



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

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES DE UNA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, HUARAZ, 2022**

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

**AUTOR**

**RIOS SANCHEZ, NERLLY MIRSSA  
ORCID:0000-0002-6627-1722**

**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° 0133-121-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **15:10** 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 ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, HUARAZ, 2022**

**Presentada Por :**  
(1223181022) **RIOS SANCHEZ NERLLY MIRSSA**

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 ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, HUARAZ, 2022 Del (de la) estudiante RIOS SANCHEZ NERLLY MIRSSA, asesorado por MILLONES ALBA ERICA LUCY se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 6% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

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

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

Chimbote, 13 de Agosto del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## **Dedicatoria**

A mi querido padre Feliciano Rios Collado por darme la confianza de poder culminar mi carrera profesional haciendo un sacrificio y esfuerzo para que esto pueda darse y a mi amada madre Flor Elena Sanchez Flores por mostrarme su apoyo, por confiar en mí siempre, enseñándome a valorar todo lo que tengo. Muchos de mis logros de los debo a ellos que me formaron con reglas y con algunas libertades, pero al final de cuenta me motivaron constantemente a alcanzar mis anhelos.

De igual manera a mi hijo Neand Enmir quien a sido mi mayor motivación para superarme y nunca rendirme en los estudios, así poder llegar a ser un gran ejemplo para él y para mi querido hermano Billing Kiellbill.

## **Agradecimiento**

Agradezco a Dios por haber guiado mis pasos y por nunca haberme abandonado en los momentos difíciles de mi vida, así como por permitirme alcanzar mis metas y sueños.

Expreso mi gratitud a mis docentes, quienes me apoyaron durante la culminación de este trabajo universitario. Gracias a ellos, pude interiorizar conocimientos, aptitudes y habilidades que han mejorado mi desarrollo tanto profesional como personal.

De igual manera agradecer a la directora y a los estudiantes de la Institución Educativa por haberme brindado las facilidades necesarias para llevar a cabo este estudio.

## Índice General

Dedicatoria.....	IV
Agradecimiento .....	V
Índice General.....	VI
Lista de tablas .....	VIII
Resumen .....	IX
Abstract.....	X
I. Planteamiento del problema .....	11
II. Marco teórico .....	13
2.1. Antecedentes .....	13
2.2. Bases teóricas.....	18
2.2.1. Bienestar psicológico.....	18
2.2.2. Autoestima .....	19
2.2.3 Adolescencia.....	20
2.3. Hipótesis .....	22
III. Metodología .....	23
3.1. Nivel, Tipo y diseño de investigación .....	23
3.2. Población y muestra.....	23
3.3. Variables. Definición y operacionalización.....	24
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información .....	24
3.5. Método de análisis de datos .....	25
3.6. Aspectos éticos .....	25
IV. Resultados.....	27
V. Hipótesis” .....	30
VI. Discusión.....	31
VII. Conclusiones .....	33
VIII. Recomendaciones .....	34
Referencias bibliográficas .....	35

Anexo 01. Matriz de Consistencia.....	38
Anexo 02. Instrumento de recolección de información.....	39
Anexo 03. Validez y confiabilidad del instrumento .....	41
Anexo 04. Formato de Consentimiento Informado .....	44
Anexo 05. Evidencias de ejecución (declaración jurada, base de datos) .....	46

## Lista de tablas

<b>Tabla 1.</b> Matriz de Definición y operacionalización de variables .....	24
<b>Tabla 2.</b> Nivel de Autoestima .....	27
<b>Tabla 3.</b> Nivel de bienestar psicológico.....	27
<b>Tabla 4.</b> Relación entre las variables dicotimizada.....	29
<b>Tabla 5.</b> Significancia Estadística.....	29



## **Resumen**

El estudio tuvo como objetivo relacionar el bienestar psicológico y la autoestima en adolescentes de una institución educativa en Huaraz en el año 2022. Fue un estudio de tipo observacional y el nivel de investigación fue relacional. En cuanto al diseño de la investigación, fue descriptivo simple y el muestreo fue no probabilístico, de tipo por conveniencia, ya que solo se evaluó a los estudiantes presentes en clase y con el consentimiento de sus padres. El universo estuvo compuesto por los estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, con una población de 100 estudiantes que cumplieron con los criterios de elegibilidad. La técnica que se utilizó para la evaluación de la variable de asociación fue la encuesta, que consistió en la recolección de información a través de un cuestionario 'de bienestar psicológico (BIEPS-J ) y autoestima (Escala de autoestima de Rosenberg).

Como resultado, se obtuvo que no existió relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en los estudiantes.

*Palabras clave:* autoestima, bienestar psicológico, estudiantes

### **Abstract.**

The objective of the study was to relate psychological well-being and self-esteem in adolescents from an educational institution in Huaraz in the year 2022. It was an observational study and the level of research was relational. Regarding the research design, it was simple descriptive and the sampling was probabilistic, convenience type, since only students present in class and with the consent of their parents were evaluated. The universe was made up of students from an educational institution in the city of Huaraz, with a population of 100 students who met the eligibility criteria. The technique that was used to evaluate the association variable was the survey, which consisted of collecting information through a psychological well-being questionnaire (BIEPS-J) and self-esteem (Rosenberg Self-Esteem Scale).

As a result, it was obtained that there was no relationship between psychological well-being and self-esteem in the students.

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

## I. Planteamiento del problema

Es innegable la relevancia del bienestar psicológico y la autoestima, motivo por el cual este estudio tiene como objetivo examinar la conexión entre ambos aspectos en estudiantes pertenecientes a una institución educativa en Huaraz. Asimismo, se plantea como un punto de partida para investigaciones posteriores en poblaciones similares. Tanto el bienestar psicológico como la autoestima son susceptibles a la influencia y el impacto de una serie de factores que determinan su funcionamiento óptimo.

Con el paso de los años, se ha reconocido que la adolescencia constituye una fase crítica marcada por diversos riesgos. En el contexto actual de la pandemia, que ha impuesto el distanciamiento social, y considerando que una de las dimensiones esenciales del marco teórico propuesto por Ryff se centra en las relaciones positivas con el entorno social, la ausencia de interacción con el entorno puede incrementar la posibilidad de desarrollar trastornos que perturben el bienestar psicológico (Ryff, 1995).

Según lo señalado por Casullo (2002), el bienestar psicológico se define por la capacidad de ajustarse a cambios internos, así como a las relaciones con otros individuos y al entorno que nos rodea. Este aspecto ejerce un impacto directo en la autoevaluación y en la habilidad para utilizar los recursos disponibles para enfrentar diversas situaciones, tanto a nivel personal como en las interacciones con los demás.

Según lo planteado por Castañeda (2013), en relación con este tema, se especifica que la autoestima, Según la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS), se considera que una persona entiende su lugar en la vida., la cual está configurada por sus valores, cultura, expectativas e intereses. La evaluación de uno mismo engloba aspectos como la personalidad, las actitudes y las habilidades, estableciendo la base de la identidad individual y experimentando cambios desde la infancia, influenciada por las relaciones con figuras significativas, particularmente los progenitores.

Siguiendo estos principios, el propósito fundamental del estudio será establecer Este estudio examina la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima de los adolescentes de una institución educativa pública de Huaraz durante el año 2022. Más precisamente, se quiere observar sobre:

- Determinar el nivel de autoestima de los adolescentes del colegio público Huaraz 2022.
- Identificar el nivel bienestar psicológico de los adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022.

Teniendo en cuenta todos los componentes mencionados, se puede concluir que la justificación teórica del estudio proviene del hecho de que, como subproyecto de la Escuela Profesional de Psicología de la ULADECH, se suma a la línea de investigación. Además, se posiciona como un valioso antecedente para investigaciones futuras. Dado que la mayoría de los sujetos estudiados provienen de un contexto socioeconómico medio a bajo, se identifica como una población en crecimiento con desafíos familiares, lo que refleja las realidades enfrentadas por la sociedad en su totalidad. A pesar de carecer de una aplicación práctica directa, los datos obtenidos podrían ser aprovechados para desarrollar talleres o actividades orientadas a mejorar la satisfacción entre los individuos objeto de estudio.

## II. Marco teórico

### 2.1. Antecedentes

Barba Pardo, D. A. (2021) explora la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato de las provincias de Cotopaxi y Tungurahua. En este grupo de estudiantes, se han observado informalmente diversas actitudes positivas, como habilidades sociales, tolerancia al estrés y capacidad de adaptación a cambios. Sin embargo, también se han identificado aspectos negativos, como exceso de confianza, asertividad inapropiado y desajustes emocionales, que podrían impactar negativamente en su bienestar psicológico.

La investigación tiene como objetivo determinar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estos estudiantes. Para ello, se lleva a cabo un estudio cuantitativo con enfoque correlacional y de corte transversal, utilizando una muestra representativa de 1,604 estudiantes. Se emplean instrumentos psicológicos específicos para evaluar cada variable, incluyendo la escala de autoestima de Rosenberg, la escala de autoestima colectiva, la escala de autoestima relacional, la escala de bienestar psicológico para adolescentes (BIEPS-J), la escala de satisfacción personal y la escala de la tríada oscura de la personalidad.

Al correlacionar la variable de autoestima con el bienestar psicológico, se observa que no existe una relación significativa entre ambas. Sin embargo, en el análisis comparativo entre las provincias, se encuentra que en Tungurahua la autoestima personal es más alta, mientras que en Cotopaxi destacan la autoestima colectiva y la autoestima relacional. En relación con el bienestar psicológico, no se observan diferencias significativas entre las provincias. En conclusión, basándose en la revisión teórica, esta investigación muestra que la autoestima y el bienestar psicológico son factores independientes, ya que no se encontró una correlación significativa entre ellos.

Quispe (2021) En su investigación Autoestima Y Bienestar Psicológico En Estudiantes De Secundaria De Una Institución Educativa Publica Ayacucho 2021, tuvo como finalidad relacionar la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes del nivel secundario en Ayacucho 2021. es de nivel descriptivo y correlacional, estuvo dentro del nivel cuantitativo correlacional porque busca conocer la relación o el grado de asociación que existe entre las dos variables en una muestra como en un contexto. La muestra estuvo conformada por 60 estudiantes en Ayacucho que cumplieron con los criterios de evaluación. Se utilizó la técnica de encuesta a través de un enlace de Google Drive, lo que

permitió dar seguimiento al desarrollo del estudio. Para medir la variable de autoestima se empleó la Escala de Autoestima de Rosenberg, y para el bienestar psicológico se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J). Los resultados mostraron que el 43.3% y el 61.7% de los participantes obtuvieron un nivel medio de autoestima y bienestar psicológico, respectivamente. En conclusión, se determinó que no existe una relación significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundario de una institución pública en Ayacucho.

Flores (2021) En su investigación Bienestar psicológico y nivel de autoestima en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho 2021, tuvo como objetivo principal determinar si existía relación entre bienestar psicológico y el nivel de autoestima en los estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de una institución pública de Ayacucho 2021.

El grupo de estudio estuvo compuesto por 120 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra probabilística de 92 estudiantes, tanto varones como mujeres. La investigación fue de tipo observacional, prospectiva, transversal y analítica, con un nivel relacional y un diseño epidemiológico. Se encontró que el 56.5% de los participantes tenía un nivel medio de bienestar psicológico, el 37% presentaba una autoestima alta y el 38% una autoestima media. Para determinar la relación entre estas variables, se utilizaron los programas SPSS y Excel, encontrándose que el coeficiente de correlación de chi cuadrado de Pearson fue de 40.968 con un valor de 0.000, siendo este  $< 0.05$ . Se concluyó que sí existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y el nivel de autoestima, rechazándose la hipótesis nula ( $H_0$ ) y aceptándose la hipótesis alternativa ( $H_a$ ). Es decir, existe una relación entre el bienestar psicológico y el nivel de autoestima media entre los estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de una institución pública en Ayacucho en el año 2021. La fiabilidad de los instrumentos aplicados, medida con el estadígrafo Alfa de Cronbach, fue de 0.817 para el bienestar psicológico y de 0.790 para la autoestima, lo que indica una buena confiabilidad.

Cusiche (2021) En su estudio Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa privada de Ayacucho, 2021, La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiante del nivel secundario de una institución educativa privada de la ciudad de Ayacucho. El tipo de investigación fue descriptivo-correlacional y de nivel cuantitativo, con una muestra constituida por 60 estudiantes. Los instrumentos

utilizados para la recolección de datos fueron la Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) de María Casullo. Los resultados del estudio mostraron que el 42% de los estudiantes tiene un nivel medio de autoestima y el 65% tiene un nivel promedio de bienestar psicológico. Se concluyó que no existe ninguna relación significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes de nivel secundario de una institución privada en Ayacucho.

En el marco del estudio titulado «Bienestar psicológico en jóvenes estudiantes», Arriaga llevó a cabo una investigación en la Universidad Autónoma del Estado de México-Toluca en 2018. El objetivo principal de este estudio fue examinar y comparar el bienestar psicológico según el género de los estudiantes. Se seleccionó una muestra no aleatoria intencional, compuesta por 134 estudiantes, distribuidos equitativamente entre 67 hombres y 67 mujeres. Para evaluar el bienestar psicológico, se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, que conceptualiza el bienestar psicológico como la valoración que el individuo hace de su forma de vida y su importancia en su vida.

Se establecieron ciertos criterios para la selección de los participantes, los cuales incluían ser estudiantes activos, no presentar problemas psicológicos o limitaciones físicas, y representar ambos géneros. Los resultados del estudio mostraron que no había diferencias estadísticamente significativas en el bienestar psicológico de los estudiantes en función de su sexo. En términos generales, se observó que los participantes obtuvieron una calificación promedio más alta en el aspecto de autoaceptación y demostraron una inclinación hacia la satisfacción con la vida.

Se recomienda que futuros estudios incluyan muestras más diversas, considerando factores como el sexo, la edad, el estatus socioeconómico y los rasgos culturales. Además, se sugiere la realización de investigaciones cualitativas que analicen los factores que influyen en el bienestar psicológico y su interacción con otras variables psicológicas.

Quezada (2018) realizó un estudio para examinar el grado de autoestima de los adolescentes de ambos sexos que participan en el Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa Nueva Victoria, con edades comprendidas entre los doce y los quince años. los alumnos de este instituto menores de dieciséis años constituyeron el grupo demográfico objetivo, y la muestra incluyó diecinueve alumnos con edades comprendidas entre los doce y los quince años. Se utilizó la metodología descriptiva del estudio, y los resultados

mostraron que no había diferencias apreciables en los niveles de autoestima entre hombres y mujeres. Se observó, por otra parte, que las adolescentes de la Villa Nueva Victoria se enfrentan regularmente a ciertos retos que no afectan a sus homólogos masculinos. El nivel medio de autoestima al inicio de la investigación se situaba en la categoría media-alta. La mayoría de los alumnos indicaron que sus niveles de autoestima necesitaban mucho trabajo. Tres personas tenían una autoestima media baja, ocho tenían una autoestima media alta y una tenía una autoestima alta, a pesar de que nadie tenía una autoestima baja en general.

García y Soler (2018), en su estudio titulado "Bienestar Psicológico en Adolescentes: Relaciones con Autoestima, Autoeficacia, Malestar Psicológico y Síntomas Depresivos," se centraron en analizar las relaciones entre el bienestar psicológico y las variables de autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos en adolescentes. Metodológicamente, se trató de una investigación no experimental transversal correlacional-causal, con una muestra de 188 adolescentes de edades comprendidas entre 12 y 15 años. Se utilizaron instrumentos de recolección de datos de tipo autoinforme.

Los resultados mostraron correlaciones significativas entre el bienestar psicológico y las variables estudiadas: relaciones positivas con autoestima y autoeficacia, y relaciones inversas con malestar psicológico y síntomas depresivos. Además, el análisis de regresión lineal reveló que la autoestima y la autoeficacia son predictores significativos del bienestar, con mayor influencia de la autoestima. Se encontraron diferencias estadísticamente significativas según el sexo en los niveles de autoestima, siendo más altos en los varones, mientras que las mujeres presentaron mayores niveles de malestar psicológico y síntomas depresivos.

El estudio titulado «Asociación entre autoestima y bienestar psicológico en alumnos de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa República del Perú-Tumbes» fue realizado por Helguero E. (2018). Su objetivo principal fue determinar la relación entre los niveles de bienestar psicológico y autoestima en los alumnos de tercer grado de secundaria de dicha institución educativa en Tumbes. El estudio empleó un diseño no experimental con un enfoque cuantitativo, y utilizó técnicas descriptivas y correlacionales con una muestra de 80 alumnos. Tras llevar a cabo la investigación, el autor concluyó que no se encontró una correlación significativa entre el bienestar psicológico y la autoestima de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa República del Perú en Tumbes.



En el estudio realizado por Iño (2018), titulado «Autoestima y bienestar subjetivo en adolescentes de dos centros educativos urbanos marginales, Ica-2018», el objetivo principal fue definir la relación entre el bienestar subjetivo y la autoestima en estudiantes de dos instituciones educativas en áreas marginales urbanas de Ica durante el año 2018. El diseño del estudio fue descriptivo-relacional y comparativo, y la muestra consistió en 700 jóvenes de entre 12 y 18 años. Los resultados indicaron una relación directa y significativa baja entre las puntuaciones de las variables en la muestra global, sugiriendo que a mayor autoestima, mayor bienestar subjetivo.

En el proyecto de investigación de 2019, titulado «Bienestar psicológico en adolescentes de secundaria de una institución educativa de Cajamarca», Sánchez tuvo como objetivo principal evaluar el grado de bienestar psicológico de los adolescentes de secundaria en una institución educativa privada de Cajamarca. La muestra estuvo compuesta por 376 estudiantes, que representaron demográficamente la población del estudio. Se utilizó un diseño descriptivo transversal, con una metodología experimental y descriptiva. Los resultados indicaron que no había variaciones estadísticamente significativas en el bienestar psicológico entre alumnos y alumnas, revelando que en general los estudiantes de secundaria de la institución tienen un nivel medio de bienestar psicológico. Además, se observó que el 60% de los evaluados en el distrito peruano del Rímac presenta un nivel medio de bienestar psicológico, a pesar de las deficiencias en los vínculos psicosociales, lo cual sugiere dificultades para establecer relaciones satisfactorias con sus círculos cercanos. También se evidenció una falta de propósito de vida y de objetivos a largo plazo que promuevan el crecimiento personal, así como una notable dificultad para adaptarse socialmente a circunstancias desafiantes, posiblemente influenciada por el entorno de alto riesgo en el que residen. Esta situación afecta su capacidad para desenvolverse adecuadamente en su entorno y genera inseguridad.

La investigación de Miranda (2020), titulada «Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. “San Luis” N°1128, quinto grado de educación secundaria, Lima, 2020», se centró en analizar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima de los estudiantes. El objetivo principal del estudio fue determinar esta relación en los alumnos del quinto grado de secundaria de la mencionada institución educativa en Lima. La metodología empleada fue de tipo descriptivo-correlacional y de nivel cuantitativo, con una muestra de 30 estudiantes. Se utilizaron la Escala de Autoestima de Rosenberg Modificada (RSES) para medir la autoestima y la Escala BIEPS-J de María Martina Casullo para evaluar el bienestar psicológico. Los resultados, analizados con el programa estadístico SPSS versión 26.0, revelaron que no existe una relación significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes de quinto grado, lo que coincide con hallazgos de otros estudios similares.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Bienestar psicológico**

**2.2.1.1. Definición.** Ryff y Keyes (1995) definen el bienestar psicológico como un proceso que persigue el crecimiento personal de un individuo para desarrollar todo su potencial. Esta dinámica sugiere la búsqueda activa de un propósito vital significativo, lo que requiere superar obstáculos y esforzarse por alcanzar las metas fijadas.

Tres componentes principales conforman la estructura del bienestar que ofrece el modelo de Andrews y Withey (1976). En primer lugar se menciona el afecto positivo, después el afecto negativo y, por último, los juicios cognitivos. Según sus investigaciones, las percepciones de las personas sobre su nivel general de satisfacción están muy influidas por la intensidad de sus emociones positivas.

La idea de bienestar psicológico ha sido objeto de constante debate a lo largo de los años, tanto en contextos sociales como filosóficos. Escritores como Diener, Suh y Oishi (1997) sostenían que características como el cociente intelectual, el atractivo físico o la posición socioeconómica estaban asociadas al placer vital. Sin embargo, cada vez se reconoce más que el bienestar subjetivo está más relacionado con el punto de vista único y subjetivo de cada persona que con estas características.

Casullo (2002) afirma que perseguir objetivos, influir en el entorno, establecer relaciones sanas y aceptarse a uno mismo son componentes necesarios del bienestar. Al evaluar estos factores se tienen en cuenta tanto los beneficios como los inconvenientes del bienestar.

Además, Casullo (2002) destaca los estados emocionales -como el afecto positivo y negativo- que son indicativos del bienestar psicológico, junto con un componente cognitivo. Estos estados emocionales no están relacionados entre sí, sino que son transitorios y flexibles. Por ejemplo, tener mucho afecto bueno no siempre se traduce en tener mucho afecto negativo. La reflexión cognitiva que hacen las personas sobre su evaluación de cómo les ha ido o les va en el transcurso de su vida da lugar al componente cognitivo de la satisfacción, también conocido como bienestar.

#### **2.2.1.2. Enfoque teórico de psicología positiva.**

Se dedica a la investigación exhaustiva de las experiencias placenteras, que abarcan sentimientos, ideas, estados afectivos, interacciones interpersonales y acciones que favorecen el bienestar psicológico, utilizando un marco teórico bien conocido. Su objetivo principal es mejorar el rendimiento individual fomentando emociones y sentimientos positivos, que en última instancia conducirán a la autorrealización. Seligman, como se menciona en Contreras y Esguerra (2006), afirma que este campo se centra en ayudar a las personas a alcanzar la felicidad y el bienestar sostenidos. Para ello, utiliza recursos tanto internos como externos para ayudar a las personas a desarrollar emociones genuinas y positivas que conduzcan a la realización y sirvan como barreras contra posibles patologías que podrían perjudicar el funcionamiento humano. En pocas palabras, el objetivo de la psicología positiva es mejorar y dar sentido a la existencia humana.

#### **2.2.2. Autoestima**

La mayoría de la gente está de acuerdo en que la autoestima es un reflejo de cómo se siente una persona consigo misma, de lo valiosa y respetable que cree que es y de hasta qué punto cree que merece el amor y el respeto de los demás. Todos estos factores influyen en cómo una persona acepta y piensa sobre su identidad. Además, tener autoestima significa que una persona se acepta tal y como es -imperfecciones, puntos fuertes, retos y todo- y se ve a sí misma como un todo. No obstante, también se reconoce que, como afirma Rosenberg (1973), el deseo de logro y superación personal son aspectos vitales de la existencia de cualquier persona.

Coopersmith, citado por Rodas y Sánchez (2006), afirma que el sentido de autoestima de una persona está fuertemente correlacionado con su nivel de autoestima. Esta característica se manifiesta como una actitud de aceptación o rechazo, que expresa cuánto cree una persona en sí misma y lo capaz, importante, merecedora y valiosa que cree que es. Por lo tanto, las opiniones y sentimientos de valía de una persona están incluidos en

su autoestima, y estas creencias tienen una gran influencia en sus acciones y actitudes hacia sí misma.

Otro factor importante que afecta a la buena conducta es la autoestima, que determina la capacidad, habilidad y competencia de una persona para afrontar los problemas de la vida cotidiana. Como señala Coopersmith (1967), se subraya que la autoestima crece gradualmente a lo largo de la vida, lo que indica que no es un atributo estático e inmutable. Coopersmith caracteriza la autoestima como la evaluación que una persona hace de su propia perspectiva, ya sea favorable o desfavorable, unida a sentimientos de aceptación de lo que es.

#### **2.2.2.2. Niveles de autoestima**

Según Rosenberg (1965), la autoestima se puede clasificar en los siguientes términos:

**Autoestima Alta:** Describe a quienes sienten que su existencia es una buena fuente de realización. Además, tienen un fuerte sentido de la autoestima que les permite aceptar la responsabilidad de sus errores con humildad y optimismo. En lugar de tener un sentido exagerado de lo que son, se sienten seguros de sí mismos y son capaces de encontrar soluciones positivas a circunstancias difíciles. Suelen tener una visión optimista de la vida y contribuyen a fomentar un ambiente alegre en sus interacciones sociales. Una alta autoestima les facilita superar los obstáculos de la vida.

**Autoestima media:** Suele caracterizar a personas cuyo sentido de sí mismas es frágil y susceptible de cambiar según las circunstancias. Aun así, dependiendo de la situación, los individuos podrían tener breves periodos de aumento de la autoestima; sin embargo, este sentido errático de la autoestima no siempre les dota de las habilidades necesarias para manejar bien las situaciones estresantes.

**Autoestima baja:** Estos individuos se distinguen por un sentido de sí mismos notablemente disminuido, por lo que la autoestima y la autovaloración son escasas. Suelen mostrar un bajo sentimiento de autoestima y autoeficacia, o confianza en sus propios talentos. A menudo adoptan una actitud servil y se sienten incompetentes al dejarse influir por los pensamientos y opiniones de los demás. Estas personas tienen más probabilidades de desarrollar con el tiempo trastornos psicológicos como ansiedad, estrés o depresión.

### **2.2.3 Adolescencia**

#### **2.2.3.1 Definición.**

La adolescencia se considera un periodo crítico del desarrollo cognitivo, marcado por un notable avance de los procesos mentales hacia niveles cada vez más complejos, de acuerdo con la hipótesis de Piaget. Las personas empiezan a mostrar signos de funcionamiento intelectual más parecidos a los de los adultos a lo largo de este periodo.

Según la definición de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) de 1990, la adolescencia es un periodo de transición durante el cual las personas experimentan una serie de cambios físicos, psicológicos y sociales que les permiten pasar a las siguientes etapas de su desarrollo. El rango de edad para esta fase es de 10 a 19 años.

La adolescencia se presenta como una coyuntura crítica en el desarrollo humano, caracterizada por importantes cambios biológicos, sexuales y psicológicos, de acuerdo con el punto de vista de Papalia (2009). Esta fase, que suele comenzar entre los 11 y los 19 años, es crucial para el paso a fases posteriores del desarrollo.

### **2.3. Hipótesis**

Ho: No existe asociación entre bienestar psicológico y autoestima en adolescentes de una institución educativa, Huaraz, 2022.

Hi: Existe asociación entre bienestar psicológico y autoestima en adolescentes de una institución educativa, Huaraz, 2022.

### **III. Metodología**

#### **3.1. Nivel, Tipo y diseño de investigación**

El objetivo del proyecto de investigación relacional fue demostrar la probabilidad del vínculo entre el bienestar psicológico y la autoestima de los estudiantes de una institución educativa de Huaraz. Para ello, se utilizó un método descriptivo, correlacional y cuantitativo. Este método ofreció una descripción exhaustiva de los hechos tal como se presentaron, y permitió examinar y describir las interacciones entre estas dos variables en un momento determinado. Se analizó el vínculo entre el bienestar psicológico y la autoestima y se establecieron relaciones utilizando métodos estadísticos bivariantes, como la prueba Chi (Supo, 2015).

En cuanto al diseño de la investigación, se realizó un estudio descriptivo simple con el único objetivo de determinar si la variable de estudio estaba presente en la muestra en alguna modalidad, categoría o nivel. Este estudio fue no experimental, ya que solo observó los fenómenos en sus hábitats naturales para su posterior análisis, sin modificar intencionalmente ninguna de las variables (Hernández, 2010; Hernández, 2014).

#### **3.2. Población y muestra**

La muestra incluyó a los jóvenes de la escuela pública que satisficieran los requisitos de selección:

##### **Criterios de Inclusión**

- Adolescentes de la institución educativa
- Estudiantes que acepten el consentimiento informativo
- Estudiantes de ambos sexos.

##### **Criterios de Exclusión**

Alumnos cuyos padres tengan opiniones divergentes sobre el proyecto de investigación.

La técnica de selección de la muestra será no probabilística, centrándose en la conveniencia, ya que sólo se tendrán en cuenta los alumnos matriculados que estén dispuestos a participar en el estudio.

### 3.3. Variables. Definición y operacionalización

**Tabla 1.** Matriz de Definición y operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES (ÍTEMS)	INSTRUMENTO, MEDIDA, VALORES, NIVELES
<b>1º Variable: Bienestar Psicológico</b>	El bienestar psicológico es la capacidad de establecer buenos vínculos, como el control sobre su entorno, tener proyectos y una autoaceptación de sí mismo, todo esto se va evaluándose a través de los efectos positivos y negativos de satisfacción Casullo (2002)	Las respuestas al Bienestar Psicológico serán medidas con la Escala de BIEPS para adolescentes y jóvenes creado por Casullo (2002)	Control	1,5,10 y 13	<b>Instrumento:</b> Escala de BIEPS <b>Medida:</b> Ordinal <b>Valores:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Nivel Bajo menor a 25 se encuentran insatisfechos en varias áreas de su vida.</li> <li>Nivel Medio mayor a 33 a 38 satisfechos con algunas partes de su vida</li> <li>Nivel Alto igual a 39 totalmente satisfechos en todas las áreas de su vida.</li> </ul>
			Vínculos	2,8 y 11	
			Proyectos	3,6 y 12	
			Aceptación	4,7 y 9	
<b>2º Variable: Autoestima</b>	Rossemberg (1996) “Señala que la autoestima es un sentimiento de aprecio positivo o negativo hacia uno mismo, la autoestima tiene una base afectiva y cognitiva en cada persona y esto hará que se cuestione así mismo”.	Respuesta al nivel de Autoestima serán medidas con la escala de autoestima de Rosenberg.	AUTOESTIMA	Ítems:	<b>Instrumento:</b> Escala de Autoestima de Rosenberg <b>Medida:</b> Ordinal <b>Valores:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>*Nivel Elevada 30-40 Autoestima normal</li> <li>*Nivel Media 26-29 No presenta problemas en su autoestima, pero es necesario mejorarla.</li> <li>*Nivel Baja &lt;26 Problemas significativos de autoestima.</li> </ul>
			Positiva	1, 2, 4, 6, 7	
				Ítems:	
				3, 5, 8, 9, 10	
Negativa					

### 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información

La técnica empleada fue una encuesta para examinar la relación entre variables, especialmente el tipo de familia. Con esta encuesta era factible obtener datos directamente de los participantes. Por otro lado, se adoptó un enfoque psicométrico de acuerdo con las directrices dadas en la ficha técnica del instrumento para evaluar la variable de supervisión. (Hernández, 2014)

#### ✓ Escala de bienestar psicológico BIEPS-J

Para evaluar el bienestar psicológico, se empleó la «Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J» (para Jóvenes Adolescentes), desarrollada por María Martina Casullo y colaboradores en 2002. Esta escala está compuesta por 13 ítems que examinan el bienestar psicológico desde una perspectiva multidimensional. Tienen tres opciones de respuesta:

- De acuerdo (se asignan 3 puntos)
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo (se asignan 2 puntos)



- En desacuerdo (se asigna un punto)

La escala está compuesta únicamente por ítems directos, y la puntuación total se obtiene sumando las puntuaciones asignadas a cada ítem. Además, la escala no permite respuestas en blanco.

#### ✓ **Escala de autoestima de Rosenberg**

Para evaluar el nivel de autoestima, se empleó el test estandarizado de la Escala de Autoestima de Rosenberg, que consta de diez ítems, de los cuales cinco están formulados de manera positiva y cinco de manera negativa.

De los ítems del 1 al 5 las respuestas A - D se puntúan de 4 a 1. De los ítems 6 a 10, las respuestas A - D se puntúan de 1 a 4.

- De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada considerada como autoestima normal
- De 26 a 29 puntos: Autoestima media. No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarlas.
- Menos de 26 puntos autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

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

Se eligió la prueba de independencia Chi-cuadrado debido a la naturaleza observacional, prospectiva, transversal y descriptiva del estudio, así como su enfoque en la relación entre variables categóricas nominales (aunque politómicas, lo que requiere su dicotomización para el análisis estadístico de la asociación). Se estableció un nivel de significación del 5%. Para el manejo y análisis estadístico de los datos, se utilizaron las herramientas Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) y Microsoft Excel 2013, con el objetivo de analizar la asociación entre las dos variables.

### **3.6. Aspectos éticos**

El presente estudio se organizó de acuerdo con las normas de la institución académica y las directrices éticas proporcionadas por el comité de ética. Así, priorizó la protección de la identidad de los participantes por encima de todo, absteniéndose de solicitar información personal y de revelar detalles como el coeficiente intelectual en las respuestas al cuestionario. A todos los adolescentes se les pidió permiso informado y se les dio una descripción exhaustiva del tema de la investigación, en un esfuerzo por promover la participación voluntaria y con conocimiento de causa.

En relación con los principios de beneficencia y no maleficencia, siempre se garantizó la confidencialidad y la discreción en las interacciones con los estudiantes. Esto

se hizo con el objetivo de fomentar un clima de confianza y atender las necesidades particulares de cada persona. En cuanto a la integridad y honestidad, estas cualidades permitieron mantener la objetividad, imparcialidad y transparencia en la difusión responsable de la investigación. Conforme al principio de justicia, la información se distribuyó de manera justa y equitativa, se brindó asistencia para resolver cualquier problema y se garantizó el acceso privado a los resultados a través del correo electrónico.

#### IV. Resultados

**Tabla 2.** Nivel de Autoestima

*Nivel de Autoestima en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022.*

Autoestima	n	Porcentaje
Elevada	22	22.9%
Medio	49	49%
Baja	29	29 %
Total	100	100%

*Fuente: Escala de Autoestima de Rossemberg*

En la tabla 2. Se describe que el nivel de autoestima en los adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022, se evidencia que el que prevalece es el nivel medio con un 49%.

**Tabla 3.** Nivel de bienestar psicológico

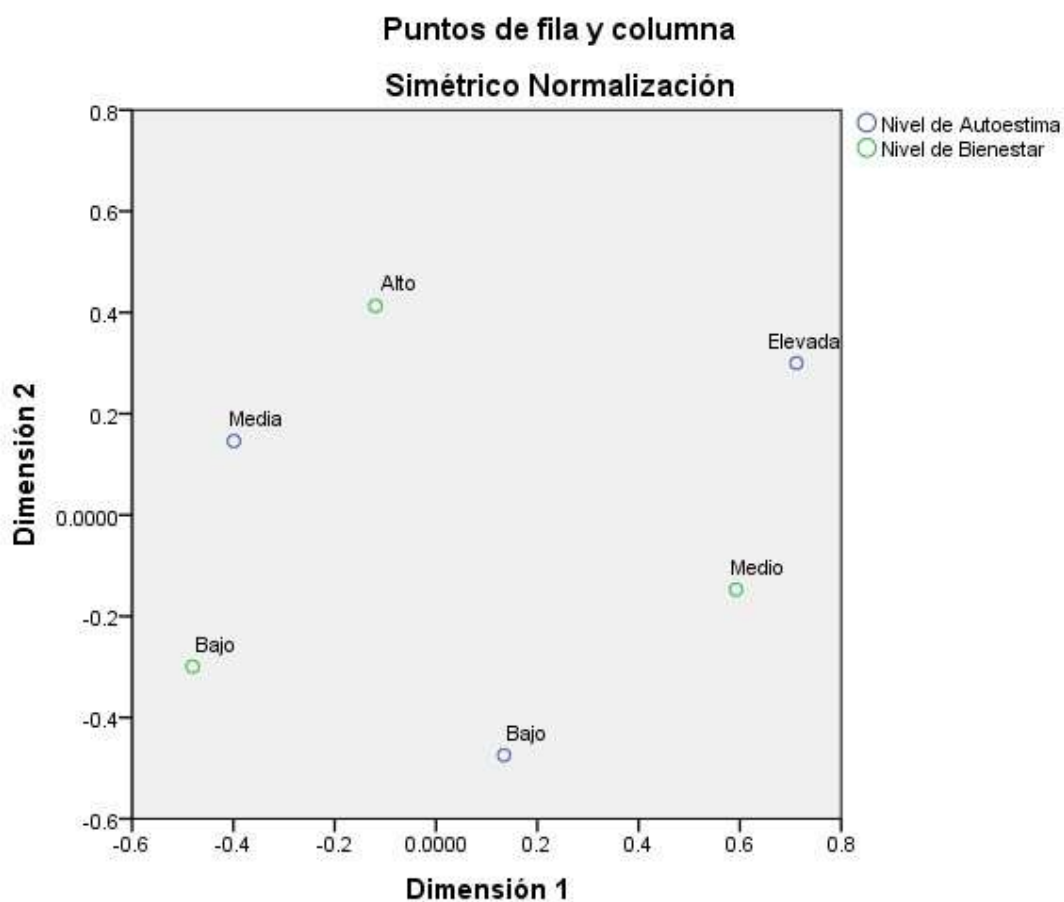
*Nivel de bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022.*

Bienestar Psicológico	n	Porcentaje
Alto	35	35.0%
Medio	33	33%
Baja	32	32 %
Total	100	100%

*Fuente: Escala de bienestar psicológico. BIEPS J.*

En la tabla 3. Se describe el bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022; se evidencia que el que prevalece es el nivel alto con un 35%.

### Análisis de correspondencia simple:



**Gráfico 1.** Puntos del análisis de correspondencia simple de la Autoestima y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública Huaraz 2022.

El gráfico ilustra las variables analizadas durante el proceso de dicotomización de la autoestima y el bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública en Huaraz en 2022. Se identificaron los puntos más cercanos, mostrando que la variable autoestima se sitúa en un nivel medio, mientras que la variable bienestar psicológico se encuentra en un nivel alto.

## Resultados relacionales:

**Tabla 4.** Relación entre las variables dicotomizada

*Relacionar bienestar psicológico y autoestima en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022, con valores de dicotomización*

		Bienestar psicológico Dicotomizada		Total
		Alto	Otros	
Autoestima Dicotomizada	Media	Recuento	19	49
		% del total	54.3% 16	49.0%
	Otros	Recuento	30	51
		% del total	45.7%	53.8%
				51.0%
	Total	Recuento	35	65
	% del total	100.0%	100.0%	100.0%

*Fuente: Elaboración propia*

*En la tabla 3. Se describe la relación entre bienestar psicológico y autoestima en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022.*

**Tabla 5.** Significancia estadística

*Significancia estadística de autoestima y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022.*

		Sig. asintótica	
Pruebas de <u>chi-cuadrado</u>	Valor	gl	(2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	.602 <sup>a</sup>	1	0.438
Razón de verosimilitud	.602	1	0.438
Asociación lineal por lineal	.596	1	0.440
N de casos válidos	100		

*Nota. De la población de encontró que, No existe relación entre autoestima y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022.*

## V. Hipótesis

---

**HO:** No existe relación entre Autoestima y Bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022.

**H1:** Si existe relación entre autoestima y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022.

---

### Nivel de significancia

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

### Estadístico de prueba

Chi cuadrado de Independencia

Valor de P= 0,438

Lectura del p-valor

Con una probabilidad de error del 0,438% de asociación entre autoestima y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022.

### Toma de decisiones

No existe relación entre autoestima y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz 2022.

---

*Fuente: Elaboración propia*

En la tabla 4. La hipótesis planteada se comprobó mediante la prueba de independencia Chi-cuadrado, la cual arrojó un valor p de 0.438, superior al nivel de significancia del 5%. Por lo tanto, se acepta la hipótesis de investigación, lo que indica que no existe una relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública en Huaraz en 2022.

## VI. Discusión

El objetivo principal del presente estudio fue determinar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública en Huaraz durante el año 2022. La investigación se motivó por la necesidad de entender la salud mental de los estudiantes, especialmente en el contexto del posible incremento de depresión y ansiedad en adolescentes, fenómeno que se presume ha sido exacerbado por la crisis actual provocada por la pandemia. La muestra de la población estudiada, conformada por estudiantes, se consideró representativa de la población general, con el propósito de desarrollar programas educativos que fortalezcan la autoestima y el bienestar psicológico de los adolescentes.

Los resultados obtenidos indicaron que no hay una relación estadísticamente significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes. Este hallazgo se confirma mediante la prueba estadística Chi-cuadrado de independencia, que arrojó un valor  $p$  de 0,438, significativamente superior al nivel de significancia de 0,05. Estos resultados coinciden con la investigación realizada por Miranda (2020) en Lima, que tampoco halló una asociación significativa entre ambas variables. Se puede deducir, por lo tanto, que una autoestima positiva no garantiza necesariamente una buena salud mental ni un sentimiento general de bienestar. Asimismo, se concluye que el bienestar psicológico, entendido como el adecuado funcionamiento de las funciones mentales, no necesariamente conlleva un nivel adecuado de autoestima.

En cuanto a la correlación entre la autoestima y las distintas dimensiones del bienestar psicológico, la investigación no revela ninguna relación estadísticamente significativa, lo que conduce al rechazo de la hipótesis general. Estos resultados son consistentes con la mayoría de los estudios previos; sin embargo, es relevante mencionar que Gutiérrez (2015) identificó una correlación específica entre la autoestima y el autoconcepto en su tesis. A pesar de ello, sus hallazgos no proporcionaron conclusiones definitivas sobre la relación entre la autoestima y las diversas dimensiones del bienestar psicológico.

Consistente con investigaciones previas, como el estudio realizado por Salambay (2019) en Ecuador, que examinó la relación entre la autoestima y las habilidades sociales

de los estudiantes, la presente investigación concluye que no existe una correlación significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico de los estudiantes.

Finalmente, el análisis de los niveles observados en los estudiantes mostró que la mayoría presenta una autoestima de nivel medio. Esto sugiere que, en términos generales, los estudiantes tienen una percepción equilibrada de sí mismos, sin mostrar inclinaciones hacia una autoestima excesivamente alta o baja. No se identificaron problemas significativos de inseguridad o falta de confianza, pero tampoco se observó una autoestima excepcionalmente alta. Este nivel medio de autoestima indica que, en su mayoría, los estudiantes tienen una autovaloración adecuada y saludable, aunque todavía existe margen para mejorar ciertos aspectos de su autoconcepto y autoconfianza.

Al mismo tiempo, se observó que la gran mayoría de los estudiantes presenta un alto nivel de bienestar psicológico. Este resultado es especialmente alentador, ya que sugiere que los estudiantes, en su mayoría, se sienten positivos acerca de sí mismos y de su entorno. Un alto nivel de bienestar psicológico indica que los estudiantes experimentan emociones positivas con frecuencia, poseen un sentido de propósito, están satisfechos con sus vidas y son capaces de gestionar el estrés de manera efectiva.

El hecho de que la mayoría de los estudiantes muestre un alto nivel de bienestar psicológico sugiere que, a pesar de las variaciones en la autoestima, cuentan con las herramientas emocionales y psicológicas necesarias para llevar una vida equilibrada y satisfactoria. La relación entre una autoestima media y un alto bienestar psicológico indica que, aunque los estudiantes tengan una autopercepción moderada, esto no les impide sentirse bien y mantener una salud mental positiva.

En resumen, los resultados de la investigación revelan que, aunque la mayoría de los estudiantes presenta una autoestima de nivel medio, su bienestar psicológico es predominantemente alto. Esto sugiere una salud mental general favorable y una capacidad de adaptación positiva ante las circunstancias de la vida.



## VII. Conclusiones

- No se encontró una relación estadísticamente significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública en Huaraz en 2022. Esta conclusión se obtuvo utilizando la prueba estadística Chi-cuadrado de independencia, que arrojó un valor  $p$  de 0.438, significativamente superior al nivel de significancia de 0.05. Esto indica que no existe una relación estadísticamente significativa entre las dos variables.
- El 49% de los estudiantes presenta una autoestima media. Estas personas suelen enfrentar dificultades en la toma de decisiones, tienden a autocriticarse en ocasiones y valoran la opinión de los demás. A pesar de esto, son sociables y generalmente confían en sí mismos.
- El 35% de los estudiantes muestra un alto nivel de bienestar psicológico. Estos individuos mantienen una actitud positiva y tienen una percepción constructiva de sí mismos.

### **VIII. Recomendaciones**

- La institución debería fomentar una variedad de actividades recreativas que estimulen a los estudiantes, con el objetivo de fortalecer tanto su autoestima como su bienestar psicológico.
- Desarrollar e implementar programas de talleres destinados al desarrollo personal para estudiantes que enfrentan problemas de conducta inadecuada, desequilibrio emocional y baja autoestima, que pueden derivarse de un entorno familiar inadecuado. Estos programas tienen como objetivo ofrecer orientación a los alumnos, mejorar su autoestima y fomentar el desarrollo de sus habilidades y capacidades.
- Los docentes del establecimiento deben apoyar a los estudiantes en su formación académica y trabajar en el fortalecimiento de su autoestima y bienestar psicológico, con el objetivo de maximizar su potencial y desarrollo académico.
- Realizar un seguimiento de los estudiantes que presentan baja autoestima y bienestar psicológico, con el fin de proporcionarles atención psicológica y apoyo adecuado.
- Durante las horas de asesoría, los tutores de aula deberían diseñar y llevar a cabo diversas actividades para fomentar una buena salud mental, promover el bienestar psicológico y fortalecer la autoestima de los estudiantes.

## Referencias bibliográficas

- López, G., Madera, C. y Ramírez, O. (2012). Implementación de un programa de bienestar psicológico y su relación con en el rendimiento académico de estudiantes de séptimo grado de básica secundaria. Universidad Autónoma del Caribe. Colombia.
- Arriaga, N. (2018). Bienestar psicológico En Jóvenes Estudiantes Del Nivel Superior. 92. <http://hdl.handle.net/20.500.11799/9498>.
- Castillo, L. y Cruz, E. (2018). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa Particular Inmaculada Concepción - Huacho 2015. Universidad San Pedro, Perú. Recuperado de: <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/5358>.
- Helguero(2018) Relación entre autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa República del Perú–Tumbes 2016. Recuperado de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/4455/AUTOESTIMA\\_BIENESTAR\\_PSICOLOGICO\\_HELGUERO\\_ALVAREZ\\_ERWING\\_CRIS\\_MAR.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/4455/AUTOESTIMA_BIENESTAR_PSICOLOGICO_HELGUERO_ALVAREZ_ERWING_CRIS_MAR.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Angulo, K. y León, G. (2015). Nivel de bienestar emocional en la dimensión de autoestima y su relación con el rendimiento académico: el caso de un grupo de estudiantes de secundaria costarricens. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador.
- Rodríguez, R. (2014). Relación entre el clima social familiar y la autoestima en los estudiantes de 2do año del nivel secundario de la institución educativa N° 001 “José Lishner Tudela” – Tumbes, en el año 2014. Tesis para optar el título profesional de Psicólogo. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Tumbes, Perú. Recuperado de:

<http://erp.uladech.edu.pe/archivos/03/03012/documentos/repositorio/2014/21/23/124043/20150316083448.pdf>.

Ryff, C., y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*.

Chávez, A. (2006). Bienestar Psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de niveles medio superior. Tesis de maestría, Universidad de Colima. México.

Castañeda, A. (2013). Autoestima, claridad de autoconcepto y salud mental en adolescentes de Lima metropolitana. Tesis de licenciada en Psicología. Universidad Pontificia Católica del Perú. Lima. Perú.

Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. Buenos Aires: Paidós.

Rodríguez, R. (2014). Relación entre el clima social familiar y la autoestima en los estudiantes de 2do año del nivel secundario de la institución educativa N° 001 “José Lishner Tudela” – Tumbes, en el año 2014. Tesis para optar el título profesional de Psicólogo. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Tumbes, Perú. Recuperado de:

<http://erp.uladech.edu.pe/archivos/03/03012/documentos/repositorio/2014/21/23/124043/20150316083448.pdf>.

Tecca, Y. (2004). Autoestima del adolescente parental estudiante de la unidad educativa “La Piedad” del municipio palavecino del estado Lara. Tesis. Universidad Centro occidental “Lisandro Alvarado”. Barquisimeto, Venezuela. Recuperado de: [http://bibmed.ucla.edu.ve/Edocs\\_bmucla/textocompleto/TWS105.5.S3T422003.pdf](http://bibmed.ucla.edu.ve/Edocs_bmucla/textocompleto/TWS105.5.S3T422003.pdf)

Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya, R. y Dioses, A. (2008).

Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.

Ramírez Aliaga, A. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes de un colegio en el distrito del Rímac [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]

<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/69d0506c-1994-4a1ebce6-8fa3f73d1b43/content>

Alvarez, D. G., Soler, M. J., & Rendón, R. C. C. (2019a). Bienestar psicológico en adolescentes: relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos. Dialnet.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7773083>



## Anexo 02. Instrumento de recolección de información



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

### ESCALA BIEPS- J

Marca tus respuestas en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. La alternativa de respuesta es:

- **ESTOY DE ACUERDO**
- **NI DE CUERDO NI DESACUERDO**
- **ESTOY EN DESACUERDO.**

No hay respuestas buenas o malas, todas sirven. No dejes frases sin responder. Marca tu respuesta con una cruz (o aspa) en uno de los tres espacios.

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

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

**Escala de Autoestima de Rosenberg Instrucciones:**

A continuación, encontrará una lista de afirmaciones en torno a los sentimientos o pensamientos que tiene sobre usted. Marque con una X la respuesta que más lo identifica.

<b>PREGUNTAS</b>	<b>Muy de acuerdo</b>	<b>De acuerdo</b>	<b>En desacuerdo</b>	<b>Muy en desacuerdo</b>
Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
Creo que tengo un buen número de cualidades.				
En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
Siento que no tengo muchos motivos para sentirme orgulloso/a de mí.				
Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.				
En general, estoy satisfecho conmigo mismo/a.				
Desearía valorarme más a mí mismo/a.				
A veces me siento verdaderamente inútil.				
A veces pienso que no soy bueno/a para nada.				



### **Anexo 03. Validez y confiabilidad del instrumento**

#### **Escala de bienestar psicológico (BIEPS-J)**

Escala de bienestar psicológico, la autora es: María Martina Casullo (2002), posteriormente fue adaptado por: Yovana Rodríguez Durand en nuestro contexto local. El objetivo de este instrumento es la medición del Bienestar psicológico, este instrumento tiene una administración individual y colectiva, consta de 13 ítems y tiene un tiempo de aplicación de 15 minutos promedio.

#### **Descripción del instrumento:**

La Escala de bienestar psicológico permite medir el nivel de bienestar psicológico de un individuo teniendo en cuenta los siguientes indicadores: Control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos personales, aceptación de sí mismo y autonomía.

#### **Calificación e Interpretación:**

Para la calificación se debe tener en cuenta que cada respuesta tiene tres opciones: 3(de cuerdo), 2 (ni de acuerdo, ni en desacuerdo), y 1 (en desacuerdo) dependiendo de lo que haya marcado la persona. El puntaje máximo es 39 y mínimo será 13. Teniendo el puntaje total convertido en percentiles se ubica en cualquier nivel que le corresponda: Nivel alto (puntos percentiles 71 – 97) presenta una buena capacidad de mantener buenos vínculos con su entorno, cuenta con proyectos y autoaceptación de él mismo; nivel promedio (puntos percentiles 26 – 70) presenta dificultad para mantener vínculos con su entorno, para sus proyectos y baja autoaceptación de él mismo; y el nivel bajo (puntos percentiles 1 – 25) tiene una mala capacidad de mantener vínculos con su entorno, no tiene proyectos y carece de autoaceptación de él mismo.

### **Validez y confiabilidad de la escala de bienestar psicológico (BIEPS-J):**

Este instrumento presenta validez de constructo, lo cual se utilizó estudios correlacionales con otros test que midieran lo mismo y sintomatología clínica obteniendo como resultado asociación negativa. Seguidamente se calculó la asociación entre esta escala, la escala SWLS de E. Diener y la escala D-T de Andrews y Wither, producto de ello se demostró que cuando los jóvenes presentan mayor bienestar se sienten más satisfecho con la vida, logrando una correlación positiva de 0.20 y 0.30. Por otro lado, el coeficiente de validez para el género masculino y femenino de la escala adaptada de bienestar adapta en nuestra localidad de Chiclayo fue una media mayor de 0.30. La confiabilidad se realizó con el coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach obteniéndose 0.789, siendo un coeficiente alto lo que le da consistencia al test.

### **Validez y Confiabilidad del instrumento de la escala de autoestima de Rosenberg**

Para determinar el nivel de autoestima se utilizó el test estandarizado de la escala de Autoestima de Rosenberg constituido por 10 ítems; en los cuales cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de aquiescencia auto administrado.

De los ítems del 1 al 5 las respuestas A - D se puntúan de 4 a 1. De los ítems 6 a 10, las respuestas A - D se puntúan de 1 a 4.

De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada considerada como autoestima normal

De 26 a 29 puntos: Autoestima media. No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarlas.

Menos de 26 puntos autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

#### **Validez y confiabilidad de la escala de la escala de autoestima de Rosenberg:**

Confiabilidad: Rosenberg (1987; en Pequeña, 1999) informó que la escala obtuvo un coeficiente de reproductibilidad de 0.92 y un coeficiente de estabilidad de 0.72; además se sabe que Silber & Tipett (1987; en Pequeña, 1999) informaron que la escala alcanzó una confiabilidad test-retest de 0.85 con un intervalo de dos semanas.

Validez: Rosenberg (1973; en Pequeña, 1999) estudió la relación entre autoestima y depresión, hallando que las personas que obtenían menores puntajes de autoestima en la escala, aparentaban estar deprimidas al ser evaluadas mediante las 85 escalas de Leary; a continuación se valoró la relación entre autoestima y depresión en una muestra de 5024 sujetos, hallándose resultados similares.

Consistencia interna en la muestra: Se adquiere un valor en el coeficiente Alpha de Cronbach de 0.76, lo que indica una alta confiabilidad.

Estructura factorial en la muestra: La varianza de la escala es explicada por 2 factores que alcanzan a cubrir el 53.07%, logrando el primer factor un 27.98%.

## **Anexo 04. Formato de Consentimiento Informado**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Título del estudio: Bienestar Psicológico y autoestima en adolescentes de una institución educativa pública, Huaraz- 2022

Investigadora: Rios Sanchez, Nerlly Mirssa

Propósito del estudio

Estamos invitando a su hijo(a) a participar del presente estudio, desarrollado por investigadores de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Se pretende describir el Bienestar Psicológico y autoestima en estudiantes de una institución educativa pública Huaraz, 2022

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

Se Administrará la escala de bienestar psicológico (duración aprox. 20 min.)

Nosotros guardaremos la información de su hijo(a) sin nombre alguno. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de su hijo(a). Además, si usted decide podrá retirar a su hijo del estudio en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno.

La información sólo se identificará mediante un código numérico.

Si le gustaría tener información adicional acerca del estudio antes o después que finalice, puede ponerse en contacto con cualquiera de nosotros por teléfono 900795764 o por correo [nerllyr11@gmail.com](mailto:nerllyr11@gmail.com).

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

Firma: .....

Fecha: .....

Atentamente, Rios Sanchez Nerlly Mirssa

**ASENTIMIENTO INFORMADO**

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento.

De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

Este documento tiene valor si su padre o apoderado ha aceptado su participación firmando el formato de consentimiento informado para autorizar la participación de un (a) menor en un estudio de investigación. La presente investigación se titula: Bienestar psicológico y autoestima en adolescentes de una institución educativa Huaraz, 2022. Dirigida por Rios Sanchez Nerlly Mirssa, investigadora de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Para ello, se le invita a participar de una evaluación que le tomará 45 minutos aproximadamente de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted puede solicitar cualquier información escribiendo al correo [nerllyr11@gmail.com](mailto:nerllyr11@gmail.com)

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre : .....

Fecha : .....

Firma : .....

Firma de la investigadora : .....

## **Anexo 05. Evidencias de ejecución (declaración jurada, base de datos)**

### **Declaración jurada**

Yo, Nerlly Mirssa Rios Sanchez, con DNI. N° 75400341, natural de la ciudad de Huaraz, declaro bajo juramento que la presente investigación cuenta con datos reales, recogidos por mi persona para este estudio, sometiéndome a las disposiciones legales vigentes de incurrir en falsedad de datos.

Y para que así conste y surta los efectos oportunos firma la presente declaración en la Ciudad de Huaraz.



Firma