacidad para enfrentar nuevas metas. Está comprobado que los estudiantes que tienen una buena autoestima gozan de más asertividad, aprenden con facilidad, son empáticos y son más creativos.

La presente investigación se llevó a cabo para estudiar la relación que existe entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho del año 2022.

El presente trabajo se justificó debido que los adolescentes se encuentran en un proceso de cambios tanto psicológico como hormonal, en el cual los lleva a enfrentar diferentes situaciones de un modo distinto y en otros casos los resultados podrían venir acompañados de reflejos en actitudes de baja autoestima en el cual afectaría su bienestar psicológico por ese motivo se buscó demostrar la relación que existe entre las dos variables.

Esta presente investigación es de gran ayuda dado que otorga información acerca de dos temas fundamentales para prestar atención a los estudiantes que están en la etapa de la adolescencia. De igual modo, éste aporte es importante en el ámbito educativo, de este modo se conseguiría poner en práctica Programas de Intervención en favor a la población estudiada.

En el cual se planteó el objetivo general determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de una institución educativa, de la ciudad de Ayacucho del año 2022.

También se consideró dos objetivos específicos: Determinar el nivel de bienestar psicológico y determinar el nivel de la autoestima.

II. Marco Teórico

2.1. Antecedentes:

2.1.1 Antecedentes Internacionales:

García (2019) en su investigación que tuvo como objetivo analizar las relaciones entre el bienestar psicológico con la autoestima, la autoeficacia, el malestar psicológico y los síntomas depresivos en una muestra de 188 adolescentes entre 12 a 15 años de edad en Montevideo, México, encontró que no existe relación entre la autoestima y el bienestar psicológico. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Autoestima de Rossemberg Modificada (RSES); y para la variable bienestar psicológico, Escala Bips- J de María Martina casullo. Su estudio fue de nivel descriptivo correlacional y de enfoque cuantitativo indica además diferencias estadísticamente significativas de acuerdo al sexo en los niveles de autoestima concretamente mayor en el sexo masculino, en cambio mayores niveles de malestar psicológico y sintomatología depresiva en el sexo femenino.

Delgado & Tejeda (2020) realizaron un estudio con el objetivo analizar los niveles de bienestar psicológico en adolescentes de Latinoamérica. El diseño de investigación fue una revisión narrativa en una muestra que fue conformada por 20 documentos publicados entre tesis, artículos de revista entre otros. Los instrumentos más utilizados en dicha revisión fueron la Escala de Ryff y la Escala BIEJ-s. Se concluye que el 90% de estudiantes presentaban niveles adecuados en torno al bienestar psicológico y dicho porcentaje presentaba tendencia a tener mejores rendimientos académicos y conductas dentro de las aulas.

En Ecuador, Moreta, Gabior y Barrera (2017) realizaron un estudio con el objetivo de identificar el nivel de autoestima de los estudiantes de una institución educativa en la ciudad de Cuenca. El diseño de la investigación fue de tipo descriptivo y la muestra estuvo constituida por 246 estudiantes de ambos sexos. El instrumento utilizado fue la Escala de Autoestima de Rossemberg en donde se concluye que el 59% de la muestra presenta niveles altos de autoestima, asimismo, no se encontraron diferencias significativas con relación a la edad y género.

2.1.2 Antecedentes Nacionales:

Tapia (2022) en su investigación tuvo como objetivo señalar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes del primer ciclo de psicología de una universidad privada en la ciudad de Lima; a través de la metodología de enfoque cuantitativo, de tipo básico, diseño no experimental, corte transversal; de alcance descriptivo correlacional, la muestra de tipo probabilística estuvo conformada por 149 estudiantes a quienes se les aplicó como instrumento dos cuestionarios: siendo así el cuestionario adaptado de la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y, por otro lado, el cuestionario adaptado de la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS (A). Los resultados descriptivos denotan que el 45% de los estudiantes perciben a la autoestima en un nivel bajo y; el 41,6% considera al bienestar psicológico en un nivel bajo. Por lo que se concluyó que si existe relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes.

Ramos (2019) en su investigación tuvo como propósito describir el nivel bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa en Cajamarca, el diseño de la investigación fue no experimental, transversal y de tipo descriptivo; para medir la variable bienestar psicológico se utilizó la escala de Ryff (Scales of Psychological Well-Being, SPWB); la muestra lo conformaron 376 estudiantes. Los resultados arrojan que el nivel de desarrollo representativo del bienestar psicológico de los estudiantes promedio.

Helguero (2018) en su investigación tuvo finalidad establecer si existe algún vínculo entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa República del Perú de la ciudad de Tumbes, con respecto al diseño no hubo la manipulación de ninguna de las variables, y se obtuvo los datos en un único momento el cual tuvo como población a 80 estudiantes, y finalmente se tuvo como conclusión que no hay la existencia de un vínculo de relación significativo en cuanto a los niveles de ambas constructos en dichos participantes.

Levano (2018) en su investigación tuvo como propósito identificar el nivel de autoestima de los estudiantes del primer grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa “Chinchaysuyo” de la ciudad de Chíncha. El estudio fue de enfoque cuantitativo, de tipo básica y diseño descriptivo simple. La muestra fue no probabilística de tipo intencional constituida por 123 estudiantes. El instrumento de recogida de información

empleado fue el test estandarizado de Rosenberg. Los resultados de la investigación demuestran que el nivel de autoestima es medio en los estudiantes.

Lengua & Canales (2021) en su investigación tuvo como objetivo principal analizar la relación que existe entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de una institución educativa pública, en el contexto de Emergencia Sanitaria de la ciudad de Ica. Asimismo, la metodología del estudio fue de tipo cuantitativo, transversal, no experimental y de nivel correlacional; asimismo, la población y muestra fueron conformadas por 180 estudiantes, cuyas edades fluctúan entre los 13 y 17 años de edad. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Autoestima de Coopersmith (SEI) y la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J). Se concluye que existe una conexión significativa, positiva y considerable entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de tercero a quinto año de secundaria de una institución educativa pública en el contexto de Emergencia Sanitaria de la ciudad de Ica.

2.1.3 Antecedentes Regionales:

Cordero (2018) En su investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de autoestima en los adolescentes estudiantes del primero al quinto grado de secundaria de la Institución Educativa “Fe y Alegría” N° 50 del Distrito San Juan Bautista de la Provincia de Huamanga del departamento de Ayacucho. Se utilizó una metodología descriptiva, enfoque cuantitativo y un diseño no experimental de corte transversal y se tuvo como muestra 180 adolescentes del primero al quinto grado de secundaria, a quienes se le aplicó la Escala de Autoestima de Rosenberg. Por tal motivo la presente investigación concluye que más de la mitad de los adolescentes no tienen problemas de autoestima ya que más de la mitad de los estudiantes tienen un nivel elevado de autoestima y tan solo un porcentaje pequeño de 4.8% de adolescentes tienen un nivel de autoestima baja.”

Astucuri (2017) La presente investigación tuvo como objetivo conocer los Niveles de Autoestima en estudiantes del 5to de Secundaria de la Institución Educativa Pública “Abraham Valdelomar” del Distrito Carmen Alto de la provincia de Huamanga del Departamento de Ayacucho. La metodología es el enfoque cuantitativo de nivel descriptivo, diseño no experimental y de corte transversal y se tuvo como muestra 60 estudiantes, a quienes se le aplica la Escala de Autoestima de Rossemberg. Se concluyó que los estudiantes obtuvieron un nivel alto de autoestima, sin embargo, podría tratarse de

la percepción que tienen los estudiantes de la autoestima y un porcentaje bajo o nulo en el nivel de autoestima baja.

2.2. Bases teóricas:

2.2.1. Bienestar psicológico:

2.2.1.1. Definiciones

Casullo (2002, citado en Florenzano 2003) lo define al bienestar como una valorización subjetiva “de estar bien” que expresa la satisfacción de uno mismo, del confort y de la comodidad que consideramos como algo positivo o adecuado, así como para la salud mental o física, el éxito económico y el éxito social de las personas.

2.2.1.2. Bienestar Subjetivo:

El bienestar subjetivo está determinado como una evaluación cognitiva y afectiva que un individuo realiza de su vida, esta evaluación contiene tanto reacción emocional a sucesos, como un juicio sobre el placer y el poder. (Arias, 2015)

El bienestar subjetivo está conformado por las subsiguientes dimensiones: el afecto positivo, satisfacción con la vida y el afecto negativo.

La dimensión del placer está enfocada con el humano y su propia vivencia en un término positivo, la dimensión del afecto positivo se enfoca a una percepción que obtiene el humano de su estado anímico positivo y finalmente la dimensión que se enfoca en el afecto negativo, está unida a una percepción que obtienen los humanos del estado anímico negativo que se experimenta.

2.2.1.2. Bienestar Psicológico:

El bienestar psicológico implica una valorización subjetiva que cada individuo tiene sobre su propia vida. Esta valorización resulta muy favorable en tanto en que exista una igualdad entre metas alcanzadas y expectativas vitales. El bienestar psicológico se interpreta como una adaptación y satisfacción personal. (Molina, Meléndez & Navarro, 2006)

Según (Veenhoven, 2013) el bienestar psicológico es el grado en que una persona califica su propia vida en conclusiones positivas, es decir, que la persona evalúa la vida en una medida de sentirse satisfecho con la vida que lleva.

Para Diener, Suh y Oishi (1997, citado en Delgado , 2020) el bienestar psicológico es un indicador subjetivo y positivo de la salud mental que impulsa un adecuado nivel de adaptación al entorno, se basa en el desarrollo de una vida plena del potencial del individuo y evaluado de modo multidimensional que se aprecia en aspectos afectivos, salugénicos y afectivos.

Carol Ryff (1995, citado en Perez, 2017) lo definió al bienestar psicológico como un todo, que está conformado de seis áreas del desarrollo vital de los individuos, motivando un buen funcionamiento de la salud. Estas dimensiones son: las relaciones positivas, el crecimiento personal, la auto aceptación, la autonomía, el dominio del entorno y propósito de vida.

Autoaceptación: es el modo de vivir de una forma consciente es decir la actitud que tiene una persona de sí mismo al momento de aceptar sus virtudes y defectos, sin reproches, ni juicios.

Relaciones positivas con los otros: las relaciones positivas son cuando dos o más individuos tienen un contacto que comparten pensamientos, valores, ideas, trabajo y estudios; logrando niveles altos de empatía, solidaridad, comprensión, compromiso y aceptación con la sociedad.

Autonomía: incida libertad en tomar las decisiones y la confianza en uno mismo y actuar de manera asertiva. El individuo que presenta autonomía tiene un “locus interno del control, es capaz de evaluarse y no busca aprobación de los demás”.

Dominio del entorno: es la aptitud del individuo de poder crear y elegir lugares adecuados a su condición del mismo, beneficiándose de las conveniencias que suceden a su entorno.

Crecimiento personal: Se basa en las necesidades de los individuos de poder desarrollar su crecimiento personal, potencial y mejorar como individuo.

Propósito de vida: el propósito de vida son las razones o la razón por las que las personas se levantan en las mañanas, esas motivaciones propias que dan un sentido significativo y de dirección a su propia vida.

De este modo Ryff (1989, citado en Pilar, 2018) menciona que el Bienestar Psicológico cambia dependiendo a las características individuales, así como la cultura, sexo y edad, involucrando que el individuo cada vez está desarrollando y experimentando

un alto bienestar psicológico en lo cual es responsable a causa a que tiene una buena percepción en la sociedad y de su propia vida.

2.2.2. La Autoestima:

2.2.2.1. Definiciones:

La autoestima es muy importante para comprender los comportamientos que realiza la persona, asimismo ésta va cambiando durante la niñez y la adolescencia a causa de las vivencias y experiencias vividas del individuo, así como la valorización (Rosenberg, 1979).

Según Rosenberg (citado en Aguilar, 2019) la autoestima es como un sentimiento a uno mismo, que podría ser negativo o positivo, en el que se construye mediante una evaluación de las mismas características de la persona. El desarrollo de la autoestima inicia en la infancia media, donde la persona compara su “yo ideal” con un “yo real” y con su entorno.

Escudero (2019) menciona que la autoestima es una serie de conjuntos de pensamientos, sentimientos, percepciones y evaluaciones de actitudes dirigidas a nosotros mismos, así como la manera de actuar y los rasgos de nuestro cuerpo. En conclusión, podemos decir en un punto de vista de uno mismo. Un individuo con una mayor autoestima es aquel que tiene un alto sentido de valor y confianza de sí mismo; teniendo una motivación, entusiasmo y fuerza de voluntad para lograr con sus metas.

Eagly (2005) considera a la autoestima como el desarrollo de la identidad que implica a la evaluación de uno mismo, analizando las conductas y creencias, tomando en consideración los sentimientos, las habilidades sociales y el sentido de pertenencia conforme al autoconcepto.

2.2.2.2. Dimensiones De La Autoestima:

Rosenberg (1979) menciona que la autoestima tiene dos dimensiones:

Valia Personal: Es el sentimiento de ser una persona buena y que merece ser tratada con respeto, en otras palabras, sin importar su actuar, la persona reconoce y acepta que tiene un valor esencial simplemente por ser.

Satisfacción con uno mismo: Es un estado elevado de bienestar que tienen los individuos, se trata de tener paz mental y de estar bien con uno mismo por las acciones realizadas para complacerse a uno mismo y los resultados obtenidos por realizar dichas acciones. (Zegers, 2009)

2.2.2.3. Niveles De Autoestima:

Según Martínez (2017) existen tres niveles de autoestima:

Autoestima Alta: la autoestima alta indica aceptación y autoconfianza de sus propias limitaciones, es decir es una persona que se siente valiosa, aceptada por los demás y útil.

Autoestima Media: la autoestima media son personas que presentan gran inestabilidad, puesto la autoestima de cada persona cambia de acuerdo a su contexto.

Autoestima Baja: Es la incapacidad, inseguridad, ansiedad, dependencia e indecisión que una persona con baja confianza tiene. (Mruk, 1998)

2.2.2.4. Componentes De La Autoestima:

Para autores, así como (Alcantara, 2004) nos dice que la autoestima tiene tres componentes:

Componente Cognitivo: son los conocimientos y las creencias de uno mismo, es decir la calificación negativo y positivo hacia uno mismo, así como la inseguridad o seguridad, incapacidad o capacidad de diferenciar en quien confiar y la autoimagen.

Componente Afectivo: son los sentimientos y las emociones, algunas de las características son: temor o confianza, confusión o claridad, depresivo o estado alegre e insensibilidad o sensibilidad a las emociones. Es decir, es la gestión de las emociones negativas o positivas que experimentamos en cada instante de nuestra vida. "Hay muchas cosas de mí que me gustan" o "No hago nada bien, no tengo sentido".

Componente Conductual: es la conducta, otras de las características son: buena o falta de comunicación, no asertivo o asertivo, conformismo o búsqueda de la excelencia y una actitud dispuesta a apoyar o defensiva. En este nivel entra en juego la responsabilidad y la autoconfianza, la habilidad y la capacidad que mostramos para conseguir con nuestras metas.

2.2.2.5. La Autoestima Como Concepto Multidimensional:

Según el autor (Bonet, 1997) la autoestima se define como el conjunto de pensamientos, evaluaciones, percepciones, tendencias y sentimientos de conductas dirigidas a uno mismo. Una de sus fundamentales contribuciones fue sus seis "Aes de la autoestima" (Aprecio, aceptación, afecto, atención, auto consciencia, apertura y afirmación) conceptos multidimensionales que describe los pasos de como alcanzar una autoestima saludable.

Aprecio es la valoración de uno mismo como persona, es decir independientemente de lo que pueda obtener, de tal modo que considere diferente o igual.

Aceptación indulgente de sus debilidades, limitaciones, fracasos, errores y aceptación calmadamente las cualidades desagradables de su propia personalidad.

Efecto, actitud positiva así mismo, es decir que se sienta bien con uno mismo.

Autoconciencia, esto quiere decir darnos cuenta de todo lo que nos rodea en nuestro mundo interior y oírse a uno mismo amablemente.

Atención, es el cuidado físico o mental.

Apertura, conducta abierta y atenta a los otros, es decir comprendiendo de que no podemos vivir de una forma independiente y aislada de la sociedad.

2.2.2.6. Teoría de la Autoestima según Coopersmith (1981):

Según Coopersmith la autoestima es el aprecio que la persona tiene sobre sí mismo, es decir, es el grado que la persona se siente productivo, capaz, digno e importante, es una opinión individual de su valía que se manifiesta en las actitudes que la persona tiene sobre sí mismo. También menciona que el desarrollo de la formación de la autoestima empieza a partir de los seis meses de nacido, cuando la persona inicia a diferenciar su ser como un todo incondicional distinto al mundo que nos rodea, que en ese instante inicia a realizar el concepto de uno mismo, mediante las experiencias vividas y conociendo su cuerpo del entorno que nos rodea y de los individuos que se sitúan cerca de él.

Coopersmith (citado en Lara Cantú, Verduzco, Acevedo, & Cortés, 1993) nos dice que las personas experimentarán a lo largo de su vida y este desarrollo de aprendizaje la persona define su propia idea, diferencia su nombre de los demás y actúa ante él, lo que

genera el proceso del concepto relacionado con la autoestima. Este autor se basa a la relación entre la guardia, peligro y confianza. Otorga varias reglas clínicas para el proceso de elementos negativos y confianza, su investigación tiene un grado más notorio de validez y aceptación, ya que tiene las estrategias de aceptación. Es de gran importancia conocerse, amarse, tener confianza positiva y poder sentir capaz para así tener una mejor conexión con los demás. Según el punto de vista de este autor la seguridad es significativa y fundamental. En situación que el adolescente tenga baja autoestima su confianza y su habilidad escolar se verán amenazadas, pero de ser de lo contrario y tener éxito, la persona sentirá satisfacción, reconocimiento, agradecimiento y respaldo, estas sensaciones de sentimientos cambian de acuerdo a la opinión que tenemos de nosotros mismos.

2.2.2.7. Importancia de la autoestima:

Barboza(2018) nos dice que la autoestima es fundamental porque ayuda a valorarse a uno mismo como individuo, la autoestima contribuirá en muchos aspectos de la vida y es fundamental tomar una buena decisión en cualquier etapa de la vida.

La autoestima en un adolescente que tienen una baja autoestima causa tristeza, insatisfacción e impotencia en el centro de estudio inclusive en el hogar, pero siendo de caso contrario un estudiante con autoestima rendirá satisfactoriamente en cualquier ámbito de su vida y cumplirá con sus metas. Por este motivo una autoestima alta nos ayuda a aceptarnos y conocernos tal como somos.

2.2.2.8. La autoestima en la adolescencia:

Según la Organización mundial de la salud (2018) señala que uno de cada cuatro individuos entre siete y diecisiete años de edad sufre síntomas como la ansiedad, estrés postraumático, depresión y baja autoestima, de acuerdo a una encuesta realizada a 25.000 estudiantes adolescentes. También indica que las dificultades de la salud mental surgen al comienzo de la adolescencia o al terminar la infancia.

Este contexto en la mayoría de las situaciones, ocurre por motivos comunes en el ámbito educativo, como el acoso escolar y la falta de comprensión en algunas de las asignaturas. Estos conflictos provocan aislamiento social, afecta directamente a la afectividad y disfuncionalidad académica y personal. Un estudiante que tiene baja autoestima casi nunca estudia porque no se siente seguro que su habilidad o su esfuerzo tenga una recompensa, están muy acostumbrados al fracaso que eligen no darse la

molestia, los profesores y los padres colaboran desafortunadamente en esto, al estar estigmatizando constante lo que el alumno no puede hacer y desestimando sus habilidades. (UNICEF, 2016, párrafo tercero)

2.3. Hipótesis:

Ho: No existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho.

Hi: Existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho.

III. Metodología

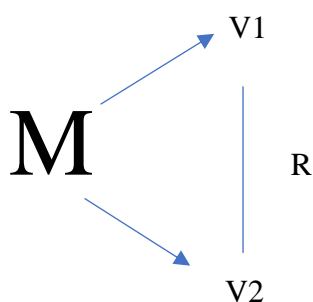
3.1. El tipo, nivel y diseño de la investigación.

La presente investigación es de tipo cuantitativo porque los datos se obtienen mediante un cuestionario y pruebas estandarizadas (Hernandez, 2014)

Según Hernández, Fernández y Baptista, (2014). La presente investigación es del nivel correlacional. Porque asocian las variables.

Hernández, Fernández y Baptista (2014). El diseño del estudio no experimental de corte transversal. No experimental porque la investigación se realiza sin manipular deliberadamente la variable, transversal porque se recolectaron los datos en un sólo momento y en un tiempo único. Este estudio lo podemos diagramar de la manera siguiente:

Diagrama:



M: Representa la muestra.

V1: Representa la variable Bienestar psicológico.

V2: Representa la variable Autoestima.

R: Representa la relación entre las variables.

3.2. Población y muestra.

Hernández, Fernández y Baptista (2014) Menciona que la población o universo es un conjunto de características la cual la población está conformada por todos los estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho.


Hernández, Fernández y Baptista, (2014). La muestra viene hacer un sub grupo de la población, la investigación estuvo conformada por 67 estudiantes de una institución

educativa de la ciudad de Ayacucho. Que fueron seleccionados por los criterios de inclusión y exclusión. Es decir, fue un muestreo no probabilístico por conveniencia.

Criterios de Inclusión.

- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes del 3ro grado de secundaria.
- Estudiantes que den su consentimiento informado para participar en el estudio.

Criterios de Exclusión.

- Alumnos que no hayan culminado con la prueba.
 - Estudiantes que no quieren formar parte de la investigación.
 - Estudiantes de otros grados.
- 

3.3. Operacionalización de variables

a) Variable el bienestar psicológico:

| VARIABLE | DEFINICIÓN CONCEPTUAL | DEFINICIÓN OPERACIONAL | DIMENSIONES | INDICADORES | ÍTEMS | ESCALA DE VALORES | NIVELES Y RANGO |
|-----------------------|--|--|------------------------|--|--------------|--------------------------------|-----------------|
| Bienestar psicológico | Casullo (2002, citado en Gutiérrez 2015). Define el bienestar psicológico que es una valoración subjetiva que expresa la satisfacción de las personas con aspectos específico de la vida, en la que prevalece el estado de ánimo positivo. | Según García (2015). Se medirá con la escala de bienestar psicológico Bieps -j de María Martina casullo consta de 13 ítems, y clasifica en tres niveles: alto, medio, bajo | Control de situación | Sensación de control y auto competencia de las personas. | 1,3,5,10 y13 | De acuerdo | Alto 37,39 |
| | | | Vínculos psicosociales | establecer buenos vínculos en los demás | 8,2,11 | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | medio 33,36 |
| | | | Proyectos personales | Consiste en definir metas y proyectos. | 12,6,3 | En desacuerdo | bajo 38,32 |
| | | | Aceptación de sí mismo | Es la aceptación de nuestras capacidades o limitaciones | 9,4,7 | | |

b) Variable la autoestima:

| VARIABLE | DEFINICIÓN CONCEPTUAL | DEFINICIÓN OPERACIONAL | DIMENSIONES | INDICADORES | ÍTEMS | ESCALA Y VALORES |
|------------|--|--|--------------------|--|---------|-------------------------------------|
| Autoestima | Rosenberg (como se citó en Corina en 2019), menciona que la confianza es básica y fundamental para el individuo. Por otra parte, menciona que la autoestima es un sentimiento hacia uno mismo, que puede ser de manera positivo o negativo, el cual se construye por de las propias características del individuo. | Se medirá con la autoestima de Rossemberg que tiene por objetivo evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma | Valia personal | Valoración Positiva negativa del autoconcepto | 1,2,3,4 | Muy en desacuerdo. En desacuerdo |
| | | | Capacidad personal | Capacidad de hacer con éxito lo que se propone | 5,6,7 | De acuerdo Muy en de acuerdo |

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

3.4.1. Técnica.

La técnica utilizada en la presente investigación fue la encuesta ya que me permitió obtener y elaborar datos de manera rápida y eficaz para esta presente investigación.

3.4.2. Instrumentos.

Según Hernández (2018) refiere que son métodos que se emplea en una investigación para lograr un registro sobre la variable a estudiar, con la finalidad de poder mostrar un valor visible de conceptos abstractos.

Se utilizó como instrumentos:

- Escala de Bieps-J: Bienestar Psicológico.
- Nombre Original: Escala de bienestar psicológico- Bieps-j.
- Autor: María Martina casullo (2002).

- Escala de Autoestima de Rosemberg.
- Nombre Original: Escala de Autoestima de Rosemberg.
- Autor: Rosemberg (1985).

3.5. Método de análisis de datos:

Para poder recolectar los datos del estudio se tomó en cuenta su aprobación de los estudiantes de dicha institución para que puedan responder las pruebas psicométricas se procesó la información de la investigación empleándose el programa Excel hoja de cálculo, para el análisis estadístico. Para obtener los resultados descriptivos se expresaron en frecuencia y porcentajes atreves de tablas de contingencia. Para determinar los resultados inferenciales, Se realizó una dicotomización donde se generó una tabla de dos por dos, donde se aplicó la prueba de chi cuadrado para determinar la asociación de las variables. Todos los datos fueron procesados usando el paquete estadístico para las ciencias sociales SPSS 25.

3.6. Aspectos éticos.

Integridad Científica: Todas las fases de la actividad científica deben conducirse en base a los principios de la ética que rigen la investigación en la ULADECH.

Protección de la persona: El bienestar y seguridad de las personas es el fin supremo de toda investigación, y por ello, se debe proteger su dignidad e identidad, diversidad socio cultural, confidencialidad, privacidad, creencia y religión. Este principio no sólo implica que las personas que son sujeto de investigación participen voluntariamente y dispongan de información adecuada, sino que también deben protegerse sus derechos fundamentales si se encuentran en situación de vulnerabilidad.

Libre participación y derecho a estar informado: Las personas que participan en las actividades de investigación tienen el derecho de estar bien informados sobre los propósitos y fines de la investigación que desarrollan o en la que participan; y tienen la libertad de elegir si participan en ella, por voluntad propia. En toda investigación se debe contar con la manifestación de voluntad, informada, libre, inequívoca y específica; mediante la cual las personas como sujetos investigados o titular de los datos consienten el uso de la información para los fines específicos establecidos en el proyecto.

Beneficencia y no-maleficencia: Toda investigación debe tener un balance riesgo-beneficio positivo y justificado, para asegurar el cuidado de la vida y el bienestar de las personas que participan en la investigación. En ese sentido, la conducta del investigador debe responder a las siguientes reglas generales: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.

Justicia: El investigador debe ejercer un juicio razonable, ponderable y tomar las precauciones necesarias para asegurar que sus sesgos, y las limitaciones de sus capacidades y conocimiento, no den lugar o toleren prácticas injustas. Se reconoce que la equidad y la justicia otorgan a todas las personas que participan en la investigación derecho a acceder a sus resultados. El investigador está también obligado a tratar equitativamente a quienes participan en los procesos, procedimientos y servicios asociados a la investigación.

IV. Resultados

Tabla 1

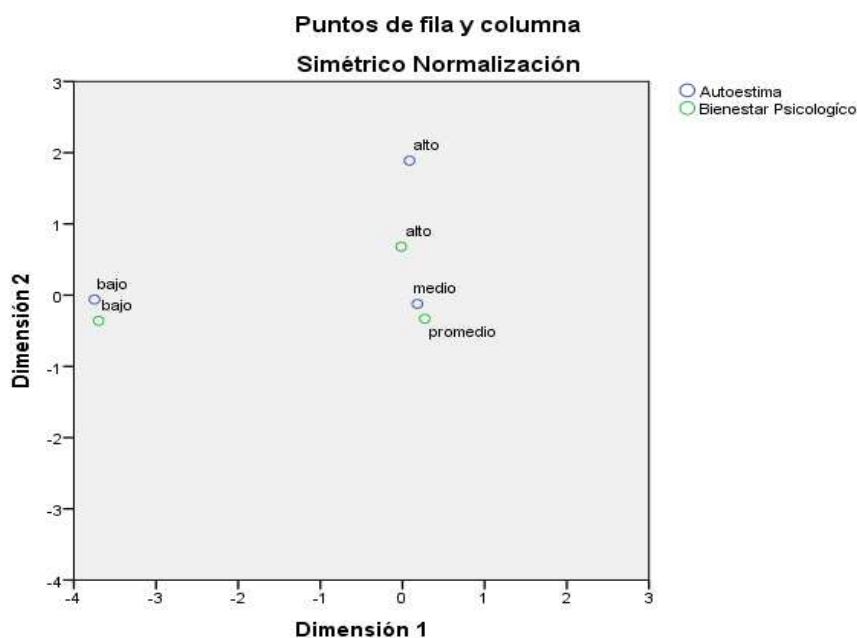
En la figura cruzada determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho del año 2022.

| Bienestar Psicológico | Autoestima dicotómica | | | | Total | |
|-----------------------|-----------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| | medio | | otros | | f | % |
| Promedio | f | % | f | % | f | % |
| Promedio | 11 | 16.4% | 18 | 19.1% | 29 | 32.8% |
| Otros | 11 | 16.4% | 27 | 48.1% | 38 | 67.2% |
| total | 22 | 32.8% | 45 | 67.2% | 67 | 100.0% |

Nota. De la población estudiada el bienestar psicológico se encuentra en nivel promedio y la autoestima en un nivel medio.

Figura 1

Gráfico de puntos de la dicotomización del bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho.



Nota. Los puntos más cercanos es el promedio para el bienestar psicológico y medio para la autoestima.

Tabla 2

Ritual de la significancia estadística

Hipótesis

Ho: No existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho del año 2022.

H1: Existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho del año 2022.

Nivel de significancia

Nivel de Significancia (alfa) $\alpha = 5\% = 0,05$

Estadístico de prueba

Chi cuadrado de Independencia

Valor de P = $0,021 \times 100 = 2,1\%$

Lectura del p-valor

Con una probabilidad de error del 2,1%, Existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho del año 2022.

Toma de decisiones

Si existe relación entre las dos variables en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho.

Nota: se ha obtenido el p valor (Sig. bilateral) de $0.021 < 0.050$ evidencia que permite rechazar la Ho (Hipótesis nula) y aceptar la Ha (Hipótesis alterna).

Tabla 3

Describir el nivel del bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa, de la ciudad de Ayacucho del año 2022.

| Bienestar Psicológico | F | % |
|-----------------------|----|-------|
| Alto | 22 | 32.8 |
| promedio | 42 | 62.7 |
| bajo | 3 | 4.5 |
| Total | 67 | 100.0 |

Nota. De la población estudiada la mayoría presenta bienestar psicológico promedio con 62.7%.

Tabla 4

Describir el nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho del año 2022.

| Autoestima | F | % |
|------------|----|-------|
| alto | 4 | 6.0 |
| medio | 60 | 89.6 |
| bajo | 3 | 4.5 |
| Total | 67 | 100.0 |

Nota. De la población estudiada la mayoría pertenece a una autoestima medio con 89.6 %.

Discusión

En la presente investigación se tuvo como objetivo principal determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima, concluyendo que, si existe relación entre las dos variables en los estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho del año 2022, resultado que estaría indicando que a medida que los estudiantes se sienten satisfechos con su desarrollo personal o consigo mismo su nivel de autoestima también incrementa, de modo que ellos se sentirán más capaces, serán más empáticos, asertivos y tendrán mejor actitud para aprender. Esto se podría dar debido a que el bienestar psicológico es considerado como un factor fundamental para el cuidado adecuado de la salud mental. Es decir, el bienestar psicológico y una adecuada autoestima son factores que predisponen favorablemente a los estudiantes ya que influye de manera positiva en el ámbito educativo y distintos ámbitos de su vida.

Lo encontrado en este estudio coincide con los hallazgos de Lengua & Canales (2021) quienes llevaron a cabo una investigación que tuvo como objetivo principal analizar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundario de una institución pública de la ciudad de Ica; concluyendo que existe relación entre sus variables. De igual modo, el estudio de Tapia (2022) tuvo como objetivo relacionar la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de ciudad de Lima, concluyendo la existencia entre las variables; señalando que a menor autoestima habrá menor bienestar psicológico y mayor autoestima también el bienestar psicológico aumentará. El resultado de este estudio cobra mayor sentido con lo mencionado por Barba (2021) quien menciona que el bienestar psicológico y la autoestima son el resultado de los acontecimientos que permiten moldear a la persona mediante el transcurso de su vida, en el cual se establece el núcleo básico de la personalidad.


Sin embargo, hay autores cuyos hallazgos son contrarios a los resultados de este estudio como el de Helguero (2018) y de Quispe (2021) que en su investigación tuvieron como objetivo establecer si existe relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa de nivel secundario; concluyendo que no existe relación entre sus variables.

Con respecto al nivel de bienestar psicológico en los estudiantes, se obtuvo que el mayor número de estudiantes presenta un nivel promedio de bienestar psicológico. Este


resultado evidenciaría que los estudiantes se respetan y se quieren así mismo tal y como son, se sienten competentes para gestionar y elegir contextos favorables para la satisfacción de sus deseos y necesidades personales y tienen una clara dirección de sus objetivos y metas. Lo anteriormente referido coincide con la investigación de Ramos (2019) que tuvo como finalidad de determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa de la ciudad de Cajamarca, concluyendo que el nivel representativo del bienestar psicológico es promedio.

En cuanto al nivel de autoestima, se observa que el mayor número de estudiantes presenta un nivel medio de autoestima. Resultado que nos estaría indicando que la autoestima de los estudiantes varía según su entorno, suelen ser desconfiados e inseguros de sus propias capacidades, es decir, son individuos con una inestabilidad que presentan entre sentirse inseguro a sentirse confiado. Este resultado coincide con el estudio de Levano (2018) que tuvo como finalidad determinar el nivel de autoestima en estudiantes adolescentes de educación secundaria de la Institución Educativa Chinchaysuyo, obteniendo que la mayoría de los estudiantes presentan un nivel medio de autoestima.

V. Conclusiones

- Si existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho.
 - De la población estudiada la mayoría presenta bienestar psicológico promedio.
 - De la población estudiada la mayoría pertenece a una autoestima media.
- 

VI. Recomendaciones

- Se recomienda ejecutar programas de intervención para promover el desarrollo del bienestar psicológico y la autoestima en los estudiantes que no están logrando un nivel alto. De ese modo fortalecer su autoestima.
 - Por otro lado, los colegios tienen que crear programas que promuevan un ambiente sano dentro de las aulas de clase, ayudaría en el crecimiento del equilibrio emocional de los estudiantes, con el propósito de beneficiar sus vínculos y relaciones interpersonales.
 - se recomienda realizar escuela de padres para informar a los papás la influencia y la importancia en la formación adecuada del bienestar psicológico y la autoestima de sus hijos.
- 

Referencias bibliográficas

- Aguilar, K. C. (2019). Estilos de crianza y autoestima en niños y niñas de quinto de primaria de la unidad educativa San Judas Tadeo de la ciudad de la Paz. [Tesis de grado, Univeridad Mayor de San Andres].
<https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/22513/PSI-1209.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Alcantara, J. A. (2004). Educar la autoestima. La Casa de los Libros.
- Almeyda, A. F. (2021). La realidad de recibir ayuda psicológica en los adolescentes limeños. Diario el Comercio. <https://elcomercio.pe/corresponsales-escolares/historias/la-realidad-de-recibir-ayuda-psicologica-en-los-adolescentes-limenos-lima-noticia/?ref=ecr>
- Arias, M. E. (2015). Caracteriscas del bienestar subjetivo, social y psicológicos. [Tesis de Mestria, Universidad de Colombia]. Repositorio Institucionaal.
- Astucuri, F. A. (2017). Niveles de autoestima en estudiantes de 5to de secundaria en una I.E. publica “Abraham Valdelomar” – distrito de Carmen Alto – Huamanga – Ayacucho, 2017 [Tesis de licenciatura para obtener el título profesional].
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/6193/NIVELES_AUTOESTIMA_ANYOSA_ASTUCURI_FLORISA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Barba, D. A. (2021). Autoestima y su relación con el Bienestar Psicológico en estudiantes de bachillerato de Cotopaxi y Tungurahua. [Tesis de pregrado, Pontifica Universidad Católica del Ecuador, Ambato].
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3327>
- Barboza, L.A. (2018). Importancia del autoestima . Revista Autoestima y relaciones interpersonales en jóvenes estudiantes de primer semestre de la División. Revista colombiana en psicología, 6(11), 116-120.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81723105>
- Barcelata, E. E. & Rivas, M. (2016). Bienestar psicológico y agrado valioso en los adolescentes mexicanos más jóvenes [Tesis de licenciatura, Universidad de México]. Repositorio institucional.

- Barraza, G. A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79926212>
- Bonet, V. S. (1997). *“Sé amigo de ti mismo”*. Bilbao: SAL TERRAE.
- Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico. Casa del Libro.
- Centro de Bienestar DAMAR. (15 de Mayo de 2019). No me siento a gusto con mi cuerpo. Recuperado el 18 de enero de 2013, de Centro de bienestar DAMAR: <https://www.centrodamar.com/no-me-siento-a-gusto-con-mi-cuerpo/>
- Chambi, M. D. (2018). Influencia de la autoestima sobre el bienestar psicológico en estudiantes de Educación Superior Técnica de Lima. [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola, Lima]. <https://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/10025>
- citado por Chavez, Y. E. (2017). Nivel de autoestima en estudiantes de primer grado de secundaria de la I.E N°058. Perú. [Tesis de pregrado, Universidad La Católica los Ángeles de Chimbote] http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1967/AUTOESTIMA_ADOLESCENCIA_CHAVEZ_PURIZAGA_PATRICIA_YSABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Citado por Denegri C. M., García J. C. & González, R. N. (2015). Definición de bienestar subjetivo. Colombia. <https://www.redalyc.org/pdf/4235/423539425006.pdf>
- Citado por Loayza. (2016). Relación entre autoestima y rendimiento académico. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional San Agustín, Lima, Perú]. <https://docplayer.es/72660977-Universidad-nacional-de-san-agustin-facultad-de-ciencias-de-la-educacion-unidad-de-segunda-especialidad.html>
- citado por Romero C. A.; Brustad, R. J. & García M. A. (2007). Bienestar Psicológico. España. <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126258003.pdf>
- Cordero, H. A. (2017). Nivel de Autoestima en los Adolescentes del nivel secundaria de la *Institución Educativa “Fe y Alegría” N° 50 del Distrito San Juan Bautista - Ayacucho*, 2017 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en Psicología,

- Universidad La Católica los Ángeles de Chimbote, Perú].
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/2917>
- Cordero, H. A. (2017). Nivel de Autoestima en los Adolescentes del nivel secundaria de la *Institución Educativa “Fe y Alegría” N° 50 del Distrito San Juan Bautista - Ayacucho*, 2017. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en Psicología, Universidad La Católica los Ángeles de Chimbote, Perú].
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/2917>
- Cordero, H. A. (2018). Nivel de Autoestima en los Adolescentes del nivel secundaria de la *Institución Educativa “Fe y Alegría” N° 50 del Distrito San Juan Bautista - Ayacucho*, 2017, [Tesis para optar el título profesional de licenciada en Psicología].
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/2917>
- Corina, R. E. (2009). Implementación de estrategias psicosociales dirigido a Jóvenes en situación de riesgos, programa educativo del colegio nuestra señora de la esperanza del esfuerzo I de la ciudad de Cobán. [Tesis de licenciatura, Universidad de Guatemala]. Repositorio Institucional.
- Delgado, A. M. (2020). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios latinoamericanos. [Tesis de licenciatura, Universidad Cooperativa de Colombia, Santa Marta].
- Delgado, G. T. (2020). Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios Latinoamericanos. [Tesis de licenciatura, Universidad de Colombia]. Repositorio institucional.
- Diego García, M. J. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes: relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos. *Revista de Orientación Educativa*, 33(63).
<http://200.14.213.175/roe/index.php/roe/article/view/4>
- Eagly, A. S. (2005). Escala de autoestima. Editorial Trillas.
- Florenzano, C. (2003). *El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva*. Santiago, Chile. <https://www.redalyc.org/pdf/264/26400105.pdf>
- Gomez, M. A. (2020). *Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. “San Luis” n°1128, del quinto grado de educación secundaria, lima*, 2020 [Tesis para

optar el título profesional de licenciada en Psicología].

<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/18772>

García, A. E. (2017). La autoestima, proceso humano.

[//biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13_2825.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13_2825.pdf)

Goa, J. T. y McLellan, R. M. (2018). *Using Ryff's scales of psychological well-being in adolescents in mainland China*. BMC Psychology.

Guevara, H. G. (2021). . IV Congreso Internacional de Psicología. Autoestima y Bienestar Psicológico: Condiciones Emocionales para el logro de metas académicas de estudiantes universitarios. *Revisats Universidad Católica de Cuyo*, 5(8), 93-107.

<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp/article/view/33325>

Guevara, M. G. (2015). Aceptación y adaptación a cambios fisiológicos de los adolescentes en la Unidad Educativa Consejo Provincial del Carchi, Tulcán 2015, [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica del Norte, Ecuador].

Helguero, E. A. (2018). Relación entre autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa República del Perú–Tumbes 2016. [Tesis de licenciatura para optar el título profesional de Psicólogo, Universidad de Perú].

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4450/AUTOESTIMA_BIENESTAR_PSICOLOGICO_HELGUERO_ALVAREZ_ERWING_CRISMAR.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Hernandez, S. E. (2014). Metodología de la Investigación. (6ta ed.). Bets Seller.

Huapaya, Y. A. (2017). Relación entre autoestima, percepción y estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes de 10 y 19 años de la Institución Educativa El Pacífico, SMP, 2017, [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo, Lima].

INSM. (2019). La Actividad Física es el Mejor aliado para una buena salud.

<https://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2019/009.html>

Iño, A. E. (2018). Autoestima y Bienestar Subjetivo en Adolescentes de dos Centros Educativos Urbanos Marginales. [Tesis de licenciatura, Universidad de Perú].

Repositorio institucional. <http://repositorio.uap.edu.pe/handle/uap/8952>

- Lara, C.M.;Verduzco, M. A.,Acevedo, M., & Cortés, J. (1993). Validez y confiabilidad del inventario de autoestima de Cooper Smith para adultos, en población Mexicana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 25, 5-9.
- Lengua Maraga, M. d. (2021). Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de tercer a quinto año de secundaria en una Institución Educativa Pública de Ica, 2021. [Tesis para optar el título de licenciado en Psicología, Universidad Autónoma de Ica].
<http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1841/3/Mariela%20del%20Pilar%20Lengua%20Malaga.docx.pdf>
- Léon, A. Y. (2015). Nivel de bienestar emocional en la dimensión de autoestima y su relación con el rendimiento académico: el caso de un grupo de estudiantes de secundaria costarricense [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato].
- López, G. C. (s.f.). Autoconcepto, Dificultades Interpersonales, Habilidades Sociales y Conductas Asertivas en Adolescentes.
- Marquez, A. L. (2018). Nivel de autoestima de las estudiantes del primer grado de Educación Secundaria de *la Institución Educativa "Chinchaysuyo", Chincha* [Tesis para optar el título profesional en Psicología, Universidad Nacional de Huancavelica].
<https://apirepositorio.unh.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4e970dae-8cca-4e5c-b472-3b0fde4790c9/content>
- Escudero, M. (15 de mayo de 2019). ¿Qué es el Autoconcepto? Recuperado el 16 de enero de 2023, de Centro Manuel Escudero: <https://www.manuelescudero.com/texto-de-videos-psicologia/que-es-la-autoestima/>
- Martinez, A. (2017). Niveles de autoestima de los estudiantes de la Institucion Educativa 9 de diciembre de pueblo nuevo Chincha - 2017 [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Huancavelica]. Repositorio Institucional: Universidad Nacional de Huancavelica.
- Melgar, R. (2018). Bienestar psicológico en integrantes de una organización de voluntariado sin fines de lucro en la provincia de Huamanga, Ayacucho 2018.

- [Tesis de licenciatura, Universidad de Perú]. Repositorio institucional.
<http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3056/TRAB.SUF.P>
- MINEDU. (2017). Patente n° Resolución de secretaría general N° 141-2017.
- Molina, S. C., Meléndez, J. C., & Navarro, P. E. (2006). Bienestar y calidad de vida. *Revista Anales de Psicología*, 24(2), 7-8.
<https://www.redalyc.org/pdf/167/16711589014.pdf>
- Moreta, R., Gabior, I., & Barrera, L. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. [Tesis de licenciatura, Universidad Cuenca de Ecuador].
<https://www.10.22199/S07187475.2017.0002.00005>
- Mruk, C. (1998). *Autoestima: Investigación, Teoría y Práctica*. Desclée de Brouwer.
- OMS. (2020). Plan de acción sobre Salud Mental. Ginebra. Recuperado el 12 de febrero de 2023, <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20salud,aportar%20algo%20a%20su%20comunidad%20BB.>
- Perez, B. (2017). Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de Los Olivos. [Tesis de licenciatura, Universidad de Perú]. Repositorio institucional.
- Pilar, D. J. (2018). Relaciones entre estilos de personalidad y satisfacción autopercibida en diferentes áreas vitales en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 14.
<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/94984/Bienestar%20psicol%20>
- Quezada, J. (2018). La autoestima en hombres y mujeres adolescentes de 12 a 15 años del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa Nueva Victoria, San Pedro Yépacapa 2017. Guatemala.
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/18772/AUTOESTIMA_BIENESTAR_PSICOLOGICO_MIRANDA_MAMANI_GUADALUPE_AMERICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ramos, M. S. (2019). Bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa en Cajamarca. [Tesis presentada en cumplimiento

parcial de los requerimientos para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología].

<http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/939/TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Robledo R. A. y Hidalgo V., G. (2018). Violencia familiar y su relación con la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa N° 0554 Aplicación-Tarapoto. Tarapoto, Perú. Obtenido de <http://repositorio.unsm.edu.pe/handle/11458/3078>

Romero, V. (2016). La convivencia escolar y su relación con el bienestar y la autoestima de los adolescentes. [Tesis de licenciatura , Universidad Europea].
<https://abacus.universidadeuropea.es/handle/11268/5872>

Sánchez, R. J. (2013). Autoestima y rendimiento académico de los estudiantes.
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/5027/1/Rolando%20Javi>

Tapia, M. C. (2022). Relación entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes del 1° ciclo de la carrera de Psicología de una universidad privada, Lima 2022 [Tesis para optar al título profesional de Licenciado en Psicología, de la Universidad Privada del Norte].
<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/31775/Calderon%20Tapia%2c%20Maria%20Laura%20Lucero-Martinez%20Palomino%2c%20Jose%20Gustavo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

UNICEF. (2016). La Salud en la adolescencia. Recuperado el 15 de enero de 2023, de World Health Organization:
https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/mental_health

Veenhoven, R. (2013). Ranking de felicidad en México. Recuperado el 20 de febrero de 2023, de Ranking de felicidad en México:
<http://www.rankingfelicidadmexico.org/expertos-ruut-veenhoven.php>

Zegers, R. B. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg. Revista Médica de Chile, 137(90). https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872009000600009

Apéndice A. Instrumento de evaluación

ESCALA BIEPS-J (JÓVENES- ADOLESCENTES)

Edad:

Marque con una cruz o aspa (X) la opción que corresponda: A) Mujer () B) Varón () Te pedimos que leas con atención las frases siguientes. Marca tus respuestas en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. La alternativa de respuesta es: ESTOY DE ACUERDO - NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO - ESTOY EN DESACUERDO. No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No dejes frases sin responder, marca tu respuesta con una cruz (o aspa todas sirven, no dejes frases sin responder y marca tu respuesta con una cruz (o aspa).

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (RSE)

(Rosemberg, 1965; Atienza, Balaguer, et Moreno, 2000)

| FRASES | De acuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | En desacuer do |
|--|---------------|---|----------------------|
| 1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago | | | |
| 2. Tengo amigos/as en quienes confiar | | | |
| 3. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida | | | |
| 4. En general estoy conforme con el cuerpo que Tengo | | | |
| 5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo. | | | |
| 6. Me importa pensar que haré en el futuro. | | | |
| 7. Generalmente caigo bien a la gente | | | |
| 8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito. | | | |
| 9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser. | | | |
| 10. Si estoy molesto/a por algo soy capaz de como poder cambiarlo. | | | |
| 11. Creo que en general me llevo bien con la Gente | | | |
| 12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida | | | |
| 13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar | | | |

Por favor, lee las frases que figuran a continuación y señala el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas, encerrando con un círculo la alternativa elegida.

| | | Muy en desacuerdo | En desacuerdo | De acuerdo | Muy de acuerdo |
|----|--|----------------------|---------------|------------|-------------------|
| 1 | Me siento una persona tan valiosa como las otras | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Creo que tengo algunas cualidades buenas | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Tengo una actitud positiva hacia mí mismo | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | En general me siento satisfecho conmigo mismo | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Me gustaría tener más respeto por mí mismo | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Realmente me siento inútil en algunas ocasiones | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | A veces pienso que no sirvo para nada | 1 | 2 | 3 | 4 |

Validez y Confiabilidad de los instrumentos

Apéndice E. Ficha técnica del instrumento de evaluación

Ficha técnica

- ✓ Nombre Original : Escala de bienestar psicológico- Bieps-j
- ✓ Autor : María Martina Casullo.
- ✓ Edad de aplicación : 13 a 18 años
- ✓ Numero de ítems : 13
- ✓ Adaptación : Casullo, M, Martínez, P, Morote, R (2002).
- ✓ Duración : Variable (5 minutos aprox.).
- ✓ Administración : Individual y Colectiva.
- ✓ Significación : Evaluar los niveles de bienestar psicológico en jóvenes.
- ✓ Dimensión que mide : el crecimiento personal y la autonomía

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

Validez: Sánchez (2013) realizó un estudio el cual buscó identificar las propiedades psicométricas de la escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo, en adolescentes del Distrito la Esperanza, en una muestra de 545 alumnos de instituciones educativas, entre 13 y 17 años, de ambos sexos. La conclusión a la cual llegó fue que los índices de validez de los ítems presentaron valores adecuados en su mayoría. Las dimensiones control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí, presentaron índices de validez adecuados, por registrar valores que oscilaron 64 entre .230 a .462 (superiores a .20), lo que indica su contribución aceptable en la medición de la variable que se pretende medir.

Confiabilidad: Cibele (2016) Así también determinó la confiabilidad de consistencia interna de la escala, donde el alfa de Cronbach del cuestionario en general fue 0.745, siendo aceptable, una confiabilidad mínimamente aceptable ($0.65 \leq r < 0.70$), en la dimensión de proyectos y una confiabilidad moderada ($0.40 \leq r < 0.65$) en las dimensiones

de control, vínculos y aceptación, con una desviación estándar mayor que el error estándar de medición, corroborando la aceptación de la consistencia interna de cada una de las dimensiones y del instrumento en general.

Escala de Autoestima de Rosenberg.

Ficha técnica

- ✓ Autor: Morris Rosenberg.
- ✓ Año: 1989.
- ✓ Nombre: Escala de Autoestima de Rosenberg (EA-Rosenberg).
- ✓ Objetivo: Evaluar el sentimiento de satisfacción que una persona tienen consigo misma. La autoestima refleja la relación entre la autoimagen real y la autoimagen ideal.
- ✓ Áreas/Factores: Un solo factor.
- ✓ Población: a partir de 13 años.
- ✓ Tiempo de aplicación: 5 min. Aprox.
- ✓ Tipo de instrumento: escala.
- ✓ Número de ítems: 10

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

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

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

Baremos en poblaciones argentinas:

| Percentil | Grupo General (Góngora y Casullo, 2009) | Grupo clínico (Góngora y Casullo, 2009) | Grupo adolescentes (Góngora, Fernández y Castro, 2010) |
|-----------|--|--|---|
| 95 | 40 | 38 | 39 |
| 90 | 39 | 37 | 39 |
| 75 | 38 | 35 | 37 |
| 50 | 36 | 30 | 34 |
| 25 | 33 | 26 | 30 |
| 10 | 30 | 21 | 27 |
| 5 | 28 | 19 | 24 |

Validez y confiabilidad en nuestro contexto: La muestra original para el que se desarrolló la escala en la década de 1960 constaba de 5.024 estudiantes de secundaria y adultos mayores de 10 escuelas seleccionadas al azar en el estado de Nueva York y se anotó como una escala de Guttman. La escala tiene generalmente una alta fiabilidad: correlaciones test-retest están típicamente en el intervalo de 0,82 a 0,88, y alfa de Cronbach para diversas muestras están en el rango de 0,77 a 0,88 (ver Blascovich y Tomaka, 1993 y Rosenberg, 1986 para más detalles). Los estudios han demostrado tanto una estructura de dos factores (confianza en sí mismo y autodesprecio) como escala unidimensional y para obtener las normas para una muestra similar a la suya, debe buscar en la literatura académica para encontrar la investigación con muestras similares.

Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR). La EAR ha sido traducida y validada en distintos países e idiomas: francés, alemán, japonés, portugués, español, etc.

Recientemente, Schmitt y Allik (2005) realizaron un estudio multicultural, administrando la EAR en 53 naciones, en 48 de las cuales se presenta una confiabilidad sobre 0,75. En Perú se halló un Cronbach Alpha de .78 Grupo población general Argentina, alfa de Cronbach .70 (Góngora y Casullo, 200) Grupo población clínica. Argentina, alfa de Cronbach .78 (Góngora y Casullo, 200) Grupo adolescentes. Argentinos alfa de Cronbach .79 (Góngora, Fernández y Castro, 2010).

La comprensión de las puntuaciones de la Escala de autoestima de Rosenberg: **Autoestima es baja.** Muestra dificultades para tomar decisiones, es decir, se muestra muy insegura y experimenta un miedo exagerado a equivocarse. Tiene miedo a los cambios, a situaciones nuevas y evita cualquier riesgo. Siente que no puede y que no va a conseguir lo que se proponga. Podría mostrar estados de ánimo ansioso/depresivos. No se valora, no siente que tengan ningún talento. Se aísla de su entorno, mostrándose tímida. Evitan tomar la iniciativa. Se siente continuamente evaluada, por lo que temen hablar con otras personas. Tiene dificultades para identificar sus emociones. Le cuesta compartir con otras personas sus emociones. No se siente satisfecha consigo misma, siente que no hacen nada bien. Se da por vencida antes de iniciar cualquier actividad. Dependen de los otros para hacer casi cualquier actividad. Debido a que siente que no tiene valor, le cuesta aceptar que la critiquen. Experimenta fuertes sentimientos de culpa cuando algo les sale mal. Tiene dificultades para reconocer sus errores. Es pesimista. Siente que es poco interesante. Siente que no controla su vida. Tiene dificultades para conseguir sus metas.

Autoestima media. Tienen muchos de los rasgos de la persona con autoestima alta, pero se sienten inseguros en algunas ocasiones en función de su contexto y de lo que les ocurra. Puede cambiar drásticamente la forma en la que piensa, siente y se comporta. Pueden desarrollar sentimientos de tristeza, impotencia o apatía. Se siente capaz y valiosa por momentos, pero esa percepción puede cambiar al lado opuesto, al sentirse totalmente inservible e improductiva debido a factores variados, pero especialmente en virtud de la opinión de los demás. Le cuesta enfrentar dificultades muy graves. Su autoestima podría degenerar en autoestima baja, llevándole a asumir una actitud defensiva, tomar decisiones con gran dificultad y profundo miedo a cometer errores, cargar el pasado con el peso de las culpas, necesidad de complacer en exceso a los demás, en contraposición a lo que realmente desea, es decir un “Sí” para los otros y un “No” así misma.

Autoestima Alta, incluso excesiva. Cree plenamente en sí mismo y en su trabajo; esto le da bastante fuerza. Es una persona segura de quien es. Es capaz de tener intimidad en sus relaciones. No oculta sus sentimientos. Es verdadera, la demuestra. Tiene capacidad para reconocer sus propios logros en la vida. Tiene la habilidad de perdonar a los demás y también de saber admitir sus errores. No les teme a los cambios en su vida, todo lo contrario, los ve bienvenido. Sabe relacionarse con los demás, pero también disfruta de estar sola. Saben plantear su punto de vista desde una perspectiva tolerante. De la misma

forma saben explicar cuando no está de acuerdo y por qué. Es independiente, pero también sabe cuándo pedir ayuda. No tiene miedo al fracaso, ve como un logro haberlo intentado. Sin embargo, debe tener cuidado, quererse excesivamente a sí mismo y poco a los demás puede resultar contraproducente, ya que puede conducir a tener conflictos y ser rechazado.



Apéndice B. Consentimiento informado

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA




Estimado, la escuela profesional de psicología de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote apoya a la práctica de obtener el consentimiento informado y de proteger a los sujetos humanos que participen en la investigación. La siguiente información tiene como objetivo ayudarle a decidir si aceptará participar en el presente estudio. Usted está en la libertad de retirarse del estudio en cualquier momento para tal efecto se le pedirá que responda escala Bieps-j (jóvenes- adolescentes) y la de autoestima de Rossemberg nos interesa estudiar la relación entre estos dos variables en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Ayacucho, nos gustaría que usted participara de esta investigación ,pero tal participación es estrictamente voluntario . Les aseguramos que su nombre no se mencionará en los hallazgos de la investigación. La información solo 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 mi persona por teléfono o por correo electrónico.

Agradecemos su atención, apreciamos su interés y cooperación.

Atentamente: Chavez Lozano, Edith.

Estudiante de psicología de la ULADECH Católica

edith.cl2020@gmail.com

Documento de aprobación para la recolección de la información.

UNIVERSIDAD LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA


Ayacucho, 01 de agosto del 2022


Señor:
ÁNGEL PALOMINO PRADO
DIRECTOR DE LA I.E.P. "LOGIC SCHOOL"

Presente.-

Yo, Edith Chavez Lozano identificada con DNI 48393570, solicito brindarme las facilidades del caso para aplicar los instrumentos de recojo de datos por vía virtual para el 08 de agosto del 2022, para el proyecto de investigación titulado "Relación entre Bienestar Psicológico y Autoestima en Estudiantes de una Institución Educativa, Ayacucho 2022".

De antemano, agradezco su generosidad y disponibilidad de aceptar mi presente solicitud.


Edith Chavez Lozano.


Dr. Angel Palomino Prado.
DIRECTOR

Evidencias de ejecución



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

Yo, Edith Chavez Lozano estudiante de la Escuela Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote con DNI 48393570.

Declaro bajo juramento que:

1. Soy autora de la tesis titulada **Relación entre Bienestar Psicológico y Autoestima en estudiantes de una Institución Educativa, Ayacucho 2022.**
2. Esta investigación es original y he respetado a los autores de las fuentes utilizadas, según las normas APA (7^{ma} Edición), es decir, no he incurrido fraude científico, plagio o vicios de autoría.
3. Los datos presentados de los resultados son reales, por lo que he contribuido directamente al contenido intelectual de este manuscrito, a la génesis y análisis de sus datos.

Por lo antes declarado, asumo frente a LA UNIVERSIDAD y/o terceros de cualquier responsabilidad, aún las pecuniarias con motivo de acciones, reclamos o conflictos que pudiera derivarse por la autoría, originalidad u veracidad del contenido de esta investigación, así como los derechos sobre la investigación y/o invención presentada, sometiendo a la normatividad vigente de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Ayacucho, junio del año 2023.

Edith Chavez Lozano

A photograph of a handwritten signature in blue ink on a light-colored surface. The signature is cursive and reads "Edith Chavez Lozano".

DNI: 48393570