



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

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA
DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, PUCALLPA, 2022**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTOR

**PANDURO AMPICHE, VIVIANA YAMILET
ORCID:0000-0001-7130-3429**

ASESOR

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

**CHIMBOTE-PERÚ
2024**



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0139-121-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **16:10** horas del día **30** de **Junio** del **2024** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **PSICOLOGÍA**, conformado por:

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR Presidente
VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE Miembro
FERNANDEZ ROJAS SANDRO OMAR Miembro
Dr(a). MILLONES ALBA ERICA LUCY Asesor

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

Presentada Por :
(1823162037) **PANDURO AMPICHE VIVIANA YAMILET**

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 TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Psicología**.

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

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR
Presidente

VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE
Miembro

FERNANDEZ ROJAS SANDRO OMAR
Miembro

Dr(a). MILLONES ALBA ERICA LUCY
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, PUCALLPA, 2022 Del (de la) estudiante PANDURO AMPICHE VIVIANA YAMILET, asesorado por MILLONES ALBA ERICA LUCY se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

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

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

Chimbote, 31 de Julio del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Agradecimiento

A Dios por brindarme la oportunidad de vivir, por estar conmigo en cada paso que doy y poder disfrutar de sus infinitas bendiciones.

A mi familia por creer en mí y ser mi mayor motivación en este proceso de formación profesional.

Y a todas las personas que colaboraron para que este trabajo de tesis se haga realidad.

Dedicatoria

A mi madre a quien debo el apoyo brindado.

A mis hijas por su amor incondicional ya que son
mayor motivación para seguir adelante.

Índice

Título.....	I
Agradecimiento	¡Error! Marcador no definido.
Dedicatoria.....	V
Índice	VI
Índice de tabla.....	VII
Resumen	VIII
Abstract.....	IX
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	3
2.1. Antecedentes.....	3
2.2. Bases teóricas	7
2.3. Hipótesis	16
III. METODOLOGÍA.....	17
3.1. Nivel, Tipo y diseño de investigación	17
3.2. Población y muestra	17
3.3. Definición y operacionalización de variables.....	¡Error! Marcador no definido.
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	19
3.5. Método de análisis de datos.....	22
3.6. Aspectos éticos	23
IV. RESULTADOS	24
4.1. Presentación de resultados.....	24
V. DISCUSIÓN	28
VI. CONCLUSIONES.....	31
VII. RECOMENDACIONES	32
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	33
ANEXO	39
Anexo 01: Matriz de consistencia	40
Anexo 02: Instrumento de recolección de datos.....	41
Anexo 03: Consentimiento informado	43
Anexo 04: Documentos de gestión (Solicitud y carta de presentación).....	45
Anexo 05: Base de Datos	47

Índice de tabla

Tabla 1 <i>Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov para la variable bienestar psicológico y la variable autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022.</i>	24
Tabla 2 <i>Prueba de Hipótesis General. Correlación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022</i>	25
Tabla 3 <i>Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022.</i>	26
Tabla 4 <i>Nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022</i>	27

Resumen

La presente investigación tiene como título bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución pública Pucallpa, 2022. La investigación realizada se orientó a evaluar dos aspectos muy influyentes en los estudiantes ya que el estudio tuvo por objetivo determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022. La metodología se compone de una investigación de tipo cuantitativo, nivel correlacional con un diseño no experimental de corte transversal; en una población integrado por 916 alumnos y una muestra de 180 participantes de 2do y 3ero de secundaria, elegidos a través del muestreo no probabilístico por conveniencia; el instrumento utilizado han sido los cuestionarios del Test de autoestima de Rosenberg, y Escala de Bienestar psicológico de Carol Ryff. Para el análisis y procesamiento de los resultados se recurrió al programa estadístico SPSS, versión en español. Entre los principales hallazgos se encontró P-valor 0.00, y $Rho = 0.383$, que significa una correlación positiva media. En conclusión, es de afirmar que existe correlación positiva media entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022.

Palabra claves: Autoestima, bienestar psicológico y estudiantes.

Abstract

The title of this research is psychological well-being and self-esteem in high school students of a public institution Pucallpa, 2022. The research carried out was aimed at evaluating two very influential aspects in students since the study aimed to determine the relationship between psychological well-being and self-esteem in students of a public educational institution, Pucallpa, 2022. The methodology consists of a quantitative research, correlational level with a non-experimental cross-sectional design; in a population made up of 916 students and a sample of 180 participants from 2nd and 3rd secondary school, chosen through non-probabilistic convenience sampling; The instrument used was the Rosenberg Self-Esteem Test questionnaires, and Carol Ryff's Psychological Well-being Scale. For the analysis and processing of the results, the SPSS statistical program, Spanish version, was used. Among the main findings was P-value 0.00, and $Rho = 0.383$, which means a medium positive correlation. In conclusion, it can be stated that there is a medium positive correlation between psychological well-being and self-esteem in students of a public educational institution, Pucallpa, 2022.

Keywords: Self-esteem, psychological well-being and students.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad hablar de bienestar psicológico y de autoestima en adolescentes es de relevancia, ya que son factores intrínsecos que influyen el bienestar y el desarrollo en la etapa de la adolescencia. El bienestar psicológico consiste en tener una vida de calidad, una perspectiva óptima positiva que está vinculado al desarrollo y la adaptación del individuo a su entorno (Rosales, 2018), asimismo, es un constructo que manifiesta un sentir positivo de sí mismo, refleja el funcionamiento óptimo en el aspecto físico, psíquico y social (García y González, 2000). Mientras que, la autoestima es un constructo formado por pensamientos, sentimientos y creencia ya sean favorables o desfavorables en relación de uno mismo (Bustos y Vásquez, 2022).

En el mundo actual existen serios problemas de salud mental que está afectando el funcionamiento óptimo en la etapa de la adolescencia. En el mundo según la información de la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud (OPS - OMS, 2020) se da cuenta que, 1 de cada 5 niños y adolescentes son diagnosticados con un trastorno mental; la depresión se encuentra entre los principales trastornos que afecta a la población global, siendo uno de los principios centrales de imposibilidad; además se indica que sucede un suicidio cada cuarenta segundos una persona se suicida en el mundo. Estas enfermedades de salud mental son un episodio silencioso que afecta la salud psicológica de los adolescentes y la ciudadanía en general.

Según la OMS (2021) de siete adolescentes de 10 a 19 años, uno de ellos sobrelleva cierto trastorno, vale decir la ansiedad, la depresión y los trastornos de comportamiento son los principales problemas que causan discapacidad y enfermedades entre los adolescentes. Estos trastornos en la etapa de la adolescencia perjudican la salud física y mental, sobre todo restringe las ocasiones y medios de bienestar y progreso adolescente.

En el Perú, según el Ministerio de Salud (MINSA, 2021) el 30% de los adolescentes de edades entre 12 y 17 años muestran riesgo de padecer alguna dificultad de salud mental o emocional. Igualmente, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021) asevera que los niños, niñas y adolescentes se encuentra en mayor riesgo de presentar cierta dificultad de salud mental en el contexto post COVID- 2019. Es decir, estas condiciones han afectado negativamente la salud física, mental y social en la adolescencia, de manera que, el bienestar psicológico y la autoestima se han visto afectado reduciendo el funcionamiento óptimo.

En la región Ucayali, en el 2022 entre los meses de enero y setiembre se atendió 3695 personas con trastornos afectivos y de ansiedad, además, 120 mil ucayalinos presentan afectaciones que perturban su estado de ánimo, comportamiento y pensamiento, en este contexto se registra más de 100 mil personas que sufren de algún trastorno mental (Masabel, 2022). Es decir, existe situaciones que está afectando el bienestar psicológico y la autoestima de la adolescencia.

Asimismo, la institución educativa pública en la ciudad de Pucallpa no es ajena a esta problemática, de manera que se observó en los adolescentes problemas de bienestar psicológico y autoestima.

En este contexto se planteó el enunciado del problema: ¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública Pucallpa, 2022?

Esta investigación se justifica de acuerdo a los fundamentos teóricos revisados y analizados de distintas fuentes bibliográficas sobre el bienestar psicológico y autoestima, en donde se describe problemáticas internacionales, nacionales y regionales en relación al fenómeno del estudio. Los cuales, serán de utilidad para futuras investigaciones y al mismo tiempo contribuye a la línea de investigación de la universidad. Dentro del campo metodológico se justifica por su procedencia riguroso basado en la metodología científico, lo cual permitió generar conocimientos fiables y válidas en la línea de investigación.

En el campo práctico, tiene relevancia porque evidencia información diagnóstica que será útil para la elaboración de programas de promoción, prevención en relación al bienestar psicológico y autoestima en adolescentes. A partir de los hallazgos de esta investigación podrá replantearse y formular nuevas investigaciones en beneficio de la población estudiada.

Y el objetivo general: Determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública Pucallpa, 2022. Y los objetivos específicos: Identificar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública Pucallpa, 2022; Identificar el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública Pucallpa, 2022.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Barba y Tigselema (2021) en su estudio: “Autoestima y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato de Cotopaxi y Tungurahua”, realizado en la ciudad de Ecuador. El objetivo general fue determinar la relación existente entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato. El estudio tuvo una metodología cuantitativa, con alcance correlacional y de corte transversal en una muestra considerada de 1.604 estudiantes. Se aplican la escala de autoestima de Rosenberg, y la escala de bienestar psicológico para adolescentes (BIESP-J). Se obtuvo como resultado que no existió relación entre ambas variables. Por otro lado, en el estudio comparativo entre ambas provincias se obtiene como resultado que en Tungurahua la autoestima personal es más alta. En conclusión, se mostró que la autoestima y el bienestar psicológico son factores independientes, puesto que no demostraron una correlación significativa.

Arias (2020) El estudio titulado "Bienestar psicológico durante el confinamiento por COVID-19 en la población adulta joven, ciudad de Quito, periodo 2020" se centra en el bienestar mental de los adultos jóvenes durante el confinamiento por COVID-19 en el Distrito Metropolitano de Quito. La investigación contó con la participación de 165 individuos, quienes completaron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff junto con una encuesta sociodemográfica de 18 ítems. Se empleó una metodología cuantitativa, de tipo no experimental y transversal, con un enfoque en la Psicología Positiva. Los resultados revelaron que, en general, el bienestar psicológico de la población se sitúa en un nivel moderado, indicando que el 50% de los participantes no experimentó cambios significativos en su estilo de vida desde el inicio del confinamiento.

García et al. (2019) realizaron una investigación para la revista científica orientación educacional, titulada: Bienestar psicológico en adolescentes: relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos, el objetivo central de este estudio fue relacionar el bienestar psicológico y diferentes variables psicológicas que están implicadas en la vida de los adolescentes. El desarrollo metodológico del mismo fue correlacional causal de diseño no experimental. Se tuvo una población muestral de 188 adolescentes de entre 12 a 15 años de edad, en donde se utilizó como instrumento de recolección de datos el autoinforme. Los resultados muestran que existe correlación entre

el bienestar psicológico y las demás variables de estudio. Se concluye que, la autoestima y la autoeficacia son las que tienen mayor impacto sobre el bienestar psicológico, además que, se encontraron diferencias significativas entre el sexo y los niveles de autoestima.

Burga (2023) en el trabajo de investigación: “Bienestar psicológico y autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Las Lomas, 2023”, para optar el título profesional de licenciada en psicología, tuvo como objetivo general relacionar el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de nivel secundaria. El método empleado fue observacional, nivel correlacional y diseño no experimental. La población muestral la compuso 80 estudiantes de nivel secundaria a los cuales se les aplicó la escala de autoestima de Rossemberg y la escala de bienestar psicológico de Ryff. Los resultados más relevantes muestran que 45% de los estudiantes presentan un nivel de bienestar psicológico moderado, mientras que, 76.3% un nivel medio de autoestima. Se concluye que, si existe correlación entre las variables estudiadas en la muestra de estudiantes.

Chavez (2023) en el trabajo de investigación: “Relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de una institución educativa, Ayacucho 2022”, para optar el título profesional de licenciada en psicología, tuvo como objetivo general determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de nivel secundaria. El método empleado fue tipo cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental. La población la conformaron estudiante de una institución educativa de Ayacucho, del cual se extrajo una muestra de 67 estudiantes, en el cual se aplicaron la técnica de la encuesta y los cuestionarios BIEPS-J y escala de autoestima de Rossemberg para recolectar la información. Los resultados más relevantes describen que 62.7% de los estudiantes tienen un nivel promedio de bienestar psicológico y 89.6% un nivel medio de autoestima. Se concluye que, si existe relación entre las variables de estudio, al observarse que el valor p fue menor al 0.05.

Flores (2022) en el trabajo de investigación: “Bienestar psicológico y nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho 2021”, para optar el título profesional de licenciada en psicología, tuvo como objetivo general determinar si existe relación entre bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de tercer, cuarto y quinto año de nivel secundaria. El método empleado fue de tipo observacional, de nivel correlacional y diseño epidemiológico. La población estuvo compuesta de 120 estudiantes, del cual se extrajo una muestra de 96 estudiantes de tercer,

cuarto y quinto año de secundaria, a los cuales se les aplicaron los cuestionario de BIEPS-J y la escala de autoestima de Rossemberg. Los resultados más importantes indican que 56.6% tiene un nivel medio en bienestar psicológico, mientras que, 38% tienen un nivel medio en autoestima seguido de un 37% en un nivel alto. Se concluye que, si existe correlación entre las variables, al probarse la hipótesis alternativa del estudio al tener un valor p menor al 0.05.

Huertas (2022) en el trabajo de investigación: “Bienestar psicológico y autoestima en adolescentes del distrito de Chorrillos, Lima 2022”, para optar el título profesional de licenciada en psicología, tuvo como objetivo general determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima de una muestra de 60 adolescentes. El método empleado fue de tipo observacional, nivel correlacional y de diseño epidemiológico. La población estuvo conformada por adolescentes de entre 13 a 17 años, a los cuales se les aplico los cuestionarios BIEPS-J y la escala de autoestima de Rossemberg. Los resultados más relevantes reflejan que 67% de los adolescentes presentan un nivel medio en bienestar psicológico, mientras que, 62% tiene un nivel medio de autoestima. Se concluye que, no existe correlación entre ambas variables, al superar el 0.05 el valor de significancia de la prueba de decisión.

Pecho (2021) es un estudio que tuvo por objetivo investigar la relación entre la inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes de Ica. Se empleó un diseño descriptivo-correlacional, utilizando una muestra de 198 alumnos de ambos sexos del primer año de educación secundaria. Se aplicaron el Test de Inteligencia Emocional de BarOn y el Inventario de Autoestima de Coopersmith. Se encontró una correlación positiva muy alta entre la inteligencia emocional y la autoestima (0,544**). En conclusión, se observó una correlación directa y significativa entre la inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes de primer año de educación secundaria en las tres instituciones educativas evaluadas.

Miranda (2020) en un estudio cuyo propósito principal fue analizar la conexión entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes del quinto grado de educación secundaria en la I.E. "San Luis" N°1128, Lima, durante el año 2020. Se aplicó una metodología descriptiva-correlacional de enfoque cuantitativo, con una muestra de 30 estudiantes de dicha institución. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Autoestima de Rosenberg Modificada (RSES) y la Escala Bieps-J de María Martina

Casullo para medir el bienestar psicológico. Los hallazgos del estudio indicaron la ausencia de una relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de quinto grado de educación secundaria, en concordancia con investigaciones previas de características similares.

Chambi (2018) en su investigación, el propósito fue analizar el impacto de la autoestima en el bienestar psicológico de estudiantes en un instituto técnico de educación superior en Lima. La muestra consistió en 162 estudiantes, de los cuales el 64.8% eran mujeres y el 35.2% hombres, con edades entre 16 y 45 años (media = 21.03, desviación estándar = 4.23). Todos los participantes completaron la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y la Escala de Bienestar Psicológico para adultos (BIEPSA), ambas adaptadas y validadas para la población peruana. Los resultados indican una influencia significativa y pequeña de la autoestima negativa en las dimensiones del bienestar psicológico, concluyendo sobre la influencia general de la autoestima en el bienestar psicológico.

Meléndez (2023) en el trabajo de investigación: “Bienestar psicológico y autoestima en adolescentes de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022”, para optar el título profesional de licenciada en psicología, tuvo como objetivo general determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de nivel secundaria. El método empleado fue cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La población muestral estuvo compuesta de un total de 150 estudiantes, a los cuales se les administro la escala de bienestar psicológico de Ryff y la escala de autoestima de Rosenberg para recoger la información. Los resultados más resaltantes señalan que 50.7% de los estudiantes tienen un nivel de bienestar psicológico bajo, y un 48.7% un nivel de bajo de autoestima. Se concluye que, si existe correlación entre las variables estudiadas.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Bienestar psicológico

La investigación científica sobre el bienestar psicológico comenzó a partir de la segunda mitad del siglo XX y ha crecido significativamente en las últimas décadas, dando lugar a diversas perspectivas sobre su comprensión. Desde sus inicios, el bienestar psicológico ha sido examinado desde dos enfoques principales: el enfoque eudaimónico, que se centra en el desarrollo personal continuo, y el enfoque subjetivo, que se enfoca en la satisfacción y las emociones positivas en la vida de cada individuo (Meneses y Sepúlveda, 2016).

El concepto de bienestar psicológico propuesto por Ryff sostiene que los primeros estudios científicos sobre este tema emergieron en Estados Unidos al final de la Segunda Guerra Mundial, influenciados por las corrientes filosóficas hedonista y eudaimónica. Estos estudios comenzaron abordando la felicidad y, posteriormente, el interés de la psicología social por las características de los trabajadores en la sociedad industrial. Inicialmente, el bienestar psicológico se centró en el crecimiento individual. La propuesta de Ryff sobre el bienestar psicológico surge como una evolución y síntesis de estas dos tradiciones filosóficas y psicológicas, enfocándose en el comportamiento del individuo, sus relaciones sociales y su entorno ambiental (Romero et al., 2007).

2.2.2. Teorías del Bienestar Psicológico

Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico

Carol Ryff una de las figuras más destacadas en la psicología positiva, desarrolló un modelo de bienestar psicológico que se considera uno de los mejores ejemplos de los postulados modernos en esta área. Estas teorías son actualmente muy útiles e importantes para un correcto abordaje de la salud mental. Según este enfoque, el bienestar psicológico no se basa en elementos hedónicos; en cambio, sugiere que un funcionamiento óptimo del individuo genera una mayor cantidad de emociones positivas, desarrollando diversas dimensiones que contribuyen a un alto índice de bienestar. Además, Ryff creó un cuestionario para evaluar esta dimensión del bienestar, señalando una estrecha relación entre una óptima satisfacción personal, el bienestar subjetivo y una excelente salud física (Ryff y Singer, 1998).

El modelo de Ryff se basa en seis factores clave. El primero, la auto aceptación, implica que las personas se sientan bien consigo mismas y, al mismo tiempo, reconozcan

sus limitaciones. El segundo factor son las relaciones positivas, que se caracterizan por la confianza, la calidez, la empatía y la intimidad con otros. El tercer factor, el dominio del entorno, se refiere a la capacidad de una persona para elegir o crear un ambiente adecuado para sí misma y manejar su vida de manera efectiva, incluyendo la percepción del control sobre su entorno. El cuarto factor es la autonomía, que destaca la habilidad de las personas con altos niveles de autocontrol para resistir las presiones sociales y regular su propio comportamiento. El quinto factor, el propósito en la vida, evalúa la capacidad de un individuo para alcanzar sus metas y objetivos. Finalmente, el crecimiento personal está relacionado con el desarrollo del potencial individual para crecer como ser humano y maximizar sus capacidades (Ryff, 1989).

Modelo de Seligman

Seligman (2011) propuso un enfoque de psicología positiva que se centra en la valoración de rasgos individuales favorables, experiencias subjetivas positivas y una calidad de vida adecuada. Este enfoque se basa en la comprensión de factores individuales, familiares y contextuales que influyen en la experiencia humana. Sugiere que para alcanzar el bienestar, una persona debe experimentar cinco indicadores: emociones positivas, compromiso, logros, relaciones positivas y sentido de vida. El primer indicador, emociones positivas, se refiere a la medida subjetiva de placer y comodidad. El segundo, compromiso, implica una profunda concentración en la tarea en cuestión, al punto de perder la conciencia del entorno. El tercer indicador, sentido de vida, está relacionado con la capacidad de ser y servir a algo superior a uno mismo. El cuarto, logros, se refiere a la realización personal. Finalmente, el quinto, relaciones positivas, está vinculado con los cuatro indicadores anteriores, ya que se basa en el establecimiento de vínculos significativos (Meneses et al., 2016).

Teorías de las discrepancias.

El bienestar se entiende mediante la comparación entre los estándares personales y las situaciones presentes. La satisfacción se experimenta cuando los logros superan los estándares, mientras que la insatisfacción surge cuando los estándares son altos pero los logros son limitados (Michalos, 1986). Esta explicación se fundamenta en diversas teorías de discrepancia múltiple. Por ejemplo, la teoría del objetivo-logro compara lo que uno tiene con los objetivos que desea alcanzar; la teoría del ideal-realidad contrasta la situación actual con el ideal deseado; la teoría de la mejor comparación previa evalúa lo actual en

relación con lo mejor alcanzado anteriormente; la teoría de la comparación social contrasta los logros individuales con los de un grupo social relevante; y la teoría de la congruencia analiza la armonía entre el individuo y su entorno. En resumen, la satisfacción surge cuando uno se percibe superior a los demás, mientras que la insatisfacción surge cuando uno se siente en desventaja en comparación con los demás.

2.2.3. Características del bienestar psicológico

Una característica distintiva del bienestar psicológico es que no se trata ni se representa como algo orgánico, como una talla adecuada o una apariencia saludable. Más bien, el bienestar psicológico está estrechamente relacionado con la percepción que las personas tienen sobre su satisfacción con lo que les ofrece su entorno, así como con su capacidad para evaluar si sus habilidades, logros y destrezas están alineados con sus expectativas y deseos. En consecuencia, aquellos con un adecuado bienestar psicológico experimentan una sensación de ajuste psicosocial y funcionalidad en consonancia con sus expectativas previas (Byrne, 2000). Además, el bienestar psicológico se encuentra íntimamente ligado a la calidad de vida de una persona, quien percibe que sus aspectos vitales importantes están cubiertos y que su entorno le proporciona acceso para abordar otros aspectos. En este contexto, es posible distinguir los rasgos característicos de una persona que experimenta bienestar psicológico de aquellos que carecen de él (Byrne, 2000).

Las personas que disfrutan de un alto nivel de bienestar psicológico tienden a destacarse por su autoaceptación, ya que se aceptan a sí mismas y se sienten satisfechas con sus características personales, tanto en el aspecto intelectual como físico, así como en sus relaciones con los demás. De igual manera, el bienestar psicológico implica sentirse complacido con su propia existencia. Por esta razón, la autoeficacia, la competitividad y una alta autoestima suelen ser características distintivas en estas personas (Páramo et al., 2012). Por el contrario, cuando una persona experimenta un nivel de bienestar psicológico inadecuado, es altamente probable que esté atravesando momentos de depresión o ansiedad. En este estado, percibe que gran parte de sus acciones son incorrectas, realizadas de manera equivocada o resultan en vano. Esta falta de autoaceptación contribuye a un estado de bienestar psicológico deficiente (Páramo et al., 2012).

Los adolescentes que tienen un buen estado psicológico muestran un mayor éxito en la gestión de sus metas personales y en la participación en actividades sociales. Buscan

relacionarse con personas que apoyan su imagen ideal y evitar situaciones que puedan obstaculizar sus nuevas metas. Para lograr este bienestar, es esencial tener confianza porque está relacionada con la satisfacción general en la vida. Estos adolescentes participan en actividades que les permiten alcanzar nuevas metas confiando en sus propios recursos. Perciben un mayor control sobre su vida y experimentan un mayor bienestar emocional al abordar nuevas situaciones de manera positiva (Casullo y Castro, 2000).

2.2.4. Psicología Positiva

En un campo tan vasto del conocimiento humano como la psicología moderna, la psicología positiva, un área en continua expansión, actúa como una especie de guía, enfocada en resaltar los aspectos positivos de la experiencia humana y promover el bienestar, en lugar de intervenir para tratar de corregir los problemas ya existentes. diferencia entre las áreas más tradicionales de la psicología autores. La psicología positiva se preocupa por estudiar y promover los pilares del florecimiento humano, y no por comprender solo los problemas mentales manifestarse (Gaxiola y Palomar, 2016).

Desde sus primeros pasos a fines del siglo pasado, influenciados por pensadores como Abraham Maslow y Carl Rogers, hasta su promulgación como un campo disciplinario separado, el término “ciencia de la psicología positiva” por Martin Seligman en la década de 1990, la psicología positiva se ha desarrollado, fusionando la indudable sabiduría de hace milenios con los análisis de laboratorios modernos de hoy. En el ámbito de la investigación psicológica, la ciencia de la psicología positiva abarca una serie de temas que van más allá del simple abordaje del sufrimiento humano para abordar la plenitud y la felicidad, al menos hasta donde podemos desentrañar estos misterios. Las emociones positivas, la buena vida, el bienestar personal, las relaciones interpersonales óptimas, el significado y la realización y la resiliencia y la lucha abominable parecen ser especialmente prometedores como temas de estudio (Arratia, 2014).

La psicología positiva invita a reflexionar sobre la esencia misma de la humanidad y el propósito último de la vida al profundizar en estos temas. La investigación empírica y las preguntas filosóficas se entrelazan para ofrecer una comprensión más profunda de lo que significa ser humano y cómo podemos vivir una vida plena y satisfactoria. Sin embargo, la psicología positiva es más que un campo académico; sus ideas y hallazgos se aplican a muchas áreas de la vida humana. La psicología positiva se convierte en una herramienta poderosa para el crecimiento personal y el bienestar colectivo, desde la

psicoterapia y la educación hasta el liderazgo organizacional y la promoción de la salud. Este enfoque puede tener un impacto positivo en la vida real. Estos incluyen intervenciones educativas, programas terapéuticos y estrategias de liderazgo basadas en la psicología positiva (Seligman, 2011).

2.2.5. Autoestima

Panesso y Arango (2017) definen la autoestima como la valoración que uno tiene de sí mismo, que está influenciada por las emociones, pensamientos, sentimientos, experiencias y actitudes que uno acumula a lo largo de la vida. Las interacciones que una persona tiene con los demás a lo largo de su ciclo vital contribuyen a este proceso de desarrollo de su autoestima. La evolución del "Yo" y la autoestima de cada persona están influenciadas por la aceptación y la importancia que se dan las personas entre sí. Así también Rosenberg (1996) fue uno de los primeros en definir la autoestima el cual señala que la autoestima es una valoración tanto positiva como negativa, que se relaciona emocional y cognitivamente. Debido a que los adultos mayores suelen tener diversas actitudes durante su etapa adulta, el autoestima es tener una imagen de amor así nosotros mismos, valorándonos con nuestros defectos y virtudes.

En el caso específico de los adolescentes, quienes están experimentando una transición significativa hacia la independencia y la autonomía, la autoestima juega un papel crucial en su desarrollo. Valorarse a sí mismos con sus fortalezas y debilidades es fundamental para construir una imagen positiva de sí mismos y enfrentar los desafíos propios de esta etapa de la vida. Una autoestima saludable puede contribuir a su bienestar emocional, su capacidad para establecer relaciones saludables y su rendimiento académico y social. Sin embargo, los adolescentes también pueden enfrentar desafíos en el desarrollo de una autoestima positiva, especialmente si experimentan presiones sociales, conflictos familiares o dificultades académicas. Es importante brindarles apoyo emocional y herramientas para fortalecer su autoestima y promover un desarrollo saludable durante esta etapa crucial de su vida (Schoeps et al., 2019).

Desde una perspectiva diferente, el autoestima es la sensación de ser capaz de satisfacer las necesidades y las oportunidades de la vida. El concepto se enfoca principalmente en dos aspectos: el primero, en la seguridad en nuestra capacidad para pensar y afrontar las situaciones difíciles que surgen en el camino; y el segundo, en la

seguridad en que todos tenemos derecho a la felicidad, el derecho de reconocer las deficiencias que cada uno tiene y disfrutar de los logros que hemos logrado como resultado de nuestro trabajo (Branden, 1992).

2.3.1. Tipos de Autoestima

Rosenberg (1979) propuso dividir la autoestima global en dos categorías: autoestima positiva y negativa, también conocidas como autoestima alta y baja. La primera hace referencia a las personas que se respetan a sí mismas y se consideran valiosas, reconociendo sus propios méritos y superando sus errores. Por el contrario, aquellos que tienen una baja o negativa autoestima se sienten despreciados por sí mismos, se sienten indignos y se desprecian a sí mismos.

Así también Díaz (2018) presenta tres tipos diferentes de autoestima: la alta, también conocida como positiva, permite a la persona sentirse satisfecha con su vida, ser consciente de sus habilidades y enfrentar los desafíos que afectan su autoconcepto. La autoestima media, que se considera relativamente positiva, se caracteriza por una cierta inestabilidad en la percepción de uno mismo, lo que influye en la valoración personal y puede variar emocionalmente, con tendencia a sentirse poco valorado y afectado por factores internos y externos. Finalmente, la baja autoestima se define por problemas para aceptarse a uno mismo, falta de respeto hacia uno mismo y sentimientos de inutilidad, lo que puede causar desajustes emocionales, inseguridad y afectar la personalidad de una persona.

Rodríguez et al. (2012) sostienen que la autoestima alta se manifiesta en individuos que confían plenamente en sus habilidades y decisiones, aceptándose a sí mismos de manera positiva y considerando las opiniones de los demás de manera constructiva. Sin embargo, destacan que tener una autoestima elevada no garantiza el éxito continuo en la vida, sino que también implica ser consciente de las propias limitaciones y encontrar motivación en los logros alcanzados, lo que contribuye a un bienestar emocional más estable y duradero. Por otro lado, las personas con baja autoestima tienden a percibir su existencia como carente de sentido, experimentando una sensación de poco aprecio por parte de los demás y enfrentando las adversidades con temor y evitación, lo que puede llevar a un ciclo de autodesvalorización y desesperanza. Este estado de autoestima

reducida está estrechamente vinculado con problemas de salud mental, como la depresión y la ideación suicida.

2.3.2. Componentes y características de la autoestima

La autoestima se compone de una variedad de elementos cognitivos, emocionales y conductuales y tiene un impacto en la percepción que una persona tiene de sí misma y en su salud mental en general. Entre estos componentes se encuentran la autoaceptación, que implica tener una actitud positiva hacia uno mismo y reconocer tanto sus fortalezas como sus debilidades; la autovaloración, que se refiere a la evaluación subjetiva de la valía personal; y la autoeficacia, que consiste en la creencia en la capacidad propia para enfrentar desafíos y alcanzar metas. La autoimagen, que comprende la percepción de la apariencia física y otras características personales; el autorespeto, que implica tratarse a uno mismo con dignidad y establecer límites saludables en las relaciones; y la autoconciencia, que es la capacidad de considerar sus propios pensamientos, sentimientos y acciones. La autoestima y el bienestar psicológico general de una persona se ven afectados por la interacción de estos elementos (Inga,2017)

Ramos (2017) destaca la capacidad intrínseca del ser humano para valorarse y apreciarse, destacando su importancia para el bienestar psicológico. Por lo tanto, reconoce una amplia gama de rasgos que delinean esta capacidad. En primer lugar, enfatiza que el valor propio es independiente de los logros o metas que se han alcanzado. Se afirma que las personas tienen una percepción positiva de sí mismas y se sienten valoradas en sus relaciones sociales, lo que tiene un impacto directo en su autoestima y satisfacción personal. Además, enfatiza la importancia de aceptarse a uno mismo como una persona que reconoce conscientemente sus debilidades y limitaciones en la interacción social. Una mayor autenticidad y coherencia en el autoconcepto se desarrolla como resultado de esta aceptación realista de uno mismo. Sin embargo, enfatiza la importancia del afecto a sí mismo. Este afecto, que se caracteriza por la comprensión, la lealtad y el cariño hacia sí mismo, promueve una sensación de comodidad y armonía interna, lo que ayuda significativamente a mejorar el bienestar emocional y psicológico. Además, enfatiza el valor de la autoeficacia, que se define como la confianza en las propias habilidades y capacidades para superar obstáculos y lograr metas. La existencia de una creencia en uno mismo aumenta la confianza en uno mismo y fomenta una actitud proactiva hacia la vida.

Asimismo, la necesidad de autenticidad y congruencia entre el ser interno y la manifestación externa. La coherencia entre lo que uno piensa, siente y hace contribuye a una autoimagen positiva y a una mayor satisfacción personal. Finalmente, destaca la importancia de la resiliencia, que se refiere a la capacidad de recuperarse de las adversidades y aprender de las experiencias difíciles. La presencia de esta cualidad permite a las personas mantener una actitud optimista y adaptarse de manera efectiva a los cambios y desafíos de la vida. (Branden,1992).

2.4.1 Importancia de la autoestima

El autoestima tiene un impacto significativo en la vida de las personas, ya que tiene un impacto directo en su bienestar emocional y su capacidad para relacionarse con el mundo que les rodea. Una autoestima saludable promueve una actitud positiva hacia uno mismo y ayuda a aceptar y valorar las propias capacidades y cualidades. Esto facilita relaciones interpersonales más auténticas y satisfactorias, así como una mayor capacidad para afrontar los desafíos y adversidades de la vida con resiliencia y determinación (González, 2000).

Por el contrario, una baja autoestima puede tener efectos perjudiciales significativos, afectando la forma en que las personas se perciben a sí mismas y su capacidad para lidiar con los desafíos que surgen en el día a día. La falta de confianza en uno mismo puede causar inseguridad, ansiedad y depresión, lo que limita las oportunidades de crecimiento personal y profesional. Por lo tanto, desarrollar y mantener una autoestima positiva es esencial para vivir una vida plena y satisfactoria, mejorar el bienestar emocional y ayudarlo a lograr sus metas y objetivos personales (González, 2000).

La autoestima también está intrínsecamente ligada al proceso de toma de decisiones y al desarrollo de habilidades de resolución de problemas. Cuando una persona confía en sus capacidades y se valora a sí misma, tiende a tomar decisiones más asertivas y afrontar los desafíos con mayor seguridad. Esto repercute en su capacidad para enfrentar situaciones adversas de manera constructiva y adaptativa, lo que contribuye a su crecimiento personal y profesional. Además, la autoestima influye en la manera en que las personas enfrentan los fracasos y las críticas. Aquellas con una autoestima saludable suelen ser más resilientes frente a las dificultades, aprendiendo de sus errores y utilizando la

retroalimentación de manera constructiva para mejorar. Por otro lado, las personas con baja autoestima pueden sentirse fácilmente desmotivadas o desanimadas ante los contratiempos, lo que puede obstaculizar su capacidad para superar los obstáculos y alcanzar sus metas. En este sentido, fomentar una autoestima positiva desde una edad temprana es fundamental para promover el desarrollo personal y el bienestar emocional a lo largo de la vida (Sanz, 2014)

Adolescencia

La adolescencia es el período de desarrollo físico y psicosocial que marca el paso entre la infancia y la edad adulta. La pubertad marca el inicio de la adolescencia, pero no se ha llegado a un consenso sobre cuándo una persona alcanza la madurez física, mental y social completa (Coleman y Hnedry, 2003). Así mismo Morduchowicz (2022) menciona que es la etapa de desarrollo que ocurre entre la infancia y la edad adulta. Es un período de profundos cambios, lo que lo convierte en un período de confusión. Los adolescentes experimentan cambios biológicos significativos a medida que alcanzan la madurez sexual y física, los cuales están en línea con los cambios sociales y psicológicos significativos que ocurren mientras buscan la independencia y avanzan hacia la etapa adulta.

La adolescencia se considera una etapa de crisis, aunque los conflictos surgen gradualmente, lo que permite a los adolescentes enfrentarlos y resolverlos sin agotarse. La idea de Erickson define la adolescencia como una crisis normativa, es decir, una fase típica de aumento de conflictos, donde la tarea más importante es crear una identidad coherente y evitar la confusión de papeles, se preocupan más por su apariencia personal y por aumentar su poder de atracción; a su vez, aparecen manifestaciones egocéntricas y hay una búsqueda de su propia identidad, apareciendo el pensamiento abstracto y alcanzando las características de un adulto cuando logra un mejor control de los impulsos y los cambios emocionales son menos intensos, logrando establecer su identidad personal y social, lo que pone fin a esta etapa (Morris y Maisto, 2009).

Autoestima en la adolescencia

la autoestima juega un papel importante y mediador en el comportamiento adolescente porque es en esta etapa crítica donde se adquieren y forman hábitos y conductas que permanecerán en la adultez. Por lo tanto, se deben fortalecer hábitos específicos desde la familia, el entorno social y educativo. Asimismo, entre los factores que pueden afectar la autoestima, se presentan mayores exigencias sociales como la

construcción de la identidad, la autonomía y las interacciones con el mismo sexo y con el sexo opuesto a esta edad (Morris y Maisto, 2009).

En este escenario, Vernieri (2013) afirma que los adolescentes que tienen una alta autoestima tienden a buscar una mejor calidad de vida. Estos jóvenes suelen tener interacciones más positivas con sus compañeros, lo que fortalece sus relaciones sociales y les da un entorno de apoyo. Además, están en mejor posición para cumplir con las demandas académicas, lo que resulta en una actitud más proactiva y un mejor rendimiento escolar. La confianza en sí mismos les ayuda a enfrentar los desafíos con mayor eficacia, lo que fomenta la resiliencia y una mayor capacidad de adaptación. Estos adolescentes también tienen menos probabilidades de desarrollar dependencias, ya sea hacia sustancias o personas, manteniéndose más autónomos y confiados en sus decisiones y comportamientos.

Independientemente de nuestro sexo, edad, cultura, trabajo y objetivos en la vida, los adolescentes deben tener una autoestima saludable. Parece que si esta necesidad no se satisface, Además de la autovaloración, no se pueden incluir otras que impliquen la realización de todo el potencial de desarrollo humano (Casullo, M., y Castro, A., 2000).

En su teoría psicosocial, Erikson afirma que los adolescentes que experimentan muchos cambios físicos, cognoscitivos y sociales relacionados con la pubertad con frecuencia se confunden y muestran al menos un deterioro de su autoestima a medida que dejan atrás la niñez y comienzan a buscar una identidad adulta estable (Morris y Maisto, 2009).

2.3. Hipótesis

Ho: No existe relación entre el bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022.

Hi: Existe relación entre bienestar psicológico y autoestima el en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022.

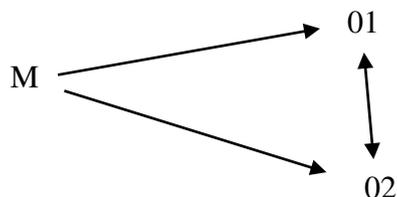
III. METODOLOGÍA

3.1. Nivel, Tipo y diseño de investigación

La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, según Hernández et al. (2014), que también lo identifican como cuantitativo debido a la recolección de datos a través de cuestionarios, censos y pruebas estandarizadas.

Asimismo, se caracteriza por un nivel correlacional, en línea con Hernández et al. (2014), quienes definen este nivel como aquel que busca asociar variables mediante un patrón predecible para un grupo o población.

El diseño adoptado fue no experimental de tipo transversal, ya que el investigador no manipulará variables para alterar la naturaleza de los hechos, según lo señalado por Hernández et al. (2014).



Donde:

O1= Observaciones de la variable 1: Bienestar psicológico

M =Muestra

O2=Observaciones de la variable 2: Autoestima

r =Relación entre las variables.

3.2. Población y muestra

Población

Según Oré (2015) la población se define como un grupo de observaciones que comparten una característica común. En este estudio, la población estuvo compuesta por 916 estudiantes de primero a quinto grado de secundaria de una institución educativa en Pucallpa, en el año 2022. Para seleccionar la muestra, se empleará un método no probabilístico por conveniencia, teniendo en cuenta los siguientes criterios.

Criterios de inclusión.

- Todos los estudiantes matriculados en el año académico 2022, en grado segundo y tercero de secundaria.

- Estudiantes que firmen el consentimiento informado.

- Estudiantes de ambos sexos.

Criterios de exclusión.

- Estudiantes que no desean participar en la investigación.
- Estudiantes que dejaron los estudios

Muestra.

Según Oré (2015) plantea que la muestra “es un subconjunto de la población, la muestra debe ser representativa o no segada.

La muestra está conformada por 180 estudiantes de secundaria de una institución educativa Pucallpa, 2022.

3.3. Definición y operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALALA DE MEDICION	CATEGORÍAS O VALORACION
BIENESTAR PSICOLOGICO	La variable fue medida a través, de la Escala de Bienestar Psicológico del autor Carol Ryff (1989)	<ul style="list-style-type: none"> -Autoaceptación -Relaciones positivas -Dominio del entorno -Autonomía -Crecimiento personal -Propósito en la vida 	Actitud positiva, empatía, metas, motivación, aceptación de nuevas experiencias, necesidad de mejorar	Alto Medio Bajo	Categorica,ordinal, politomica

<p>AUTOESTIMA</p>	<p>La variable fue medida, a través de la Escala de Autoestima de Rosenberg (1965)</p>	<p>Sin dimensiones</p>	<p>Representación mental que se tiene de uno mismo, capacidad de reconocerse a si mismo, saber aceptar las frustraciones, muestra sus emociones con libertad, pensar en si mismo en torno a los rasgos propios y únicos.</p>	<p>Alto Medio Bajo</p>	<p>Categorica, Ordinal, Politomica</p>
-------------------	--	------------------------	--	------------------------	--

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

Según Rojas (2011), se refiere a métodos comúnmente empleados para obtener información científica a través de encuestas y cuestionarios, con el propósito de resolver problemas específicos (pág. 278).

Instrumentos

VARIABLE 1: ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

La escala de bienestar psicológico para jóvenes (BIEPS-J) desarrollado por María Casullo en el año 2000 en población argentino, propuesta que estuvo basado en el modelo multidimensional de Ryff. En el contexto peruano Niño de Guzmán (2022) realizó la adaptación en estudiantes de nivel secundaria en la ciudad de Lima. La administración del instrumento es individual y colectivo, en un tiempo promedio de 10 minutos, en área clínica, educativa e investigación.

Dimensiones e Ítems: el instrumento consta de 6 dimensiones; autoaceptacion, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal, y proyecto en la vida. Cuenta con 13 ítems distribuido en los indicadores. Y escala de medición: Ordinal Likert En desacuerdo= 1 punto Ni de acuerdo ni en desacuerdo = 2 puntos De acuerdo= 3 puntos. Valoración: 28- 32 =Bienestar Psicológico Bajo 33-38 = Bienestar Psicológico Medio 39 = Bienestar Psicológico Alto.

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 (1.00), es decir, el instrumento es apto para el recojo de datos en el contexto peruano.

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. Ahora, en el contexto peruano la confiabilidad por consistencia interna se obtuvo un valor de .71 por Alfa de Cronbach, que es una confiabilidad buena.

VARIABLE 2: INVENTARIO DE AUTOESTIMA

Nombre original: Rosenberg Self-Steem Scale (Rosenberg S-S). El autor del instrumento es el sociólogo Morris Rosenberg. El tipo de instrumento es una escala de medición. Los objetivos se centran en evaluar el sentimiento de satisfacción que una persona tiene consigo misma. La autoestima refleja la relación entre la autoimagen real y la autoimagen ideal. La Población de aplicación es adolescentes, adultos y personas mayores. Cuenta con 10 preguntas, 5 planteados en forma positiva y 5 en forma negativa (para controlar la aquiescencia y la tendencia a responder afirmativamente). El tiempo de aplicación oscila entre los 5 minutos. En donde 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 2, 5, 8, 9,10 y la puntuación invertida de los ítems 1, 3, 4, 6, 7. La puntuación final oscila entre 10 y 40. Las puntuaciones mayores son indicadoras de una autoestima más alta. El ámbito de aplicación, se puede utilizar como un instrumento de diagnóstico clínico, escolar e investigación. La confiabilidad de la prueba es una fiabilidad de 0.80 Cronbach y una validez de un rango de 0.76 y 0.87. Ha sido adaptada en Perú por Sánchez et al (2021) quienes encontraron una confiabilidad de 0.85. Se concluye que el instrumento proporciona evidencia de validez y consistencia interna adecuadas para ser utilizada en el contexto peruano. La comprensión de las puntuaciones de la Escala de autoestima de Rosenberg,

3.5. Método de análisis de datos

En cuanto al análisis de los resultados, se empleó la estadística descriptiva para presentar los hallazgos relacionados con los objetivos de la investigación, mientras que se

recurrió a la estadística inferencial para examinar las hipótesis planteadas. Por lo tanto, los datos recopilados a través de las encuestas fueron procesados mediante técnicas estadísticas utilizando Microsoft Excel para generar tablas de frecuencias y gráficos descriptivos. Además, se aplicó el software SPSS para obtener análisis inferenciales, específicamente la prueba no paramétrica (prueba de rangos) utilizando la correlación de Spearman.

3.6. Aspectos éticos

Esta investigación toma en cuenta los siguientes aspectos según la actualización por Consejo Universitario con Resolución N° 0277- 2024-CU-ULADECH católica, de fecha 14 de marzo del 2024.:

- Respeto y protección de los derechos de los participantes: se valoró su dignidad, privacidad y diversidad cultural.
 - Cuidado del medio ambiente: se respetó el entorno, se protegió las especies y se preservó la biodiversidad y la naturaleza.
 - Participación libre y voluntaria: los participantes estuvieron informados sobre los objetivos y finalidades de la investigación, expresaron su consentimiento de manera clara y específica.
 - Beneficencia y no maleficencia: se aseguró el bienestar de los participantes, aplicando principios que eviten causar daño, reduciendo posibles efectos adversos y maximicen los beneficios de la investigación.
 - Integridad y honestidad: se promovió la objetividad, imparcialidad y transparencia en la difusión responsable de los resultados de la investigación.
- Justicia: se tomó un juicio razonable y equilibrado para prevenir sesgos y asegurar un trato equitativo a todos los participantes.

IV. RESULTADOS

4.1. Presentación de resultados

Tabla 1

Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov para la variable bienestar psicológico y la variable autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública Pucallpa, 2022.

Factor	Estadístico	gl	Sig (p)
V1: Bienestar Psicológico	0.134	180	0.000
V2: Autoestima	0.095	180	0.000

Nota: la Tabla N°1, de prueba de normalidad, observamos que el valor de significancia de la variable bienestar psicológico y la variable autoestima es $.000 < 0,05$ en ese sentido no existe distribución normal, por lo que se utiliza la prueba no paramétrica de Spearman para el cálculo de las correlaciones.

Tabla 2

Prueba de Hipótesis General. Correlación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública Pucallpa, 2022

Correlaciones

		Autoestima
Bienestar psicológico	Correlación de Spearman	,383
	Sig. (bilateral)	.000
	N	180

Nota: En la Tabla N° 2, se ha demostrado que existe relación positiva media entre las variables comparadas, como consecuencia de haber contado con un p valor menor a 0.05, demostrando la existencia de la hipótesis alternativa (H_1), alcanzando un valor de significancia de 0.000; alcanzando una relación de 0.383 (Correlación positiva baja).

Tabla 3

Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022.

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0
Promedio	11	6.1
Alto	169	93.9
Total	180	100,0

Nota: En la tabla 3 se observan los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública Pucallpa, 2022; donde el 93,3 % (n=1659) perciben el nivel alto.

Tabla 4

Nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022

	Frecuencia	Porcentaje
Autoestima baja	58	32.2
Autoestima media	65	36.1
Autoestima elevada	57	31.7
Total	180	100,0

Nota: El nivel de autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Pucallpa fue de un 36.1% de nivel autoestima medio, un 32.2% de nivel autoestima baja y un 31.7 % de nivel autoestima elevada.

V. DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública Pucallpa, 2022. Los hallazgos demuestran que existe relación positiva media entre bienestar psicológico y autoestima. Estas cifras indican que, a mayor evidencia de autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y proyecto de vida también será creciente el nivel de autoestima en el desarrollo del adolescente, es decir, a mayor de bienestar psicológico mayor será el nivel de autoestima. Este resultado coincide con la investigación de Flores (2021) cuyos resultados mostraron que si existe relación entre bienestar psicológico y nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho 2021; también coincide con el estudio de Alcántara y Fernández (2020) donde se encontró la existencia de la relación positiva entre moderada y fuerte entre bienestar psicológico y autoestima. Por el contrario, esta difiere de la investigación de Barba y Tigselema (2021) donde se obtiene como resultado que no existe relación entre autoestima y bienestar psicológico y, por último, también se diferencia de la investigación de Miranda (2020) donde se determinó que no existe relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la I.E. “San Luis” N°1128 – Lima. La similitud entre las investigaciones puede atribuirse al hecho de que se llevaron a cabo en instituciones públicas de provincias peruanas, donde, a pesar de las diferencias culturales entre ellas, suelen compartir características similares en términos de recursos educativos, estructuras organizativas y condiciones socioeconómicas (Portocarrero y Oliart, 2021). Este contexto común puede implicar que los estudiantes provienen de entornos similares en cuanto a condiciones socioeconómicas, infraestructura escolar y apoyo educativo, lo cual podría contribuir a la relación encontrada entre la autoestima y el bienestar psicológico. Debido a que, si los estudiantes provienen de entornos con recursos educativos limitados, es probable que enfrenten desafíos adicionales en su educación (Gaxiola y Palomar, 2016). Así también las condiciones socioeconómicas pueden tener un impacto significativo en el bienestar psicológico de los estudiantes, si provienen de hogares con dificultades económicas, podrían experimentar estrés, ansiedad o preocupaciones que afecten su autoestima y su bienestar en general (Gaxiola y Palomar, 2016). Esto podría afectar su autoestima, ya que pueden sentirse frustrados o inseguros acerca de sus habilidades y logros académicos

debido a la falta de oportunidades y apoyo adecuado. Como mencionada Huillcahuari, Quispe, y Cárdenas (2020) los colegios públicos suelen tener un enfoque en la educación inclusiva, donde se promueve la participación y el bienestar de todos los estudiantes, independientemente de sus características individuales. Este enfoque puede generar un ambiente de apoyo emocional y fomentar el desarrollo de habilidades socioemocionales, lo cual impacta positivamente en la autoestima y el bienestar psicológico de los estudiantes. La promoción de un ambiente inclusivo puede generar un sentido de pertenencia y aceptación, factores clave para el desarrollo de la autoestima en los estudiantes (Huillcahuari, Quispe, y Cárdenas, ,2020). Otro factor a considerar es el papel de los docentes y el personal educativo en los colegios públicos. Es posible que estos profesionales estén capacitados en la atención y el apoyo emocional de los estudiantes, lo que podría influir en el desarrollo de su autoestima y bienestar psicológico (De Romaña, 2021) La presencia de docentes comprometidos y capacitados puede generar un ambiente de confianza y seguridad, donde los estudiantes se sientan valorados y apoyados en su desarrollo emocional (Portocarrero y Oliart, 2021).

Por otro lado, la diferencia con las investigaciones de Bravo y Tigselema (2021) hecha en estudiantes de secundaria y la investigación de Miranda (2020) hecha en estudiantes de quinto grado de secundaria, se puede deber a las características que tienen los alumnos y las exigencias por la cual están pasando. A pesar que tienen edades similares que la muestra de la investigación , gran parte están en otra etapa más exigente ya rumbo a la etapa universitaria generando que sus preocupaciones y comportamientos estén más enfocados en el logro de sus objetivos , a diferencia de los estudiantes de secundaria, especialmente los de los primeros grados, quienes recién están en una etapa de desarrollo de su identidad y personalidad, afectando directamente en la percepción del autoestima que tengan (Papalia, Wendkos y Duskin, 2017), haciendo que los datos puedan diferir; Además, es importante considerar que ambas variables son constructos complejos y multifacéticos que pueden ser influenciados por diversos factores, como el género, la personalidad, la historia personal y las experiencias individuales (Gaxiola y Palomar, 2016).

En cuanto a los resultados descriptivos se encontraron que la mayoría, 93.9 % de los encuestados, perciben el nivel alto de bienestar psicológico. Este tiene una similitud

con las investigaciones de Cruzado (2022) donde el 61% de estudiantes de secundaria de una institución educativa de Trujillo presentan un nivel alto en bienestar psicológico, así también coincide con la investigación de Mamani (2021) donde el 53,5% presentan un nivel alto en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa particular de Ayacucho en el 2021. En primer lugar, este resultado se puede explicar debido al sentido de comunidad preponderante en este tipo de localidades (Mercado y Ramírez, 2020) haciendo que la formación de vínculos personales solidarias y cohesionadas influyan positivamente en esta variable, además el sentido de pertenencia que tiende a ser un factor fundamental en el desarrollo y bienestar de los adolescentes también juega un papel fundamental explicando los resultados altos. Ante ello, hay que tener en cuenta que ambas investigaciones con las que se compara fueron hechas en instituciones privadas, las cuales tienden a fortalecer, mediante actividades extra curriculares y departamentos de psicología, el desarrollo de vínculos personales sanos tanto dentro como fuera del colegio, así también, mediante colegios de padres o actividades parecidas guían a los padres para que también puedan ser partícipes de la educación de los hijos generando esto un entorno favorable para el crecimiento y el bienestar de los estudiantes (Portocarrero y Oliart, 2021) .

Por último, en los datos descriptivos sobre niveles de autoestima se encontró que un 36.1 % perciben el nivel autoestima media, mientras que en el nivel de autoestima elevada se encuentra el 31.7% de los estudiantes. Siendo este distinto a la investigación de Arcaya (2021) donde se obtuvo que un 82% tienen un nivel alto en autoestima en una Institución Pública de Ayacucho. Esta diferencia puede ser debido a que la valoración de los logros y esfuerzos por parte de las instituciones escolares contribuye significativamente al desarrollo de la autoestima (Portocarrero y Oliart, 2021). Al promover una cultura que valora el trabajo y el progreso de los estudiantes, se genera un ambiente positivo que refuerza su confianza en sí mismos y fortalece su sentido de autovaloración (Pérez, 2011). Esto se refleja en el reconocimiento de sus habilidades y logros académicos, así como en la valoración de sus talentos individuales en otras áreas, como el arte o el deporte (Pérez, 2011). Así también indicaría que los colegios fomentan el respeto hacia las diferencias individuales y promover la inclusión, los estudiantes se sienten aceptados y valorados por quienes los rodean, favoreciendo la construcción de una imagen positiva de sí mismos.

VI. CONCLUSIONES

Existe relación positiva media entre bienestar psicológico y autoestima ($p < 0.05$) en estudiantes de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022.

El nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Pucallpa fue de un 93.9 % de nivel alto.

El nivel de autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Pucallpa fue de un 36.1% de nivel autoestima media.

VII. RECOMENDACIONES

Se sugiere a los integrantes del área de convivencia escolar de la institución desarrollar estrategias y programas preventivas y de intervención para fomenten el bienestar psicológico y la autoestima en los estudiantes de secundaria. Esto puede incluir actividades que fortalezcan la confianza en sí mismos, el apoyo emocional y la promoción de un ambiente positivo en la institución educativa.

Se sugiere a los profesionales de la psicología realizar evaluaciones periódicas del bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria para identificar áreas de mejora. Además, implementar intervenciones específicas orientadas a promover el bienestar emocional, como talleres de manejo del estrés, actividades de autocuidado y programas de apoyo psicológico.

Finalmente, se sugiere a los tutores y a los psicólogos implementar actividades y programas que fomenten el desarrollo de una autoestima saludable en los estudiantes. Esto puede incluir talleres de autoaceptación, actividades que promuevan la valoración personal y el reconocimiento de logros individuales, así como la creación de espacios seguros y libres de discriminación donde los estudiantes puedan expresarse y ser escuchados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arcaya, R. (2021). *Habilidades sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de la institución educativa mariano melgar pausa - Ayacucho -2021* ". [Tesis desarrollada para optar el Título de Licenciada en Psicología, Universidad Autónoma de Ica]. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1040/1/Pamela%20Rocio%20Arcaya%20Romero.p>
- Arratia, N. I. (2014). *Bienestar y familia, una mirada desde la psicología positiva*. Toluca, México: Ediciones y Gráficos Eón, S.A. de C.V. <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/21368/L-984-4.pdf?sequence=1>
- Arias, Z. (2020). *Bienestar psicológico durante el confinamiento por COVID-19 en la población adulta joven, ciudad de Quito, periodo 2020* [Tesis de grado, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/24197/1/UCE-FCP-ARIAS%20CINTHYA.pf>
- Barba, P. y. (2021). *Autoestima y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato de Cotopaxi y Tungurahua*. [Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Psicóloga Clínica,]: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3327/1/77482.pf>
- Barragán Navarrete, K. (2022). *Bienestar Psicológico y Ansiedad de los Adolescentes de una Unidad Educativa de la Ciudad de Quito en Contexto de Pandemia por COVID-19* [Trabajo de titulación modalidad Proyecto de Investigación previo a la obtención del Título de Psicóloga Infantil y Psicorrehabilitadora, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/26627/1/UCE-FCP-CPIPR-BARRAGAN%20KIMBERLY.pdf>.
- Byrne, B. (2000). «Relationships between anxiety, fear, self-esteem, and coping strategies in adolescence». *Adolescence*, 35 (137), 201-215.
- Branden, N. (1992). *El poder de la autoestima. Cómo potenciar este importante recurso psicológico*. Paidós. <https://acortar.link/wyut5>
- Burga Reategui, G. E. (2023) *Bienestar psicológico y autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Las Lomas, 2023* [Tesis para optar el título

- profesional de Licenciada en Psicología]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/3382>
- Casullo, M., y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1).
<https://doi.org/10.18800/psico.200001.02>
- Carbajal, O. J., Vivar-Bravo, J., Perez, Y. D., Huerta, C. R., Paucar, G. E., Ruiz, O. N., y Añazco, C. Q. (2022). Bienestar psicológico y uso de redes sociales en estudiantes del Instituto ICT, Huancayo. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(22), 147-162. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i22.323>
- Chambi, A. (2018). *Influencia de la autoestima sobre el bienestar psicológico en estudiantes de educación superior técnica de LIMA*. [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología]: <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstream/s/9fafb00f-8a0e-40d7-b8c0-15c3f84f59f6/contet>
- Chávez Lozano, E. (2023) *Relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de una institución educativa, Ayacucho 2022* [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Psicología]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/34322>
- Coleman, J.C. y Hendry, L.B. (2003). *Psicología de la adolescencia* (4a ed.). Madrid: Ediciones Morata. <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/9d07ab878a8993e15115cc2eedc876f1.df>
- Díaz Muñoz, J.G. (2018). *Autoestima en estudiantes de secundaria – Iquitos*. [Tesis para optar el grado de psicología]. Universidad Nacional de la amazonia. <http://repositorio.unapiquitos.edu.pe/bitstream/handle/91pdf>
- Flores, T. (2022). *Bienestar psicológico y nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho 2021*. [tesis para optar el título profesional de licenciada en psicología]: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27855/BIENESTAR_PSICOLOGICO_AUTOESTIMA_Y_ADOLESCENTES_FLORES_TUPAYACHI_DIANA_CRISTINA.pdf?sequence=1&isAllovedy
- Álvarez, D. G., Soler, M. J., y Rendón, R. C. C. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes: relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y

- síntomas depresivos. *Revista de orientación educacional*, 33(63), 23-43.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7773083.pdf>
- Gaxiola, J.C., & Palomar, J. (2016). *El Bienestar Psicológico: Una mirada desde Latinoamérica*. Hermosillo: Universidad de Sonora/Qartuppi.
<http://doi.org/10.29410/QTP.1.09>
- González, M. (2000). *Sé amigo de ti mismo, manual de autoestima*. <https://acortar.link/7iZrZ>
- Gualoto, R. (2020). *Autoestima y agresividad en adolescentes de 1ro a 3ro de bachillerato de la Unidad Educativa Diez de Agosto*. [Trabajo de titulación modalidad proyecto de investigación previo a la obtención del título de Psicóloga Clínica]:
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/20987/1/T-UCE-0007-CPS-258.pdf>
- Hernández, R. F. (2014). *Metodología de la investigación*. . Obtenido de México: Mc Graw Hill / Interamericana editores, S.A. de C.V.
- Huertas Mantilla, K. E. (2022) *Bienestar psicológico y autoestima en adolescentes del distrito de Chorrillos, Lima 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio Institucional ULADECH Católica.
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/2993>
- Inga Maldonado, H.W.R. (2017). *Autoestima en estudiantes de secundaria – Arequipa*. [Tesis para optar el grado de psicología]. Universidad Nacional San Agustín de Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lahuana, T. (2022). *Agresividad y bienestar psicológico en adolescentes estudiantes de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de las Mercedes, Ayacucho 2022*. [Tesis para obtener el título profesional de: Licenciado en Psicología]:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/90010/Lahuana_TJC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lorena, P. (2021). *Descubre los tipos de autoestima según la psicología e identifica cuál se alinea contigo*. -Tipos-de-autoestima-según-Hornstein:-<https://www.crehana.com/blog/empleabilidad/tipos-de-autoestia/>

- Maganto Mateo, C. (2019). El bienestar psicológico en la adolescencia: variables psicológicas asociadas y predictores. <https://www.redalyc.org/journal/1293/129365934003/html/>.
- Meléndez Dantas, L. (2023) *Bienestar psicológico y autoestima en adolescentes de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/34547>
- Meneses, M., Ruiz, S. y Sepúlveda, M. (2016). Revisión de las principales teorías del bienestar psicológico. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Antioquia]. Repositorio UA. http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14523/1/MenesesMaria_2016_Re_visionPrincipalesTeorias.pdf
- Michalos, A. C. (1986). Job Satisfaction, Marital Satisfaction and the Quality of Life. researchgate,123-144.https://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1258587233.pdf
- Miranda, M. (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/bitstream/handle/20.500.13032/18777/AUTOESTIMA_BIENESTAR_PSIKOLOGICO_MIRANDA_MAMANI_GUADALUPE_AMERICA.pdf?sequence=1&isAllovedy
- Montero, R. (2013). *Referentes conceptuales y metodológicos sobre la noción moderna de validez de instrumentos de medición: implicaciones para el caso de personas con necesidades educativas especiales*. Escuela de Estadística, Instituto de Investigaciones Psicológicas Universidad de Costa Rica.: <https://www.redalyc.org/pdf/1332/13323238008.pdf>
- Morris, G., y Maisto, A. (2009). *Introducción a la Psicología*. D.F.Pearson Educación. <https://psicologiaen.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/06/morris-introduccion-a-la-psicologia.pdf>

- Morduchowicz, R. (2022). Los adolescentes del siglo XXI: los consumos culturales en un mundo de pantallas. Fondo de Cultura Económica Argentina. https://fce.com.ar/wp-content/uploads/2020/11/Morduchowicz_AXXI.pdf
- Oré, E. (2015). El ABC de la tesis con contrastación de hipótesis. Ayacucho: Imprenta Multiservicios Pulbigraf.
- Organización Mundial de la Salud (2021). Salud mental del adolescente. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.
- Panesso, K. y Arango, M. (2017). La autoestima, proceso humano. Revista electrónica-Psyconex,9(14),1-.<https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328507/2078535>.
- Páramo, M., Straniero, C., García, C., Torcilla, N. y Escalante, E. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10 (1) 7-21. <https://www.redalyc.org/pdf/801/8012402800.pdf>
- Pecho K.(2020). Inteligencia emocional y autoestima en estudiantes de secundaria - Los Aquejes - Ica, 2019.[Tesis para optar el grado académico de licenciada en psicología]. Universidad Autónoma de Ica. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/722/1/Kirshen%20Lillitza%20Pecho%20Carillo.pdf>
- Ramos Díaz, G.D.S. (2017). Autoestima en estudiantes de secundaria – Huancayo. [Tesis para optar el grado de Licenciado en pedagogía y humanidades]. Universidad Nacional del Centro Del Perú. <http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/hanva.pdf?sequence=1&isAlloed=y>
- Rojas, C. (2011). *Elementos para el diseño de técnicas de investigación: una propuesta de definiciones y procedimientos en la investigación científica*. Universidad Autónoma del Estado de México: <https://www.redalyc.org/pdf/311/3112108906.pdf>
- Rosenberg, M. (1996). Counseling The Self. Basic Book. <https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/psicologiasocial/article/view/236>
- Rosenberg, M. (1979). Conceiving the self. New York: Basic Books. <https://www.jstor.org/stable/3340091>

- Romero, A. et al. (2007). Bienestar psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el deporte. *RIPED*. 2(2), 31 – 52.
<https://www.redalyc.org/pdf/3111/31112625003.pdf>
- Ryff, (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://psycnet.apa.org/record/1990-12288-001>.
https://www.researchgate.net/publication/242598054_The_Contours_of_Positive_Human_Health
- Ryff, C., y Singer, B. (1998). The contours of positive health. *Psychological Inquiry*, 9(11), 128.
https://www.researchgate.net/publication/242598054_The_Contours_of_Positive_Human_Health
- Rodríguez, E. M., Pellicer, D. F., y Domínguez, E. M. (2012). Autoestima: Clave del éxito personal (2ª ed.). Manual Moderno. <https://acortar.link/CF0UM4>
- Rosales López, N. (2018). Bienestar psicológico y calidad de vida. *Tesis de grado*, <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2018/05/22/Rosales-Nancy.pdf>.
- Sanz, M. (2014). Importancia de la autoestima. <http://msgpsicologia.com/importancia-de-la-autoestima/>
- Santamaría, C. (2020). *Bienestar psicológico en estudiantes que realizan prácticas pre profesionales de psicología de una Universidad particular de Chiclayo, agosto - diciembre 2018*. [Tesis para obtener el título de licenciado en psicología, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, facultad de medicina, facultad de psicología] Repositorio Institucional: https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/2530/1/TL_Santamar%c3%adaCardozoLinda.pdf
- Schoeps, K., Tamarit, A., González, R., y Montoya-Castilla, I. (2019). Competencias emocionales y autoestima en la adolescencia: impacto sobre el ajuste psicológico. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 6(1), 51-56.
<https://doi.org/10.21134/rpcna.2019.06.1.7>
- Seligman, M. E.(2011). Flourish: A vision of a new understanding of happiness and well-being. Simon & Schuster. <https://scottbarrykaufman.com/wp-content/uploads/2015/01/Seligman-2011-Chapter-1pdf>

ANEXO

Anexo 01: Matriz de consistencia

FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE(S)	DIMENSIONES / INDICADORES	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022?	<p>Determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022.</p> <p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Identificar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022. -Identificar el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022. 	<p>Ho: No existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022.</p> <p>H1: Existe relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pucallpa, 2022.</p>	<p>Bienestar psicológico</p> <p>Autoestima</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Autoaceptación - Relaciones positivas - Dominio del entorno - Autonomía - Crecimiento personal - Propósito en la vida <p>Sin dimensiones</p>	<p>Tipo</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Nivel</p> <p>Correlacional</p> <p>Diseño</p> <ul style="list-style-type: none"> - No experimental de corte transversal <p>Técnicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Encuesta <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Escala de BP de Ryff, - Escala de autoestima de Rosenberg

Anexo 02: Instrumento de recolección de datos

Escala de bienestar psicológico BIEPS- J

María Martina Casullo - 2002

Instrucciones: Te pedimos que leas con atención las siguientes frases: marca tu respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: estoy de acuerdo; ni de acuerdo ni en desacuerdo y en desacuerdo. No hay respuestas buenas o malas, todas sirven. No dejas frases sin responder. Marca tu respuesta con una cruz (o aspa) en uno de los tres espacios.

Edad () Sexo ()

ÍTEMS	EN DESACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	DE ACUERDO
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.	1	2	3
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 le caigo bien a la gente			
8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10. Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.			
11. Creo que en general me llevo bien con la gente			
12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

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

Anexo 03: Consentimiento informado

PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAREN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN (PADRES)

(Ciencias Médicas y de la Salud)

Título del estudio:

Investigadora:

Propósito del estudio:

Estamos invitando a su hijo(a) a participar en un trabajo de investigación titulado:

.....

..... Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Explicar brevemente el fundamento de trabajo de investigación

.....

.

.....

.

.....

Procedimientos:

Si usted acepta que su hijo (a) participe y su hijo (a) decide participar en este estudio se le realizará losiguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

1.

2.

3.

Riesgos: (Si aplica)

Describir brevemente los riesgos de la investigación.

.....

.....

.....

Beneficios:

.....

.....

.....

Costos y/ o compensación: (si el investigador crea

conveniente)**Confidencialidad:**

Nosotros guardaremos la información de su hijo(a) sin nombre alguno. Si los resultados de este seguimientoson publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de su

hijo(a) o de otros participantes del estudio.

Derechos del participante:

Si usted decide que su hijo(a) participe en el estudio, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio o llame al número telefónico

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que su hijo(a) ha sido tratado injustamente puede contactar con el Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, correo

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

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

Nombres y Apellidos
Participante

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos
Investigador

Fecha y Hora

Anexo 04: Documentos de gestión (Solicitud y carta de presentación).



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

“Año de la unidad, la paz y el desarrollo”

SOLICITO: autorización para aplicar instrumentos de investigación.

SEÑOR: Mg. Portocarrero Fuchs Windsor
Director de I.E. Villa el Salvador N° 65044- Pucallpa

Yo, Panduro Ampiche, Viviana Yamilet, estudiante de la carrera profesional de psicología en la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote con DNI 41885030, con domicilio en Jr. Urubamaba Mz 13-b, distrito de Callería, provincia de Coronel Portillo, región Ucayali, ante usted con el debido respeto, me presento para asunto siguiente:

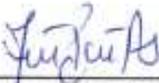
Siendo estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, de la carrera de psicología, solicito autorización para aplicar instrumentos de investigación; Escala de Autoestima de Rosenberg y Escala de Bienestar Psicológico de la investigación denominada **“Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Pucallpa 2022”**; consideran que los datos a recoger serán con total confidencialidad y anonimato.

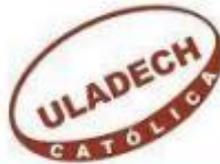
Por lo expuesto:

Me despido de usted deseándole éxitos en la dirección de la Institución Educativa que usted dirige.

Pucallpa, 15 de mayo del 2023.




Panduro Ampiche, Viviana Yamilet
DNI 41885030



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

“Año del Fortalecimiento de la soberanía Nacional”

Pucallpa 11 de mayo del 2023.

CARTA S/N° 1-2023- ULADECH CATÓLICA

Señor:

Director: Mg. Portocarrero Fuchs Windsor

I.E. Villa el Salvador N° 65044- Pucallpa

Presente:

A través del presente, reciba Ud. El cordial saludo en nombre de la Escuela Profesional de psicología de la universidad católica Los Ángeles de Chimbote. Para solicitarle lo siguiente:

En cumplimiento del Plan Curricular del programa de la Escuela Profesional de Psicología, el estudiante PANDURO AMPICHE VIVIANA YAMILET, viene desarrollando un trabajo de Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución Educativa, Pucallpa, 2022 en la asignatura de TESIS III, para lo cual se requiere de su autorización para aplicar la Escala de Autoestima de Rosemberg y Escala de Bienestar Psicológico a los Estudiantes de secundaria. Durante los meses de mayo y junio del 2023.

Es propicia la oportunidad, para reiterarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

 UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE
CHIMBOTE
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

Mgtr. WILLY VALLE SALVATIERRA
DIRECTOR

 
Prof. Windsor Portocarrero Fuchs
C.M. N° 1000103757
DIRECTOR-I. E. N° 65044-V. S.

Anexo 05: Base de Datos

BIENESTAR PSICOLOGICO														
Sujetos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
1	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	34
2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	34
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	36
5	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	3	34
6	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	34
7	2	1	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	32
8	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	38
9	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	34
10	2	3	3	1	1	3	2	3	3	2	1	3	3	30
11	1	3	1	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	32
12	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	38
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	37
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	37
16	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	38
17	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	38
18	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	37
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	37
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
21	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	3	19
22	3	3	2	1	2	3	1	3	2	3	2	2	3	30
23	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	35
24	1	1	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	31
25	1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	32
26	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	35
27	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	36
28	2	3	1	2	3	3	1	3	3	3	2	3	1	30
29	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	35
30	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	35
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
32	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	34
33	2	3	3	3	1	3	1	1	2	2	1	3	1	26
34	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	35
35	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
36	3	3	1	1	3	3	1	1	1	3	2	3	1	26
37	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	35
38	3	3	2	2	3	1	2	3	2	1	2	1	2	27
39	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	36
40	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
41	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
42	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37

43	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	37
44	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
45	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
46	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	38
47	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	35
48	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	34
49	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	38
50	1	1	1	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	30
51	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
52	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	37
53	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	37
54	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	37
55	1	1	1	3	1	1	3	1	3	3	1	3	3	25
56	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	37
57	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	38
58	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	38
59	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	33
60	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
61	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
62	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
63	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	35
64	1	3	1	3	2	2	3	3	3	1	3	3	1	29
65	3	3	2	1	2	3	2	3	2	1	1	3	3	29
66	1	1	2	3	3	3	2	2	3	1	2	3	3	29
67	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	38
68	2	3	1	2	2	3	2	3	3	3	1	3	3	31
69	3	2	3	3	1	3	2	2	3	2	2	3	3	32
70	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
71	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	34
72	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	38
73	3	1	3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	2	29
74	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
75	3	1	2	1	3	3	2	1	1	3	2	2	3	27
76	3	1	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	33
77	2	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	29
78	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	31
79	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	33
80	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	35
81	3	3	1	2	1	3	3	1	3	3	3	3	3	32
82	1	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	33
83	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	28
84	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
85	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
86	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	31
87	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	27
88	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	38

89	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	34
90	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
91	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	37
92	1	3	3	1	3	2	3	3	1	3	1	3	3	30
93	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	35
94	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
95	3	1	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	33
96	1	3	1	3	1	3	1	3	3	3	1	3	3	29
97	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
98	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	34
99	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
100	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	35
101	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	36
102	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	35
103	3	2	3	2	3	2	2	3	3	1	3	3	3	33
104	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	33
105	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	35
106	2	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	3	2	25
107	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	32
108	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	2	3	3	33
109	3	1	3	3	3	3	1	3	3	1	1	3	3	31
110	2	1	3	3	3	2	2	1	3	3	1	3	3	30
111	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	37
112	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	36
113	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	38
114	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	36
115	3	1	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	33
116	2	1	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	32
117	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	36
118	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	38
119	1	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	32
120	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
121	2	3	3	3	3	3	2	2	3	1	1	3	2	31
122	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	37
123	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	34
124	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	35
125	3	1	3	1	3	3	1	1	1	1	1	3	3	25
126	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	36
127	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	37
128	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	35
129	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	33
130	2	2	2	1	1	3	2	2	2	3	3	2	2	27
131	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
132	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
133	2	3	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	33
134	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	34

135	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	35
136	2	1	1	3	3	2	2	3	3	3	2	1	3	29
137	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	1	3	3	32
138	3	1	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	28
139	1	1	1	3	1	3	3	3	3	1	2	1	3	26
140	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	1	3	3	34
141	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	34
142	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
143	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
144	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	38
145	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	32
146	2	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	33
147	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	2	2	3	33
148	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	33
149	3	1	3	3	3	1	3	3	3	1	3	1	3	31
150	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	38
151	1	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	32
152	3	1	3	1	3	3	1	1	1	2	2	3	3	27
153	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	38
154	3	3	3	2	3	3	2	1	2	2	2	3	2	31
155	3	2	3	1	3	3	3	1	1	3	2	3	2	30
156	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	37
157	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	38
158	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	36
159	2	3	2	1	1	2	1	3	1	2	1	2	2	23
160	2	2	1	1	1	3	2	3	1	3	3	3	3	28
161	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	35
162	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	37
163	1	1	1	1	3	1	1	1	3	3	1	3	3	23
164	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	36
165	2	1	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	30
166	3	1	3	1	3	3	1	1	2	3	2	3	3	29
167	3	3	3	3	3	3	1	2	1	3	1	3	3	32
168	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	37
169	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	33
170	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	37
171	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	36
172	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
173	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	36
174	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	35
175	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	34
176	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	37
177	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	38
178	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	37
179	3	3	1	1	1	3	1	1	2	1	2	2	1	22
180	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	33

AUTOESTIMA											
Sujeto	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	3	4	4	4	4	1	4	1	4	1	30
2	4	3	3	3	1	1	1	1	2	2	21
3	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	25
4	4	4	4	4	4	1	2	1	1	2	27
5	3	3	2	3	3	2	1	1	2	1	21
6	4	4	4	4	4	1	2	1	2	1	27
7	4	3	3	2	3	1	2	1	2	2	23
8	3	4	4	4	2	4	3	1	4	1	30
9	3	3	4	4	4	3	1	1	3	1	27
10	4	4	3	1	3	4	1	1	4	2	27
11	4	3	4	4	1	4	4	1	1	4	30
12	4	4	4	4	4	3	1	1	1	1	27
13	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	28
14	4	4	4	3	4	2	2	1	2	1	27
15	4	4	1	4	4	1	1	1	1	4	25
16	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	27
17	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	25
18	4	4	4	4	4	4	3	3	2	1	33
19	4	4	1	4	4	1	4	1	4	1	28
20	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	28
21	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	22
22	4	3	3	2	2	3	2	2	3	1	25
23	4	2	2	4	4	2	3	1	2	1	25
24	3	4	2	4	4	1	3	2	3	3	29
25	4	3	3	4	4	1	2	1	2	2	26
26	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	28
27	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	25
28	4	4	4	4	4	4	2	1	4	1	32
29	2	4	2	4	4	1	3	1	4	3	28
30	3	2	2	3	3	2	1	1	1	1	19
31	2	4	1	4	3	2	4	1	1	1	23
32	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	31
33	3	1	3	3	2	3	3	1	3	4	26
34	4	4	2	4	3	2	4	1	4	1	29
35	3	4	3	4	4	2	3	1	4	3	31
36	2	3	1	3	2	2	1	2	1	1	18
37	2	4	4	4	4	4	1	1	1	1	26
38	2	3	4	3	2	3	1	1	1	1	21
39	3	4	4	4	4	1	4	1	4	1	30
40	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	26
41	4	4	4	4	4	3	3	1	3	2	32
42	4	3	3	4	4	3	3	1	3	2	30
43	4	4	4	4	4	1	1	4	1	1	28
44	4	3	4	4	4	2	4	1	4	4	34

45	3	4	4	4	4	3	3	1	3	4	33
46	3	4	4	4	4	1	4	1	4	1	30
47	3	3	3	4	4	2	4	2	4	3	32
48	2	4	2	4	4	1	2	3	2	4	28
49	3	3	4	4	4	3	4	1	4	4	34
50	1	4	3	2	1	1	2	1	2	4	21
51	4	4	4	4	4	1	2	1	2	1	27
52	4	4	4	4	4	3	3	1	2	3	32
53	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	35
54	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	37
55	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	38
56	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	35
57	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	36
58	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	39
59	4	4	3	3	4	2	1	1	1	2	25
60	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	25
61	4	4	4	4	4	1	3	1	1	1	27
62	3	4	4	3	4	1	3	1	2	1	26
63	4	3	4	1	4	1	1	3	1	3	25
64	2	4	3	4	4	2	4	2	4	1	30
65	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	25
66	4	4	3	4	4	2	3	1	2	3	30
67	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	36
68	3	2	2	4	3	2	4	3	3	3	29
69	4	4	4	4	4	1	2	3	4	4	34
70	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	28
71	3	2	2	4	4	3	1	2	2	3	26
72	3	4	3	4	4	3	3	1	3	3	31
73	3	2	2	2	4	3	2	2	2	1	23
74	4	3	4	4	2	1	1	1	1	1	22
75	3	2	1	4	2	1	2	1	1	2	19
76	3	3	4	4	4	1	4	2	4	2	31
77	3	3	2	1	3	3	4	3	4	3	29
78	2	3	3	2	2	3	3	1	3	1	23
79	4	4	4	3	4	1	2	1	2	1	26
80	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	25
81	4	4	4	4	3	3	4	1	1	4	32
82	4	4	3	4	4	1	1	1	1	1	24
83	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	19
84	4	4	2	4	4	1	2	1	4	1	27
85	3	4	3	4	4	2	3	2	3	3	31
86	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	33
87	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	23
88	4	1	3	4	3	1	3	1	1	1	22
89	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	25
90	4	2	2	4	4	3	4	4	4	4	35

91	4	3	4	4	4	1	4	1	4	4	33
92	2	4	4	3	4	3	1	1	2	2	26
93	3	3	3	4	4	2	2	1	2	1	25
94	4	4	4	3	4	1	1	1	2	2	26
95	4	4	4	2	4	1	3	1	1	1	25
96	4	3	4	3	4	1	2	3	1	1	26
97	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	27
98	3	4	4	4	4	1	4	1	3	1	29
99	4	4	4	4	4	1	3	1	3	3	31
100	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	24
101	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	30
102	3	4	4	4	4	1	3	1	3	2	29
103	4	3	2	4	4	1	3	2	1	2	26
104	3	4	2	4	4	3	3	2	4	2	31
105	4	3	2	4	4	3	3	2	2	1	28
106	2	4	3	2	2	2	3	1	1	1	21
107	2	3	3	4	4	4	4	1	4	4	33
108	2	3	3	3	2	2	2	2	1	2	22
109	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	27
110	3	3	3	4	4	2	1	1	1	1	23
111	3	4	4	4	3	3	4	2	3	2	32
112	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	25
113	4	4	4	3	3	2	4	1	2	4	31
114	3	4	3	4	4	2	2	3	2	1	28
115	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	30
116	3	4	4	4	3	3	3	2	1	4	31
117	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	30
118	3	3	3	4	4	1	1	1	2	1	23
119	3	4	4	4	3	3	2	1	1	2	27
120	4	4	3	4	3	2	3	1	3	4	31
121	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	28
122	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	26
123	3	4	3	3	4	3	3	1	2	2	28
124	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	22
125	2	4	2	2	2	1	1	1	1	1	17
126	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	25
127	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	26
128	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	27
129	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	32
130	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	23
131	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	26
132	3	4	4	4	4	1	3	1	4	2	30
133	3	4	3	1	1	4	4	4	4	3	31
134	4	2	2	3	3	2	2	2	2	2	24
135	4	4	3	4	3	4	4	1	4	3	34
136	4	3	4	4	4	1	2	1	2	2	27

137	4	4	3	3	3	2	3	1	4	2	29
138	3	4	2	1	3	1	3	1	2	1	21
139	4	4	3	2	2	2	2	2	2	2	25
140	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	25
141	4	4	4	3	4	1	2	1	3	1	27
142	3	4	3	4	4	3	4	3	3	2	33
143	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	36
144	4	3	3	4	4	2	4	1	4	2	31
145	3	3	3	3	2	2	3	1	3	2	25
146	3	3	4	3	3	1	3	2	3	2	27
147	3	4	2	4	4	1	3	1	2	1	25
148	3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	30
149	4	3	3	3	4	3	1	1	3	3	28
150	3	4	3	4	4	1	2	1	2	1	25
151	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	26
152	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	24
153	4	4	4	4	4	1	2	2	4	1	30
154	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	24
155	2	3	4	1	1	2	3	2	2	1	21
156	4	3	3	4	4	2	2	1	2	2	27
157	4	4	4	4	4	3	3	1	3	1	31
158	4	4	3	4	4	4	3	1	3	2	32
159	1	2	2	1	1	3	1	1	1	3	16
160	2	2	2	3	2	1	1	1	1	1	16
161	1	1	4	4	4	1	1	1	1	1	19
162	4	4	4	4	4	1	2	2	1	1	27
163	4	1	3	1	4	1	4	1	1	1	21
164	4	3	3	3	3	2	4	2	4	1	29
165	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	24
166	4	3	4	3	3	2	2	2	2	2	27
167	4	3	3	4	4	1	1	2	2	2	26
168	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	37
169	4	3	4	3	3	1	2	2	1	2	25
170	4	4	2	2	4	1	1	1	1	1	21
171	4	3	4	4	4	1	1	1	2	2	26
172	4	4	3	4	4	2	4	2	2	4	33
173	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	32
174	3	3	4	4	4	1	1	1	2	2	25
175	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	29
176	2	3	3	2	3	2	2	4	2	3	26
177	4	4	4	4	4	1	1	1	3	1	27
178	3	4	2	4	4	3	4	1	3	2	30
179	2	2	3	1	1	2	4	3	4	4	26
180	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	28