

# UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Psicología



## UPLA

**TESIS:**

BIENESTAR PSICOLÓGICO DE LOS ESTUDIANTES DE UNA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVO PUBLICA DE LIMA –  
CERCADO -2023.

**Para Optar** : Título Profesional de Psicóloga.

**Autores** : Bach. Riveros Nagarro Sonia María

**Asesores** : Metodológico Mg. Vasquez Artica Jessenia

: Teórico Mg. Sapaico Vargas Osmar Jesus

**Línea de Investigación:** Salud y Gestión de la Salud.

Huancayo – Perú -2023

## DEDICATORIA

El presente investigación va dedicado a Dios por darme la fortaleza y su bendición, día a día para seguir adelante también a mi familia, quienes me dieron su apoyo así poder llegar a mi meta, también a mis hijos: Diego e Ítalo por darme fuerzas para poder seguir esforzándome en mi objetivo.

La autora

## AGRADECIMIENTO

Mi agradecimiento a la Universidad Peruana los Andes por impulsarnos al camino de la investigación, como también a los asesores por brindarnos la confianza y sus enseñanzas, de su profesionalismo también a los representantes de la Institución educativa por brindarme el apoyo a evaluar a los estudiantes para lograr el objetivo de fortalecer el bienestar psicológico en sus estudiantes, agradezco también a mis familiares por todo su apoyo.

La autora

# CONSTANCIA

## DE SIMILITUD DE TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN POR EL SOFTWARE DE PREVENCIÓN DE PLAGIO TURNITIN

La Dirección de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, hace constar por la presente, que el Informe Final de Tesis titulado:

### BIENESTAR PSICOLÓGICO DE LOS ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVO PUBLICA DE LIMA – CERCADO -2023

Cuyo autor (es) : RIVEROS NAGARRO SONIA MARÍA  
Facultad : CIENCIAS DE LA SALUD  
Escuela Profesional : PSICOLOGÍA  
Asesor (a) : MG. VÁSQUEZ ARTICA JESSENIA  
MG. SAPAICO VARGAS OSMAR JESÚS

Que fue presentado con fecha: 10/03/2023 y después de realizado el análisis correspondiente en el software de prevención de plagio Turnitin con fecha 16/03/2023; con la siguiente configuración del software de prevención de plagio Turnitin:

- Excluye bibliografía
- Excluye citas
- Excluye cadenas menores a 20 palabras
- Otro criterio (especificar)

Dicho documento presenta un porcentaje de similitud de 16%.

En tal sentido, de acuerdo a los criterios de porcentajes establecidos en el Artículo N° 11 del Reglamento de uso de software de prevención de plagio, el cual indica que no se debe superar el 30%. Se declara, que el trabajo de investigación: si contiene un porcentaje aceptable de similitud.

Observaciones: Se analizó con el software dos veces.

En señal de conformidad y verificación se firma y sella la presente constancia.

Huancayo, 16 de marzo de 2023



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
Facultad de Ciencias de la Salud

Ph.D. EDITH ANCCO GOMEZ  
DIRECTORA DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA N° 112 – DUI – FCS – UPLA/2023

c.c.: Archivo  
EAG/vjchp

## INTRODUCCION

En las últimas décadas, el estudio de la psicología se ha orientado a explorar los aspectos patológicos del ser humano, restando atención a la integridad y la posibilidad de desarrollar las capacidades de una persona para hacerla más fuerte (Seligman, 2002). De tal manera, se han propuesto diferentes conceptos de otros autores, así, el bienestar psicológico se ha propuesto como aquel potencial latente en el ser humano para fortalecer su forma de adaptarse positivamente. Autores como Andrews y Withey (1976) proponen que el bienestar psicológico se compone en el afecto positivo, el afecto negativo y los juicios cognitivos que intervienen al momento de experimentar satisfacción personal.

Para Ryff (1997), las personas pueden experimentar sensaciones de bienestar cuando experimentan el efecto positivo para Ryff refiere que el bienestar psicológico tiene diferentes variaciones según el sexo, edad y su cultura, planteando que hay seis dimensiones como: la apreciación positiva de sí mismo, la capacidad de manejar el medio, sus vínculos personales, el significado de sus sentimientos en su vida y el sentido de su autodeterminación.

Casullo (2002) plantea que el bienestar psicológico es destacado por las dimensiones dentro del ciclo de la vida en los adolescentes en la percepción de ellos mismos, donde se halló las dimensiones y percepción con ítems y variables de importancia para los adolescentes con valor significativo.

En el capítulo I, se abarca el planteamiento del problema del proyecto de investigación, describiendo la realidad problemática, la delimitación del problema, formulación, justificación y los objetivos de la misma.

En el capítulo II, se puede hallar el marco teórico y los antecedentes del proyecto de investigación.

El capítulo III, se consideraron los variables no incluye hipótesis por no corresponder por ser un proyecto básico y de forma descriptiva.

En el capítulo IV, Se dio a conocer aspectos metodológicos de la investigación, donde figuran el tipo, nivel, diseño de la investigación y la muestra, teniendo en cuenta lo ética y recolección de datos, por último.

Capítulo V: Aquí se presentó la discusión de los resultados de la investigación, las conclusiones, y las recomendaciones.

Por último, se presentó las referencias bibliográficas de la investigación, así como los diferentes anexos solicitados por la Universidad Peruana los Andes.

La autora

## CONTENIDO

DEDICATORIA.....	II
AGRADECIMIENTO.....	III
INTRODUCCIÓN.....	IV
CONTENIDO.....	V
CONTENIDO DE TABLAS.....	VIII
CONTENIDO DE FIGURAS.....	IX
RESUMEN.....	X
ABSTRAC.....	XI
CAPITULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	12
1,1 Descripción de la realidad problemática.....	12
1.2 Delimitación del problema.....	16
1.3 Formulación del problema.....	17
1.3.1 Problema General.....	17
1.3.2 Problema específico.....	17
1.4 Justificación.....	17
1.4.1 Social.....	18
1.4.2 Teórico.....	18
1.4.3 Metodología.....	18
1.5 Objetivos.....	19
1.5.1 Objetivo General.....	19
1.5.2 Objetivo Especifico.....	19

CAPITULO II MARCO TEÒRICO .....	20
2.1 Antecedentes Nacionales e Internacionales.....	20
2.2 Antecedentes internacionales .....	20
2.3 Antecedentes Nacionales .....	20
2.3.1 Bases teoricos .....	26
2.3.2 Marco Conceptual de las variables y dimensiones.....	51
CAPITULO III DE HIPOTESIS.....	54
3.1 Hipótesis General.....	54
3.3 Variables definición conceptual y operacional.....	55
CAPITULO IV :METODOLOGÍA.....	57
4.1 Método de Investigación.....	58
4.2 Tipo.deInvestigación.....	58
4.3 Nivel de Investigación.....	58
4.4 Diseño de la Investigación.....	58
4.5 Población y muestra.....	62
4.6 Tècnicas e instrumento de recoleccion de datos.....	63
4.7 Técnica de procesamiento y análisis de datos.....	63
4.8 Aspectos éticos de la Investigación.....	63
CAPITULO V: RESULTADOS.....	65
5.1 Descripcion de resultados.....	65
5.2 Analisis y discusion de resultados.....	77
5.3 Conclusiones.....	79



5.4 Recomendaciones.....	85
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	86
Anexo 01 Matriz de consistencia.....	87
Anexo 02 de Operacionalización de variables.....	87
Anexo 03 Matriz de operacionalización del instrumento .....	88
Anexo 04 Asentimiento y consentimiento informado.....	88

## **RESUMEN**

Se realizó esta investigación con el título de Bienestar Psicológico en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pública de Lima – Cercado, 2022 donde se formuló la investigación con el variable de Bienestar Psicológico con los estudiantes de nivel de secundaria de esta institución educativa pública de Lima – Cercado donde se tuvo el fin de identificar el nivel de Bienestar Psicológico en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria. El presente trabajo se sustentó con el método de investigación que es descriptiva de tipo básico simple. La muestra estaba conformado por 124 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública de Lima – Cercado.

Por lo tanto se realizó una evaluación y análisis en los estudiantes de nivel de secundaria, obteniendo resultados donde se muestran que existe un predominio de nivel alto de Bienestar Psicológico con un 64% en (80) estudiantes de esta Institución Educativa Pública de Lima-Cercado, de Bienestar Psicológico donde esto es un nivel normal y de igual manera el 36% (45) de los estudiantes presentando un nivel medio de bienestar psicológico, y un 0% un nivel bajo. Para esto se realizó con el instrumento de Escala bienestar psicológico de Carol Ryff que consta 39 ítems. Por otro lado, es fomentar actividades con los estudiantes de esta Institución Educativa a fin de fortalecer su Bienestar Psicológico.

Palabras Claves: Bienestar Psicológico, Auto aceptación, Autonomía, Crecimiento personal, Propósito de vida, Dominio del entorno.

## **ABSTRACT**

In the investigation that was carried out with the title of Psychological Well-being in the students of the secondary level of the Public Educational Institution of Lima - Cercado, 2022 where the investigation was formulated with the variable of Psychological Well-being with the secondary level students of this educational institution public of Lima - Cercado where the purpose was to identify the level of Psychological Well-being in the students of fourth and fifth high school. The present work was supported by the research method that is descriptive of a simple basic type. The sample consisted of 124 fourth and fifth grade students from the Public Educational Institution of Lima - Cercado.

Therefore, an evaluation and analysis was carried out on high school students, obtaining results where it is shown that there is a predominance of a high level of Psychological Well-being with 64% in (80) students of this Public Educational Institution of Lima-Cercado., of Psychological Well-being where this is a normal level and likewise 36% (45) of the students presenting a medium level of psychological well-being, and 0% a low level. For this, the Carol Ryff Psychological Well-being Scale instrument was used, which consists of 39 items. On the other hand, it is to promote activities with the students of this Educational Institution in order to strengthen their Psychological Well-being of the students.

Keywords: Psychological Well-being, Self-acceptance, Autonomy, Personal growth, Purpose of life, Mastery of the environment.

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 1.1 Descripción de la realidad problemática

Se da a conocer que, a nivel mundial, según la estadística en la adolescencia existe un aproximado de 70% jóvenes con problemas de conducta, conllevando esto a trastornos psicológicos por diferentes dificultades UNICEF-(2011). Generándole esto al adolescente frustraciones, en caer en la depresión es por ella la importancia del bienestar psicológico en los adolescentes.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud mental es una condición de bienestar subjetivo, donde la persona es capaz de identificar sus capacidades, lidiando con las dificultades cotidianas de su vida, laborando con productividad y siendo capaz de hacer el bien a la sociedad.

Ryff y Keyes, (1995) señalan que el bienestar psicológico está formada de siguientes dimensiones respecto a bienestar psicológico: el auto aceptación, el dominio del entorno, las relaciones positivas, el propósito de vida, el crecimiento personal y la autonomía y el dominio con su entorno.

#### Internacionales

En la adolescencia es una etapa vulnerable porque en ella se producen muchos cambios en la personalidad del adolescente, donde también se definirá su identidad en lo cual fue elaborado

En su proyecto de vida según (Figuroa – 2005 p 66-72).

López y Ramírez (2012) refieren en su estudio a un programa de bienestar psicológico, esto a fin de ver la relación que existe con el rendimiento académico con estudiantes de secundaria en Barranquilla – Colombia, basado al modelo de Reff con un diseño correlacional entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria,

utilizando la “Escala de Bienestar Psicológico” de Reff, con una muestra de 38 estudiantes, saliendo un análisis correlacional positivo.

Ferragut y Fierro (2009) formularon una investigación acerca de la inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en adolescentes donde se identificó la relación entre las variables, con una muestra de 166 estudiantes entre 9- 12 años con la escala de Traitmeta- Mood, scale (TMMS-24), en el bienestar personal se midió con escala Eudemon con ítem general de la felicidad, llegando a la conclusión de que sí existe relación entre las variables.

Chávez ( 2006 ) formulo una investigación similar de bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico en estudiantes universitarios, teniendo como fin ver la relación que hay entre bienestar psicológico y el rendimiento académico en los estudiantes de nivel superior ,donde resulto una baja auto aceptación, falta de propósito de vida, poca capacidad para tomar decisiones, realizando con una muestra conformada por 92 estudiantes con la “Escala de Bienestar Psicológico” en adolescentes ( BIEPS-J ), existiendo una correlación positiva.

A lo largo de los primeros meses de la pandemia, se evidenció que 1 de cada 3 niños o adolescentes mostraron problemas ya sea afectivos o de conducta por el confinamiento, lo cual sería un indicador de los problemas de salud mental, siendo necesario el diagnóstico y la intervención oportuna según informó el Ministerio de Salud (Minsa, 2020)., De acuerdo al diario correo ( 2022 ),existieron problemas que estaban afectando a los jóvenes que son las enfermedades de salud mental, como la ansiedad y depresión, que, según cifras del Ministerio de Salud,.

Carranza (2015) hizo una investigación acerca del bienestar psicológico y el rendimiento académico en un grupo de estudiantes de psicología de la Universidad Peruana Unión – Tarapoto, esto a fin de analizar el bienestar psicológico y el rendimiento académico, fue así como realizaron con una muestra de 210 estudiantes.

Coppari y Cols (2012), llevó a cabo un estudio descriptivo-comparativo de bienestar psicológico en adolescentes en nivel secundaria, en dos escuelas, esto a fin de identificar el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes, esto fue evaluado por la “Escala de Bienestar Psicológico” (EBP) a un grupo de 173 estudiantes adolescentes.

Para Diener (1994) realizó una investigación de bienestar que estará ligada a su medición. De tal manera infiere que existen tres componentes acerca del bienestar psicológico: la subjetividad, la existencia de sentimientos positivos que reduce la presencia de sentimientos negativos, y por último la valoración integral de la vida. Un buen bienestar está relacionado con tener una valoración positiva acerca de la vida y que esta sea estable, mientras que no se logra un bienestar adecuado cuando se tienen expectativas y logros diferentes, siendo este un juicio integral de la propia experiencia de vida de una persona. Para el autor es importante darles mayor valor a las cosas positivas que a los aspectos negativos, valorando las experiencias buenas en la vida.

Asimismo, se puede decir afirmar que es complejo definir el bienestar psicológico ya que su concepto se ha utilizado mayormente para relacionarlo con la satisfacción y calidad de vida. Para el bienestar psicológico, es importante este proyecto de investigación y de esta forma ayudar a los adolescentes que puedan afrontar situaciones difíciles, ya que en la adolescencia experimentan cambios de carácter afectivo, biológico, social y psicológico. Algunos experimentan cambios que les perjudican su bienestar psicológico, por ello es importante brindar información para que permita ayudar con programas y terapias en la aceptación y transformación que ocurren en los aspectos emocionales ..

En este proyecto pretende identificar los niveles de bienestar psicológico de los estudiantes de la Institución Educativa PNP Alipio Ponce Vásquez. Donde se realizará preguntando el nivel de su bienestar psicológico de los estudiantes. Se recolectará información

para analizar el bienestar psicológico en la población, dado que la salud mental es de importancia para dar tratamiento con programas de prevención.

## **1.2 Delimitación del problema**

### **1.2.1. Delimitación temporal**

En esta investigación que se realizó durante cuatro meses aproximadamente comprendidos desde el mes de octubre del 2022 hasta febrero del 2023.

### **1.2.2. Delimitación espacial**

Esta investigación se desarrolló en los ambientes de la Institución educativa pública PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima – Cercado, el cual se encuentra en el distrito de Lima.

### **1.2.3. Delimitación Teórica**

Esta fue tomado de la teoría de Carol Ryff (1989) con el modelo de dicho autor, de bienestar psicológico, donde está conformado por seis dimensiones, donde es evaluado el individuo, viendo su fortaleza en algunas áreas de su bienestar psicológico por Díaz (2006).

## **1.3 Formulación de Problema**

### **1.3.1. Problema general**

¿Cuál es el nivel del bienestar psicológico en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado -2022?

### **1.3.2. Problemas específicos**

- ¿Cuál es el nivel de la dimensión a auto aceptación en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado 2022?
- ¿Cuál es el nivel de la dimensión dominio con el entorno en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado 2022?
- ¿Cuál es el nivel de la dimensión relaciones positivas en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado 2022?

- ¿Cuál es el nivel de la dimensión propósito en la vida en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado 2022?
- ¿Cuál es el nivel de la dimensión crecimiento personal en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado 2022?
- ¿Cuál es el nivel de la dimensión autonomía en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado 2022?

#### **1.4. Justificación**

##### **1.4.1. Social**

Los datos fueron recopilados y desarrollados en la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado, donde se verifico los niveles del bienestar psicológico, de los estudiantes. de esta manera se podrá ayudar a los estudiantes de esta institución educativa. Donde no se vea afectados frente a los problemas riesgosos, mediante cual se buscó resultados que nos permitió a realizar actividades formulando las encuestas con preguntas, donde se realizó la prevención y promoción, aplicando la psi coeducación, consejería, charlas, talleres, para que no existan los factores de riesgo y que no afecten el bienestar psicológico.

##### **1.4.2. Teórico**

Esta investigación será de gran importancia para obtener el nivel promedio del bienestar psicológico en la población de estudio. En este trabajo se basó en la teoría de Ryff, con el instrumento de “Escala de Bienestar Psicológico”, abreviada en (1989). Donde los datos resultantes indicaron que sí existen riesgos que puedan influir en el adecuado desarrollo de estos estudiantes. Esto nos servirá como antecedentes para otras investigaciones, donde los adolescentes donde podrán afrontar a los retos de su vida.

##### **1.4.3. Metodología**

Esta investigación es de tipo básico y descriptivo en la cual se utilizó el instrumento de Ryff fue de gran importancia que evaluó el variable de bienestar psicológico, mediante un



cuestionario de escala Ryff,, abreviada en (1989) fue desarrollado en Estados Unidos donde existió un propósito en la cual se obtuvo resultados de confiabilidad mediante la aplicación de una prueba piloto, esto con el fin de cumplir con los parámetros para la evaluación y su validez será a través del juicio de expertos al tiempo y así poder evaluar el variable de esta investigación.

## **1.5. Objetivos**

### **1.5.1. Objetivo general**

Determinar el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de la Institución Educativo PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima –Cercado 2022.

### **1.5.2 Objetivos específicos**

- Identificar el nivel de la dimensión a auto aceptación en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado 2022.
- Identificar el nivel de la dimensión dominio con el entorno en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado 2022.
- Identificar el nivel de la dimensión relaciones positivas los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado 2022.
- Identificar el nivel de la dimensión propósito en la vida en los Estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado de 2022.
- Identificar el nivel de la dimensión crecimiento personal en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado 2022
- Identificar el nivel de la dimensión autonomía en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado 2022

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1 Antecedentes

#### 2.1.1. Antecedentes internacionales

Rodriguez & Diaz (2020) en la investigación de *“Bienestar psicológico en adolescentes en situación de vulnerabilidad: impacto de redes de apoyo social”*. Cuyo objetivo fue establecer el nivel de bienestar psicológico en un grupo de adolescentes que presentan factores de vulnerabilidad, asimismo establecer la relación que hay con sus fuentes de apoyo más cercanas. El estudio tuvo una metodología de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, siendo de alcance correlacional. Se utilizó la Escala de habilidades comunicativas, la escala de apoyo social y la escala de evaluación de bienestar psicológico. Estos se administraron a una muestra de 201 estudiantes. Los resultados evidencian que la gran mayoría de los evaluados muestran niveles altos de bienestar psicológico y otros estudiantes tienen niveles promedios de bienestar.

Osorio et al. (2020), en la investigación *“Análisis descriptivo del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de mexicanos”*. Cuyo objetivo fue realizar un análisis y una comparación sobre los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de nivel superior en la Universidad Autónoma de México. Fueron considerados 1400 estudiantes de todas las carreras que tenían edades entre los 18 y 30 años. El instrumento utilizado fue la “Escala de Bienestar psicológico de Ryff” validada en México. En los resultados se observa que los estudiantes mostraron mayores niveles bienestar psicológico, tendiendo diferencias significativas en cuanto al campus, la carrera y el género de los estudiantes. Finalmente se recomienda la intervención en aquellos estudiantes con niveles bajos y medios de bienestar psicológico.

Maganto et al. (2019), en la investigación *“El bienestar psicológico en la adolescencia: variables psicológicas asociadas y predictores”*. Tuvo como finalidad describir aquellas

diferencias entre el género y la edad acerca de los hábitos de vida, variables psicológicas asociadas y sus predictores. Se aplicó la “Escala de Bienestar Psicológico”, la “Encuesta de hábitos de vida”, “Escala de Autoestima de Rosemberg”, “Escala de autotestima corporal” y el “Inventario de síntomas psicopatológicos SCL 90-R” a un grupo de 1075 adolescentes varones y mujeres. En los resultados se muestra que los varones muestran mayores indicadores de personalidad positiva que las mujeres, siendo inversas las puntuaciones en cuando a la personalidad negativa. Además, se observa que el rendimiento académico mejora los hábitos de vida y el bienestar subjetivo. El auto concepto, la baja depresión, un buen sueño, la autoestima física, la baja emotividad y el buen rendimiento escolar predicen en un 56% el bienestar psicológico.

Barrera et al. (2019), en la investigación “*Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios*”. La finalidad del estudio fue hallar la correlación entre el bienestar psicológico, el éxito y el rendimiento académico. La metodología fue de enfoque cuantitativo y nivel correlacional. Se aplicó la “Escala de Bienestar Psicológico” de Ryff a una muestra de 383 estudiantes de nivel superior. Los resultados indicaron que los evaluados tenían altos niveles de bienestar psicológico puesto que cuentan con propósitos de vida y control de su entorno, así como se percibían exitosos en la vida. De tal forma, se halló relación positiva y significativa entre las variables estudiadas, mostrando que el bienestar se asocia al rendimiento de los estudiantes.

Delgado & Tejeda, (2020) investigaron sobre “*Bienestar psicologico en estudiantes universitarios latinoamericanos*”, con el fin de evaluar el nivel de bienestar psicológico en los adolescentes y aquellos factores que influyen en la solución de conflictos. La investigación se desarrolló con una metodología cualitativa descriptiva. Se utilizó el instrumento de la “Escala de Bienestar psicológico de Ryff”, asimismo se analizaron 20 artículos científicos provenientes de revistas desde el 2013. Se concluyó que la definición de el bienestar psicológico hasido muy

discutida ultimamente en la comunidad científica, sin embargo no se ha llegado a un consenso dado que este fenómeno depende de la subjetividad de cada individuo.

### **2.1.2. Antecedentes Nacionales**

Ramirez (2019) publicó un estudio titulado “*Bienestar psicológico en adolescentes de un colegio en el distrito del Rímac*”, esto a fin de identificar el bienestar psicológico de los alumnos de un colegio en una zona vulnerable. El estudio fue de tipo básico, nivel descriptivo, utilizó un diseño no experimental, con un enfoque cuantitativo. Se administró la “Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes” (BIEPS-J) a un grupo de 117 alumnos de nivel secundario. Los resultados mostraron que el puntaje promedio de bienestar psicológico es de 33,11, no habiendo diferencias estadísticamente significativas en los puntajes de varones y mujeres.

Gutiérrez y Veliz (2018) publicaron una tesis para poder hallar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico de los alumnos de nivel secundario de un colegio de Lima. Para tal fin, se valieron de un diseño transversal de investigación, de tipo descriptivo correlacional. Aplicaron la “Escala de Afrontamiento para Adolescentes” y la “Escala de Bienestar psicológico de Ryff” a una muestra conformada por 216 estudiantes. En los resultados se observa que existe relación entre las variables estudiadas, con un p-valor menor a 0.05. Asimismo, se recomienda optar por el apoyo espiritual y la intervención adecuada a fin de reducir la tensión en los estudiantes,

Aguilar y Yopla (2018) llevaron a cabo un estudio denominado “*Actividad física y bienestar psicológico de adolescentes escolares*”, esto para establecer la relación entre estos dos fenómenos en los adolescentes de dos diferentes colegios de Cajamarca. La metodología del estudio fue descriptiva correlacional, de enfoque cuantitativo. Se utilizó la “Escala de Bienestar Psicológico” SOWB-LS, aplicando este test a 217 estudiantes de ambos sexos. Los resultados revelaron que el 99% de los alumnos encuestados tenían niveles bajos, el 0.5% niveles bajos y el resto mostraba niveles promedios. El 98% de los varones mostró niveles muy

bajos de bienestar psicológico, mientras que las mujeres en su totalidad mostraron niveles muy bajos de bienestar psicológico.

Helguero (2017) realizó una investigación de la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes de 3er. de secundaria de la institución educativa República de Perú- Tumbes donde se pretendió dar evidencia sobre la importancia del bienestar psicológico y la autoestima en la salud mental. Se aplicó la “Escala de Rosenberg” y la “Escala de Bienestar psicológico” a 80 alumnos de 3ro de secundaria. Los resultados mostraron que no hay relación entre las dos variables de estudio.

Torreblanca (2017) publicó una investigación realizada con adolescentes en situación de vulnerabilidad y que han sido víctimas de negligencia en un centro CAR en Huarochirí. La investigación consideró un enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo. Se aplicó el “Inventario de Inteligencia Emocional” (Bar-On) para adolescentes a un grupo de 48 jóvenes residentes. Los resultados mostraron que la mayoría de estos cuenta con inteligencia emocional adecuada, además, no se hallaron diferencias significativas en cuanto a la edad, sexo, grado académico y origen de los evaluados. Finalmente, se desarrolló un plan de intervención para fortalecer la inteligencia emocional de los residentes.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Teoría del bienestar psicológico**

La felicidad es un tema muy recurrente en la humanidad, tal vez sea lo que más se pretende alcanzar por el ser humano, esto va más allá que la reflexión sobre la vida misma y sus condiciones, se considera un objetivo fundamental a lograr por muchas ramas de la filosofía. No sólo las mentes brillantes se preguntan por la felicidad, todos los seres humanos en algún momento nos hemos planteado cuestiones referentes a esta, esta cuestión se refleja en un estudio

hecho con alumnos de 17 países a lo largo del mundo (Diener, 2000), evidenciando que todos tenemos en mente la felicidad a diaria, ya sea que estemos felices o no.

Ante esto nos cuestionamos la utilidad de pensar sobre la felicidad, si no nos valiera, dejaríamos de hacerlo y ocuparíamos nuestras mentes en otras cosas. La respuesta a esto tal vez sea de que, así como lo menciona Damasio (1996), pensar en nuestra felicidad, nos hace comportarnos y dirigir nuestra vida del modo en el que imaginamos podría hacernos felices. Se trata de algo parecido a un sensor que funciona ante las cosas cotidianas de la vida y ante los hechos a largo plazo, permitiéndonos juzgar si vamos por buen camino para experimentar la satisfacción. Hervás y Vázquez, (2006). Luego de evaluar la felicidad, podremos modular nuestra conducta de manera que tomamos acciones que nos lleven a esa felicidad esperada, ya sea dar una vuelta al parque, separarse de alguien o estar junto a alguien, la evaluación, sea positiva o negativa se hace en cada momento y sobre nuestra vida en general. La tarea de estudiar la felicidad es un compromiso social al tener en cuenta que el bienestar es importante como un objetivo fundamental como personas y profesionales.

Para la cultura de occidente, pero también en tradiciones orientales (Haidt, (2006), el valor de la vida es producto de reflexión, así como las cosas que hacen valiosa la vida. Sin embargo, la felicidad es difícil de ser definida de forma consensuada McMahon,( 2006). Algunos suponían que la felicidad no es más que la suma de buenos momentos a lo largo de nuestra vida, buscando así cumplir de forma rápida los deseos. Otros autores como John Stuart Mill y Jeremy Bentham plantean de que la felicidad es aumentar las experiencias positivas, reduciendo a la vez las experiencias negativas en la vida, siendo este el núcleo de la acción humana Kahneman, (1999) Ryan y Deci, (2001). Filósofos como Sócrates, Platón y Aristóteles han influido en el pensamiento occidental ya que relacionaron la felicidad a la posesión material y a potenciar las cualidades, consistiendo la felicidad en un conjunto de bienes y capacidades desarrolladas.

En el terreno científico, el interés por el estudio de la felicidad ha sido relativamente tardío, aunque desde la segunda década del siglo XX algunos autores mostraron interés por medir la felicidad y la satisfacción vital, concretándose de tal forma el estudio científico por el bienestar psicológico en el siglo pasado Seligman, (1998).

**2.2.1.1 El factor positivo.** La psicología positiva se encarga de estudiar los factores positivos para mejorar la vida de un ser humano. Generar sensaciones positivas por medio de las experiencias y el comportamiento a fin de tener una mejor calidad de vida es la idea que promueve esta disciplina.

Para Seligman, inicialmente había que estudiar qué hace falta para alcanzar la felicidad. Es así que planteó tres formas de hacerlo: una vida con sensaciones positivas, el compromiso y el sentido de la vida.

Fue desde entonces que la psicología positiva avanzó por medio de estudios sobre varios temas, buscando las fortalezas del ser humano, el desarrollo de la inteligencia, la salud; así como la forma de medir el bienestar psicológico.

**2.2.1.2. El bienestar psicológico de Carol Ryff.** El bienestar psicológico es definido como la potenciación de las cualidades humanas y el desarrollo personal, teniendo el ser humano una adaptación adecuada a su medio (Díaz et al., 2006). Es así como Ryff (1989) planteó seis componentes para poder analizar las polaridades positivo y negativo del bienestar. Se presta mayor atención al funcionamiento positivo que se da mediante el desarrollo de capacidades adecuadas y el fortalecimiento del individuo de manera integral (Díaz et al., 2006).

En el caso de los estudiantes de nivel superior, su bienestar podría influir mucho en el logro de sus metas académicas. Es así que la atención psicológica debe ser adaptada a las necesidades específicas de los estudiantes. Los servicios psicopedagógicos deben asociarse y formar redes con las jefaturas, de tal manera se podrá fortalecer más la salud (Díaz et al., 2006).

Los servicios que da la universidad deben contribuir en conjunto para cumplir las metas institucionales (Schwitzer, 2008). De tal manera, se abordará la propuesta teórica de Carol Ryff (1989), quien propone seis dimensiones acerca del bienestar psicológico, de igual forma su influencia en la adaptación a la vida universitaria. Finalmente, la autora ofrece formas de ayudar al bienestar estudiantil.

A menudo se piensa que la psicología positiva (PP) es algo nuevo en la ciencia, sin embargo, esta tiene sus raíces desde la filosofía y el pensamiento humanista. Uno de los aportes más importantes, es la condición de salud mental que todos los individuos poseen, sea cual sea su condición. No obstante, esto parece haberse dejado de lado en los modelos de psicología clínica, en la terapia y en la consejería ya que se ha orientado más al lado patológico, en otras palabras, conciben a la salud como no tener alguna enfermedad. En palabras de Seligman y Csikszentmihalyi (2000), esta disciplina debe permitir cambiar de enfoque para la psicología, de modo que se busque desarrollar más las cualidades individuales, en vez de curar la enfermedad.

**2.2.1.3. Bienestar: Subjetivo y psicológico.** Para la filosofía, así como para la psicología, evaluar la felicidad, la satisfacción con respecto a nuestra vida y su calidad, etc, es un tema de estudio bastante frecuente. Es así que las materias de investigación han encontrado un punto en común en dos temas: el bienestar psicológico y el subjetivo.

#### **2.2.1.4. Dimensiones del Bienestar Psicológico**

Las dimensiones que sirven de fuente información para el presente estudio, han sido tomadas de la teoría de Ryff (1989), las cuales son las siguientes:



### **Dimensión1: Auto aceptación.**

Esta dimensión se trata de la capacidad para aceptar las propias características, partiendo del supuesto de que se debe reconocer la historia personal para poder orientar nuestra presente a partir del pasado. Reconocer lo que sentimos ya sea cognitivamente o afectivamente en cada momento de nuestra vida es vital para poder alcanzar satisfacción. Es así que el promover que una persona se sienta cómoda consigo misma es importante, reconocer y aceptar las emociones tal y como las experimentamos, aprendiendo a vivir mejor y ser felices con lo que tenemos.

### **Dimensión 2: Autonomía**

Esta dimensión tiene que ver con la capacidad de mantener la autonomía a pesar de la presión de la sociedad, teniendo una forma única de pensar, sentir o actuar de forma que seamos nosotros los únicos responsables de nuestras vidas según nuestras propias expectativas. Esta se puede evaluar observando las expectativas personales, promoviendo que la persona establezca sus propios principios. Esto ayuda a tener mayor decisión al momento de actuar en situaciones difíciles, y a tener mayor independencia. El fin es lograr que la persona sea consciente y responsable de sus actos para poder juzgarse por sí misma y mejorar.

### **Dimensión 3: Crecimiento Personal**

Se refiere a el reconocimiento de las capacidades que poseemos, nuestras cualidades y las oportunidades que tenemos para desarrollarnos en base a nuestro potencial. El crecimiento personal es constante, es decir, tiene que buscar siempre la forma de funcionar adecuadamente y potenciar sus capacidades. Tener la perspectiva de la evolución como algo que se da siempre es importante. La tarea es permitir que las personas sean flexibles para no detener su desarrollo personal y tengan confianza en sus cualidades.

### **Dimensión 4: Propósito en la vida.**

Plantearse objetivos propios es importante ya que estos le dan sentido y dirección a nuestra vida. Estos objetivos siempre están a juicio y evaluación, lo que permite que nos desarrollemos, maduremos y adaptemos estas metas a los cambios que hay en el contexto. De tal manera, la existencia para una persona tomará sentido y será estable a pesar de las adversidades si se percibe que cumplimos con nuestros propósitos. Este sentido de la vida que se desarrolla es un factor fundamental de la salud mental (Oramas Viera, Santana López, & Vergara Barrenechea, 2006). Plantearse metas a corto y largo plazo es una buena actividad que puede ayudar a ver la importancia de un propósito en la vida.

#### **Dimensión 5: Relaciones positivas con otros.**

El poder establecer buenas relaciones y mantener estas con los demás es importante. Se trata de una necesidad social ya que gracias a esto podemos contar con personas confiables, aumentando así nuestra habilidad social y el compromiso con los demás (Oramas Viera et al., 2006). En ese sentido, es fundamental promover que las personas mantengan relaciones donde reciban apoyo y también lo proporcionen, sintiendo así satisfacción dentro de estas relaciones. Gracias a esto se desarrollan sentimientos saludables de empatía, cercanía y cariño. No importa el número de amigos o personas a las que nos acercamos, sino la calidad de las relaciones que mantenemos. Bowman (2010) recomienda crear ambientes que permitan las relaciones sanas, integrando grupos, reduciendo la violencia entre los grupos, aumentando la calidad de las interacciones sociales, etc. Puede ser útil el hacer un listado de aquellas relaciones que son de cercanía para una persona.

#### **Dimensión 6: Dominio del entorno.**

Es la capacidad para generar un contexto de bienestar que permita que los deseos que tenemos y nuestras necesidades se cubran adecuadamente. Tiene que ver con la percepción de que nuestro contexto puede ser controlado hasta cierto punto por nosotros mismos, teniendo el

poder de promover nuestra propia felicidad. En palabras de Giménez Hernández (2005) tener la esperanza de que sucederán buenas cosas es importante. Para promover esto, se puede intervenir en la capacidad de organización de lo que rodea a una persona, posibilitando que se dé cuenta del control que puede ejercer en su vida. Una tarea en este caso es darle al individuo actividades de las que se tendrá que hacer cargo.

### **2.3. Marco Conceptual**

Teniendo en cuenta las dimensiones mencionadas y que están componen en conjunto el bienestar psicológico, se presentan estas junto a sus respectivas definiciones.

- **Auto aceptación:** Estado en el cual el individuo acepta el pasado como un hecho.
- **Autonomía:** Habilidad de resistir las presiones sociales.
- **Crecimiento Personal:** Reconocimiento de las cualidades personales, los talentos y la posibilidad de desarrollo personal continuo.
- **Propósito en la vida:** Las expectativas personales, metas, intenciones y sentido de dirección del individuo.
- **Relaciones positivas con otros:** Haca referencia a la habilidad para cultivar y mantener relaciones íntimas con otros.
- **Dominio del entorno:** Capacidad de fomentar y tener control del contexto de manera que nos permita experimentar satisfacción personal.

## **III. HIPÓTESIS**

### **3.1 Hipótesis**

La investigación presentada aquí, es del tipo básico y descriptivo, la cual su objetivo es describir la naturaleza del tema de investigación, por lo que dadas las condiciones del

estudio, este no amerita de hipótesis, ya que pretende describir el bienestar psicológico en un momento determinado. Baveresco (2006).

## **3.2 Variables**

### **3.2.1. Definición conceptual**

El bienestar psicológico es parte fundamental del desarrollo de una persona, así como de su forma de vida, sus estrategias de afrontamiento de conflictos y la motivación para conseguir los objetivos. Es el bienestar de carácter psicológico y subjetivo, siendo influenciado por diversos factores entre los cuales se tiene la satisfacción de necesidades biológicas García-Viniegras y González, (2000).

### **3.2.2. Definición Operacional**

Este estudio de bienestar psicológico lo define operacionalmente con un puntaje total de la “Escala de Bienestar Psicológico” (Ryff, 1989) aplicado mediante un instrumento en los estudiantes, donde conformado por 6 dimensiones: Auto aceptación, Relaciones positivas con otros, Autonomía, Dominio del entorno, Crecimiento personal y Propósito de vida y 39 ítems, las cuales permitirán evaluar el nivel de bienestar psicológico de los estudiantes.

## **IV. METODOLOGÍA**

### **4.1. Metodología de investigación**

#### **4.1.1. Método general**

Este es un estudio de investigación de método descriptiva, siendo de tipo básico, con enfoque cuantitativo que se establecerá un proceso investigativo que se planteó mediante estrategias que tienen la finalidad de hallar soluciones a los problemas de esta investigación realizada Sánchez et al., (2018)

#### **4.1.2 Método Específico**

Se utilizó el método descriptivo que posibilitó describir el nivel del variable de un hecho real donde requería solucionarse Sánchez et al., (2018).

#### **4.2. Tipos de Investigación**

Esta investigación es de tipo básico descriptivo, donde nos precisó a obtener conocimientos acerca del variable, mediante una información detallada del sujeto a la realidad del estudio, teniendo el propósito de aprender en esta investigación, (Hernández y Mendoza 2018).

#### **4.3 Nivel de la Investigación**

El estudio presentado, es de nivel de tipo básico descriptivo donde nos permitió describirlo y analizarlo los niveles del variable estudiado en la investigación, teniendo en cuenta las características principales, donde no pueden afectar, considerando la valoración y la relación entre lo analizado. (Supo, 2014).

#### **4.4 Diseño de Investigación**

Para esta investigación se aplicó el diseño descriptivo, el cual en palabras de (Hernández et al. 2014) es un diseño descriptivo ya que pretendió observar y describir para

recaudar información de la muestra, para luego describirlo en base de los datos recogidos acerca de la variable estudiada. Esto sin modificar los datos recopilados.

Dónde:

$$M \longrightarrow O_1$$

M1 : Estudiantes de la Institución Educativa PNP Alipio Ponce Vásquez

O1 : Bienestar Psicológico.

Así mismo se realizó dentro del periodo determinado, y obteniendo respuestas fundamentando con los resultados obtenidos identificando el variable (Carrasco, 2015).

## 4.5 Población y Muestra

### 4.5.1. Población

Hernández et al (2019) afirma que la población está conformada por todos los elementos que cumplen ciertas condiciones. Así, fue considerada que la población está conformada con un estándar determinado para esta investigación. Donde estuvo conformado de 180 estudiantes de secundaria de la institución educativa PNP Alipio Ponce de Lima.

### 4.5.2 Muestra

Para Hernández, et al (2014) la muestra viene a ser un subconjunto de toda la población estudiada. Estuvo conformada por 124 estudiantes de secundaria. Para establecer el tamaño de la muestra se aplicó la fórmula respectiva para su cálculo:

$$n = \frac{NZ^2 P Q}{e^2(N - 1) + z^2 P Q}$$

Dónde:

N: tamaño de la población (180)

n: tamaño de la muestra ( ? )

p: probabilidad de que suceda el problema analizado (0.50)

q: probabilidad de que no suceda el problema analizado (0.50)

z: parámetro estadístico que obedece del nivel de confianza (1.96)

e: error de estimación máximo aceptado (0.05)

Reemplazando:

$$n = \frac{180 \times 1,96^2 \times 0,50 \times 0,50}{0,05^2 \times (180 - 1) + 1,96^2 \times 0,50 \times 0,50}$$

**n = 124**

En este estudio estaba conformado por 124 estudiantes, considerando en las edades de 14 a 16 años que acuden a esta institución educativa de PNP Alipio Ponce Vásquez.

#### **4.5.3. Muestreo**

Se empleó un muestreo de tipo probabilístico debido que se empleó una muestra representativa del total de la población utilizado en esta investigación. (Hernández, et.al (2014), donde estuvo conformado por 124 estudiantes del 4° y 5° grado de educación secundaria, con rango de edades de 14- 16 años con tal efecto será no probabilístico intencionado.

##### **Criterios de inclusión**

- Deben ser estudiantes que deben tener de 14 – 16 años
- Estudiantes cuyos padres firmarán el asentimiento informado respectivo.
- Estudiantes de nivel secundario asistir a la institución educativa PNP Alipio Ponce de Lima, para que se tomé la muestra..
- Estudiantes deben asistir de forma presencial.
- Estudiantes deben estar matriculados en esta institución

##### **Criterios de exclusión**

- No podrán participar al estudio, los estudiantes menores de 13 años sin autorización.

- Estudiantes cuyos padres no firmarán el asentimiento informado respectivo, no podrán participar en el estudio.
- Estudiantes que hayan faltado en los días en que se aplicará la muestra, no podrá participar en el estudio.
- Estudiantes que no se encuentren matriculados en esta institución educativa no podrán participar en este estudio.

#### **4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.**

##### **4.6.1. Técnicas**

Son una serie de procesos que sirve, donde tienden por reglas y procesos operacionales que contribuyen al instrumento, esto a fin de que el investigador cumpla adecuadamente con los objetivos planteados, y la técnica se utilizó una encuesta, donde se indicó una serie de pasos para recopilar la información, Sánchez y Reyes (2018). Donde se brindó respuestas en términos descriptivos, de variable todo ello fue después de haber obtenido información necesaria. La aplicación del instrumento se llevó en forma personal a todos los estudiantes, teniendo en cuenta los protocolos de seguridad.

##### **4.6.2. Instrumentos**

Los instrumentos fueron utilizados para la recolección de información, en este caso se utilizó cuestionarios, los cuales según Sánchez, et al (2018) son instrumentos organizados y estandarizados para obtener datos en relación a un fenómeno.



Nombre original del instrumento: “Escala de Bienestar Psicológico” de Riff

Autora: Carol Ryff (1995)

Origen: Estados Unidos

Número de ítems: 39 ítems.

Escala: Tiene respuestas politómicas, tomando valores de 1 al 6 según el grado de acuerdo del individuo en relación al reactivo.

Ámbito de aplicación: Se puede aplicar en adolescentes de ambos sexos, se requiere un nivel cultural mínimo para que sea entendido el cuestionario.

Forma de Aplicación: Individual y/o colectiva

Tiempo de aplicación: Entre 15 a 20 minutos.

Finalidad: Es identificar el nivel de bienestar psicológico.

## **Validez:**

Se validó el instrumento por medio del criterio de jueces. Se escogieron a tres profesionales expertos en la materia estudiada, concluyendo estos que el instrumento es adecuado para ser aplicado en la población.

## **Confiabilidad**

Aplicando la prueba de confiabilidad fue llevado a cabo por López (2019), donde se pudo determinar que la consistencia interna del cuestionario donde se determinó la prueba de análisis de confiabilidad sobre la escala total. Se administró la prueba piloto a 20 estudiantes de características similares, cuyos datos resultantes se procesaron mediante el alfa de Cronbach al tratarse de ítems de escala Likert. De tal manera, se estableció que el instrumento cumple con la confiabilidad adecuada para su aplicación (Welch & Comer, 1988) ya que tuvo valores altos.

## **4.7 Técnicas de procesamiento y análisis de Datos**

### **4.7.1. Procesamiento de los datos**

El procesamiento de datos fue realizado utilizando las hojas de cálculo en Excel para los gráficos de barras, y el software estadístico SPSS en su versión 25.0 para las distribuciones de frecuencias. Este fue realizado con los datos resultantes de la calificación del instrumento.

### **4.7.2. Análisis de datos**

El análisis de datos se llevó a cabo haciendo uso de la estadística descriptiva, en este caso se emplearon tablas de distribución de frecuencia y porcentajes.

#### **4.8 Aspectos éticos de la investigación**

Con referencia al proceso investigativo en curso se tomó en cuenta los artículos 27 ° y 28° del Reglamento General de Investigación propuestos por la Universidad Peruana Los Andes; producto de ello, se obtuvo el consentimiento informado de los participantes del estudio mediante un documento firmado en el cual especificaban su voluntad para responder al cuestionario de la “Escala de Bienestar Psicológico” de Ryff, permitiendo usar los datos resultantes para fines de la investigación. De igual manera se les informó sobre la contribución a la ciencia que permitían realizar mediante su participación, manejando los datos de forma responsable y transparente, de igual manera se les explicó los aspectos de protección a las personas, respeto de su dignidad, identidad y libertad humana, así mismo guardando y cuidando la integridad física y psicológica de los participantes que conformaron la muestra del estudio.

Finalmente, se consideró los aspectos éticos del colegio de Psicólogos del Perú que la salud mental de las personas es la prioridad sobre otros intereses institucionales. Del mismo modo, considerar el Principio de confidencialidad, en este sentido, la información proveniente de la investigación psicológica independientemente de los resultados, no deberá incurrir en falsificación ni plagio, declarando la existencia o no de intereses.

## V RESULTADOS

### 5.1 Procesamientos Estadísticos:

El procesamiento estadístico se realizó con ayuda del SPSS y Microsoft Excel

### 5.2 Descripción de Resultados:

#### 5.2.1. TABLAS DE FRECUENCIAS:

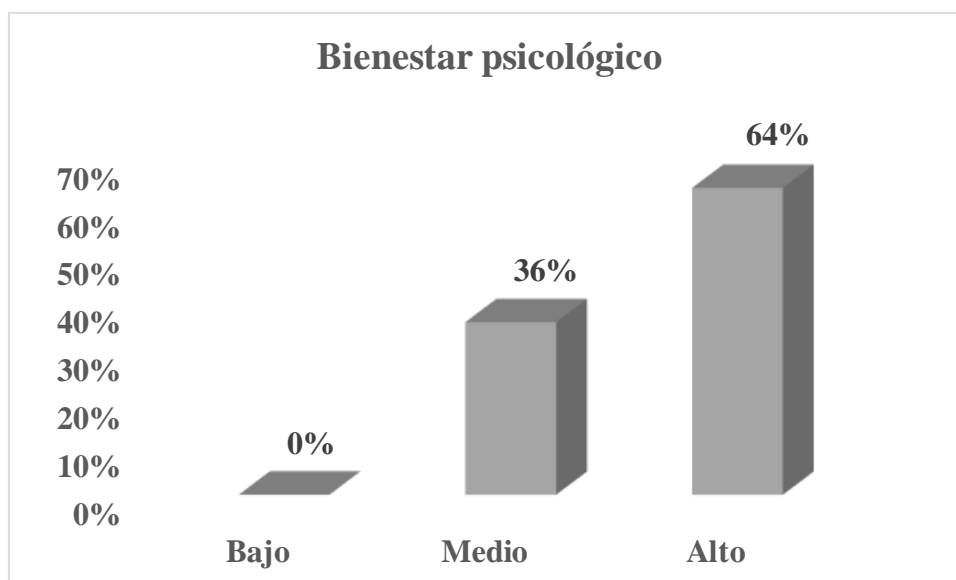
Tabla 1

*Niveles de bienestar psicológico en los estudiantes*

BIENESTAR PSICOLÓGICO			
Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Alto	80	64,0	64,0
Medio	45	36,0	100,0
Bajo	0	0	100,0
Total	125	100,0	

Figura 1

*Porcentajes de niveles de bienestar psicológico en los estudiantes*



**Interpretación:** En la tabla 1 y la figura 1 se observa que existe mayor prevalencia de niveles altos de bienestar psicológico en un 64% (80) de los estudiantes, de igual manera, un 36% (45) de los estudiantes presenta niveles medios de bienestar psicológico.

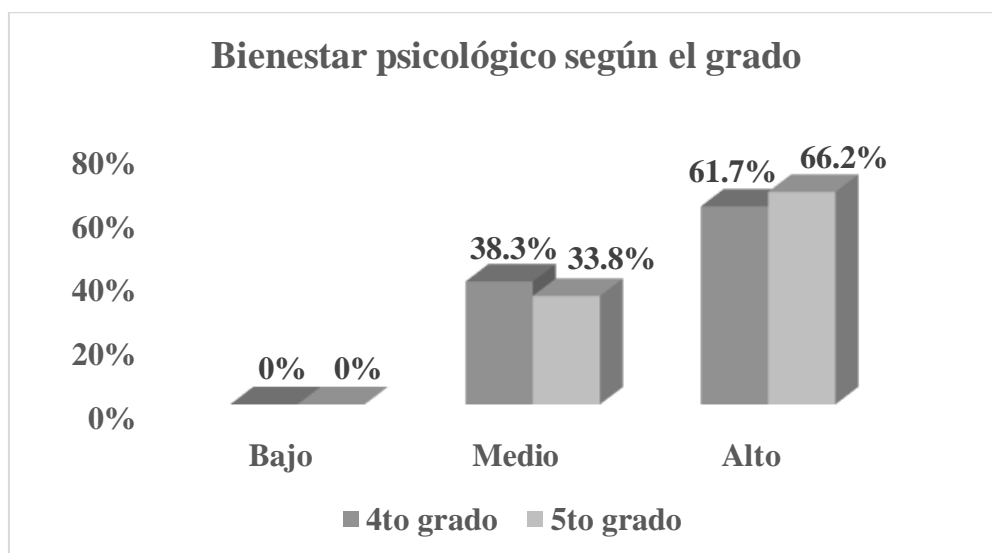
**Tabla 2**

*Niveles de bienestar psicológico según el grado de los estudiantes*

		GRADO		
		4to grado	5to grado	
BIENESTAR PSICOLÓGICO	Alto	Frecuencia %	37 61,7%	43 66,2%
	Medio	Frecuencia %	23 38,3%	22 33,8%
	Bajo	Frecuencia %	0 0,0%	0 0,0%
	Total	Frecuencia %	60 100,0%	65 100,0%

**Figura 2**

*Porcentajes de los niveles de bienestar psicológico según el grado de los estudiantes*



**Interpretación:** En la tabla 2 y la figura 2 se evidencio que en los estudiantes de 4to grado existe mayor prevalencia de niveles altos de bienestar psicológico con un 61.7% (37), mientras que un 38.3% (23) presenta niveles medios de bienestar psicológico. De igual forma, en los estudiantes de 5to grado se observó mayor prevalencia de niveles altos de bienestar psicológico con un 66.2% (43), mientras que un 33.8% (22) presento niveles medios de bienestar psicológico.

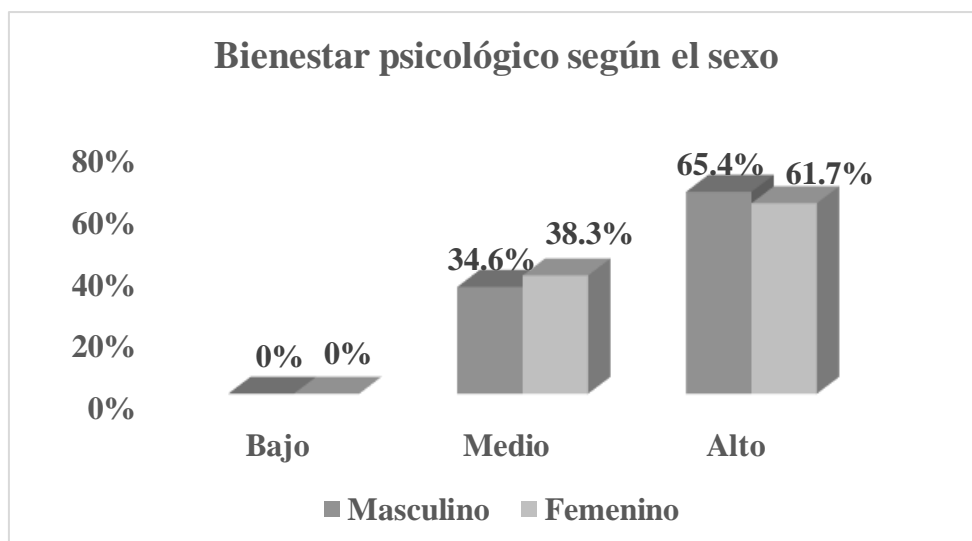
**Tabla 3**

*Niveles de bienestar psicológico según el sexo de los estudiantes*

		SEXO	
		Masculino	Femenino
BIENESTAR PSICOLÓGICO	Alto	Frecuencia 51 %	29 61,7%
	Medio	Frecuencia 27 %	18 38,3%
	Bajo	Frecuencia 0 %	0 0,0%
	Total	Frecuencia 78 %	47 100,0%

**Figura 3**

*Porcentajes de niveles de bienestar psicológico según el sexo de los estudiantes*



**Interpretación:** En la tabla 3 y la figura 3 se observó que en los estudiantes de sexo masculino hay mayor prevalencia de niveles altos de bienestar psicológico con un 65.4% (51), mientras que un 34.6%(27) presento niveles medios de bienestar psicológico. Por su lado, las estudiantes de sexo femenino mostraron mayor prevalencia de niveles altos de bienestar psicológico con un 61.7%(29), mientras que un 38.3% (18) muestra niveles medios de bienestar psicológico

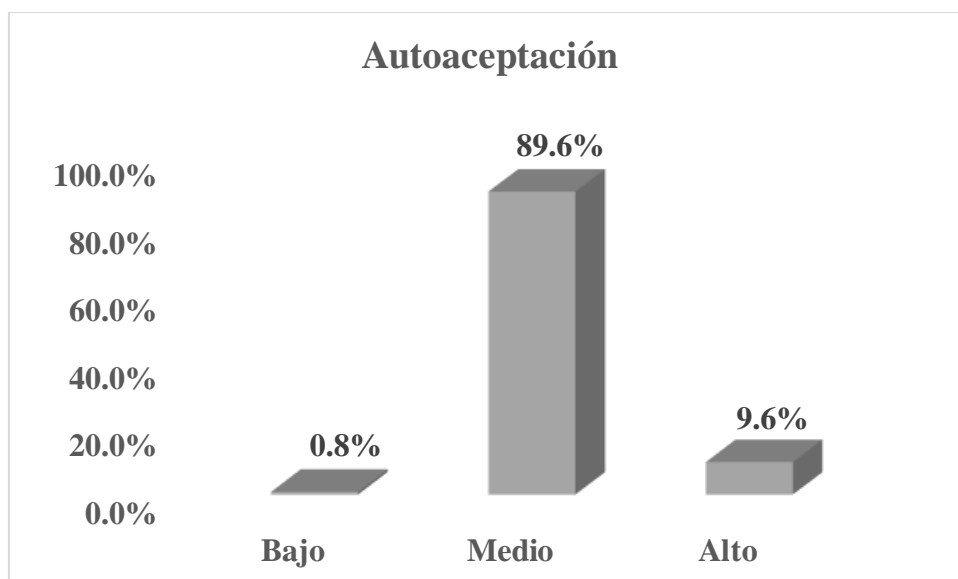
**Tabla 4**

*Niveles de la dimensión autoaceptación en los estudiantes*

<b>AUTOACEPTACIÓN</b>			
<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>Alto</b>	12	9,6	9,6
<b>Medio</b>	112	89,6	99,2
<b>Bajo</b>	1	,8	100,0
<b>Total</b>	125	100,0	

**Figura 4**

*Porcentajes de los niveles de autoaceptación en los estudiantes*



**Interpretación:** En la tabla 4 y figura 4 se observó una marcada prevalencia de niveles medios de auto aceptación en un 89.6% (112) de los estudiantes, mientras que un 9,6% (12) mostro niveles medios y sólo un 0.8% (1) presento niveles bajos de auto aceptación.

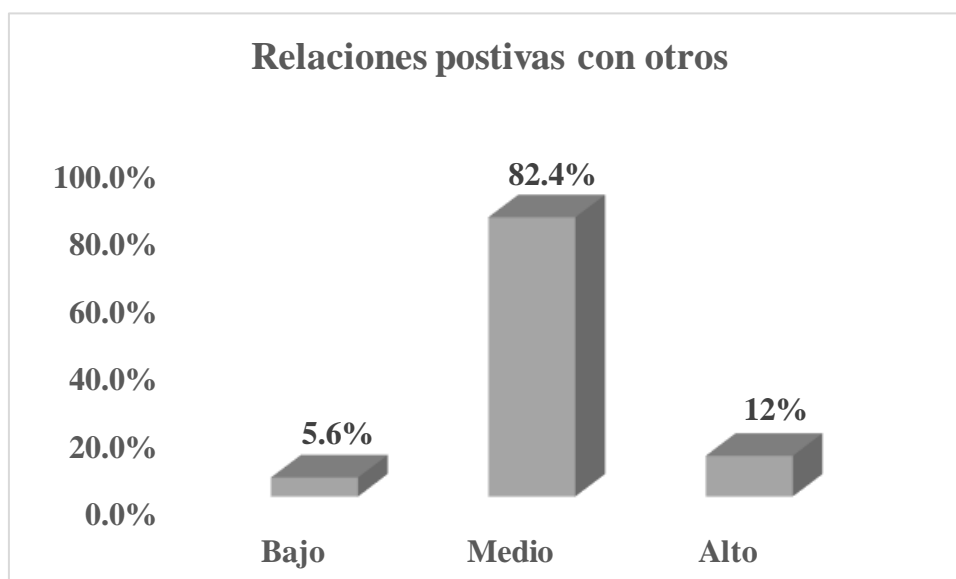
**Tabla 5**

*Niveles de la dimensión relaciones positivas con otros en los estudiantes*

<b>RELACIONES POSITIVAS CON OTROS</b>			
<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>Alto</b>	15	12,0	12,0
<b>Medio</b>	103	82,4	94,4
<b>Bajo</b>	7	5,6	100,0
<b>Total</b>	125	100,0	

**Figura 5**

*Porcentajes de los niveles de la dimensión relaciones positivas con otros en los estudiantes*



**Interpretación:** En la tabla 5 y figura 5 se evidencio una marcada prevalencia de niveles medios de relaciones positivas con otros en un 82.4% (103) de los estudiantes, mientras que un 12% (15) presenta niveles altos y un 5.6% (7) presento niveles bajos de relaciones positivas con otros.



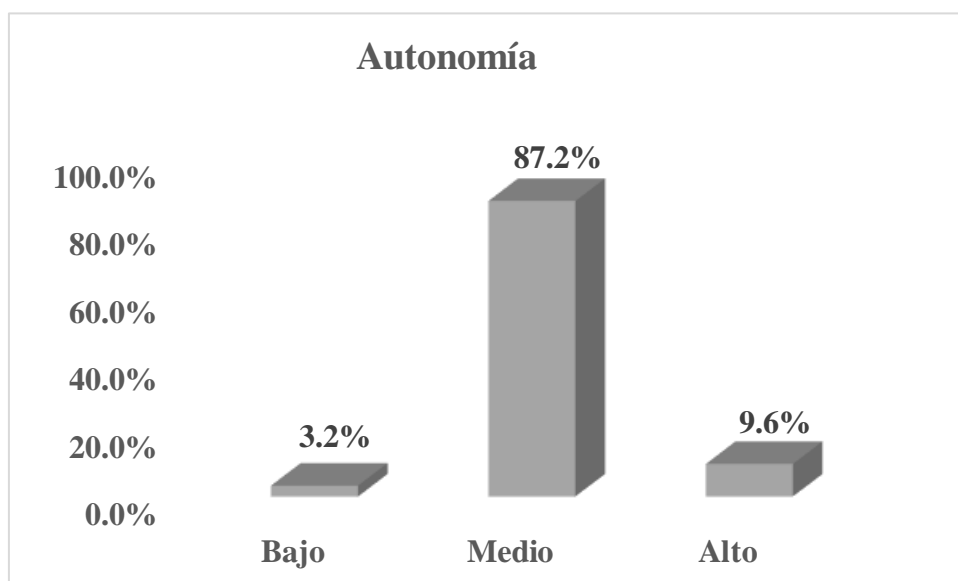
**Tabla 6**

*Niveles de la dimensión autonomía en los estudiantes*

<b>AUTONOMÍA</b>			
<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>Alto</b>	12	9,6	9,6
<b>Medio</b>	109	87,2	96,8
<b>Bajo</b>	4	3,2	100,0
<b>Total</b>	125	100,0	

**Figura 6**

*Porcentajes de los niveles de la dimensión autonomía en los estudiantes*



**Interpretación:** En la tabla 6 y la figura 6 se observó una marcada prevalencia de niveles medios de autonomía en un 87.2% (109) de los estudiantes, mientras que un 9.6% (12) presento niveles altos y un 3.2% (4) muestro niveles bajos de autonomía.

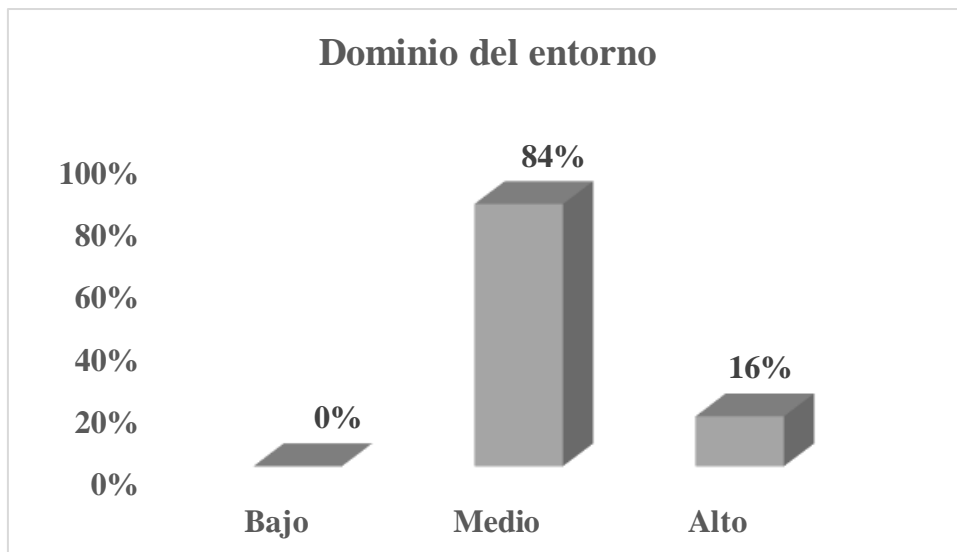
**Tabla 7**

*Niveles de la dimensión dominio del entorno en los estudiantes*

<b>DOMINIO DEL ENTORNO</b>			
<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>Alto</b>	20	16,0	16,0
<b>Medio</b>	105	84,0	100,0
<b>Bajo</b>	0	0	0
<b>Total</b>	125	100,0	

**Figura 7**

*Porcentajes de los niveles de la dimensión dominio del entorno en los estudiantes*



**Interpretación:** En la tabla y la figura 7 se observó una marcada prevalencia de niveles medios de dominio del entorno en un 84% (105) de los estudiantes, mientras que un 16% (20) mostró niveles altos de dominio del entorno.

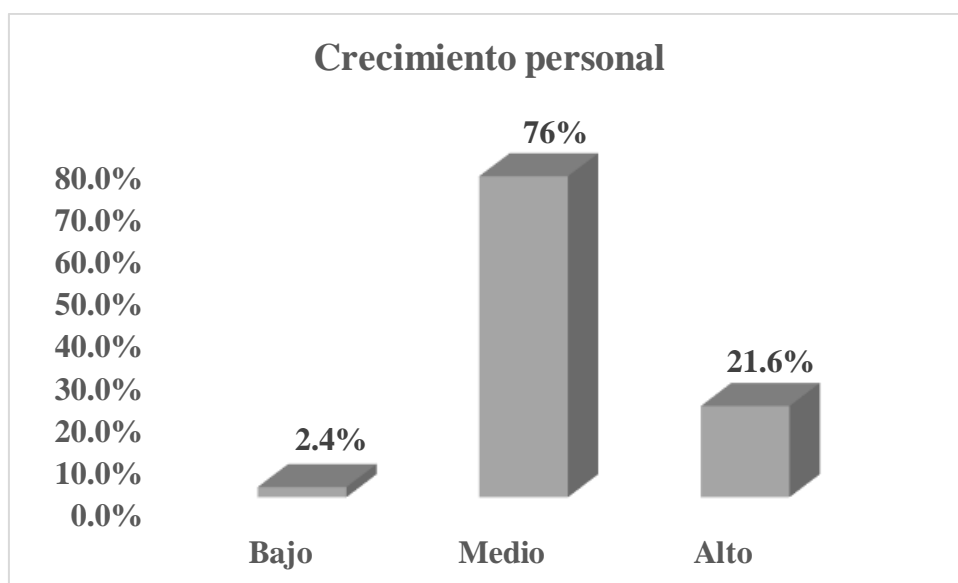
**Tabla 8**

*Niveles de la dimensión crecimiento personal en los estudiantes*

CRECIMIENTO PERSONAL			
Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Alto	27	21,6	21,6
Medio	95	76,0	97,6
Bajo	3	2,4	100,0
Total	125	100,0	

**Figura 8**

*Porcentajes de los niveles de la dimensión crecimiento personal en los estudiantes*



**Interpretación:** En la tabla 8 y la figura 8 se apreció mayor prevalencia de niveles medios de crecimiento personal en un 76% (95) de los estudiantes, mientras que un 21.6% (27) presento niveles altos y un 2.4% muestra niveles bajos de crecimiento personal.

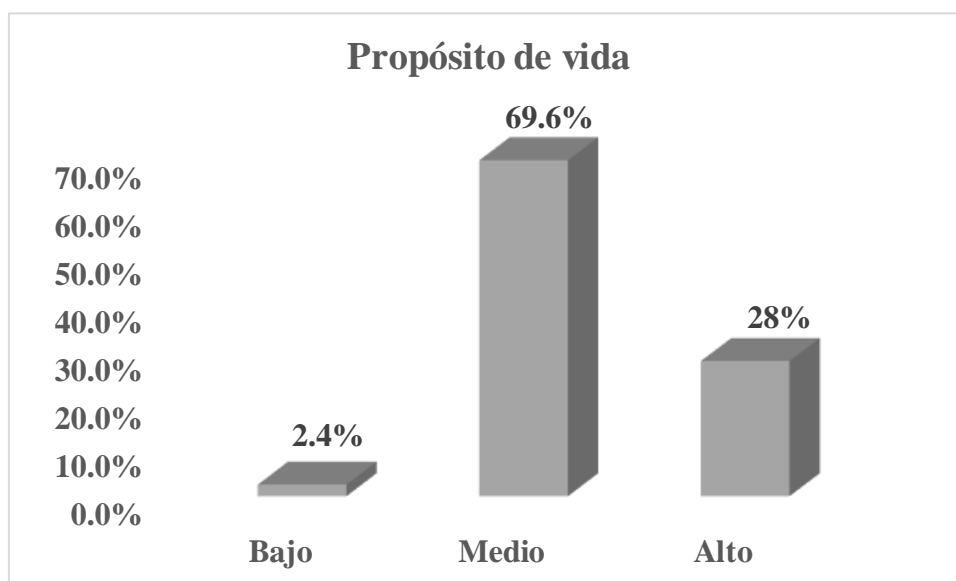
**Tabla 9**

*Niveles de la dimensión propósito de vida en los estudiantes*

<b>PROPÓSITO DE VIDA</b>			
<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>Alto</b>	35	28,0	28,0
<b>Medio</b>	87	69,6	97,6
<b>Bajo</b>	3	2,4	100,0
<b>Total</b>	125	100,0	

**Figura 9**

*Porcentajes de los niveles de la dimensión propósito de vida en los estudiantes*



**Interpretación:** En la tabla 9 y la figura 9 se evidenció mayor prevalencia de niveles medios de propósito de vida en un 69.6% (87) de los estudiantes, mientras que un 28% (35) presentaron niveles altos y un 2.4% (3) mostraron niveles bajos de propósito de vida.

## **ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

En esta investigación se realizó el estudio de bienestar psicológico de Carol Ryff y Kayes (1995) donde se concibe como la potenciación de las cualidades y las capacidades personales donde se mostró el funcionamiento positivo y negativo de cada individuo (Díaz et al., 2006).

Ryff (1989) Donde se señalo seis dimensiones respecto al Bienestar Psicológico para evaluar: La auto aceptación, el dominio del entorno, las relaciones positivas, la autonomía, el crecimiento personal y propósito de vida. Para esto se trabajó con los estudiantes de la Institución Educativo pública de nivel secundario con el propósito de identificar el nivel de Bienestar Psicológico de los estudiantes por ser una etapa vulnerable; para esto se realizó con el instrumento de “Escala de Bienestar Psicológico” de Carol Ryff.

Esta investigación tuvo como objetivo general en determinar el nivel de Bienestar Psicológico en los estudiantes, de secundaria de la Institución Educativo Pública de Lima – Cercado.

Por lo tanto los resultados obtenidos mediante la evaluación y análisis donde es mostrado los resultados que arrojan donde existió un predominio de nivel alto de Bienestar Psicológico con un 64% de (80) estudiantes de esta Institución Educativo Pública de Lima- Cercado. Con un Bienestar Psicológico de nivel normal y de igual manera el 36% (45) de los estudiantes presentaron un nivel medio de bienestar psicológico, y un 0% de nivel bajo. Para esto se trabajó con el instrumento de Escala bienestar psicológico de Carol Ryff que consta 39 ítems.

En la investigación de Casullo, et al., (2000). Se realizó hallazgos que mostraron cierta similitud, de una tercera parte de los adolescentes que coinciden poseer un nivel alto de bienestar psicológico, siendo un nivel normal, y la otra parte se ubicó en un nivel promedio. Esta investigación es de importancia para fortalecer el bienestar psicológico de los estudiantes. Así también podrán afrontar situaciones difíciles, en los adolescentes en lo emocional, psicológico, físico y social. Este estudio ha sido tomado de la teoría de Carol Ryff (1989).

**El primer objetivo específico**, fue identificar el nivel de la dimensión a la Auto aceptación, se halló resultados de una prevalencia de nivel **medio** de la Auto aceptación, en los estudiantes, y se encontró un 89.6 % de (112) evaluados en estudiantes de ambos grados de secundaria, donde se obtuvo un bienestar psicológico **adecuado**. Mientras que el otro grupo de estudiantes es de 9,6 (12), nuestro niveles **altos** y solo un 0.8 % (1), donde presentaron niveles **bajos** de la auto aceptación, en los estudiantes de la Institucion educativo, en el nivel Internacional; Osorio

et al. (2020), realizó un Análisis descriptivo del bienestar psicológico con estudiantes universitarios de México. Al analizar y comparar los niveles de bienestar psicológico de los estudiantes, fundamentando en la teoría de Ryff con resultados concordantes con un promedio normal de la autoaceptación en los estudiantes.

**El segundo objetivo:** En esta investigación se identificó el nivel de la dimensión de relaciones positivas, en los estudiantes de la institución educativa, hallándose, resultados con una prevalencia de nivel medio de relaciones positivas con otros, un 82.4% (103) de los estudiantes, mientras que la otra parte es de 12% (15) presentaron niveles altos y un 5.6% (7) presenta niveles bajos de relaciones positivas con otros, estudiantes de la Institución Educativa pública. Donde Aguilar y Yopla (2018), Esta investigación cuyo propósito fue determinar, la relación entre la actividad física y el bienestar psicológico de adolescentes escolares de dos instituciones públicas de Cajamarca de nivel secundaria, con 217 estudiantes y se desarrolló de tipo estadístico descriptivo correlacional, con resultados de 99% un nivel muy bajo de bienestar psicológico, el 2% de nivel bajo y promedio, afectando esto en no tener concordancia, en las relaciones positivas con los estudiantes. Esto se fundamenta con la base teórica de Carol Ryff (1989).

**El tercer objetivo** específico, fue identificar el nivel de la dimensión del crecimiento personal, en los estudiantes de la Institución educativa Pública de Lima - Cercado donde se halló los siguientes resultados: que se apreció un mayor nivel medio de crecimiento personal con 76% (95) estudiantes, mientras que un 21.6% (27) presentaron niveles altos y un 2.4% mostraron niveles bajos de crecimiento personal. Con estos resultados de esta dimensión existe un crecimiento personal con un nivel normal. Donde Maslach y Jackson (1981) analizaron, en los profesionales de salud, existiendo un porcentaje alto de Bienestar y en la otra parte una baja despersonalización caracterizándose esto por la pérdida de la confianza de sí mismo, afectando en el crecimiento personal por lo tanto existiendo poca concordancia. Está fundamentado por Romero et al. (2007) en su investigación con resultados que concuerdan con el reto principal

en la psicología, en mejorar la necesidad de entablar relaciones saludables en la población y los estudiantes para el crecimiento personal.

**El cuarto objetivo específico** es Identificar el nivel de la dimensión del Dominio con el entorno en los estudiantes de la institución educativa Pública de Lima- Cercado, donde se obtuvo resultados, observándose una prevalencia de niveles medios en el Dominio del entorno con un 84% (105) de estudiantes, mientras que un 16% (20) Donde se mostró niveles altos de dominio del entorno. Y 0% de nivel bajo. En el nivel internacional, hecha por Giménez Hernández (2005) en su investigación presento semejanza y componente del Bienestar psicológico en el optimismo, en tener la capacidad de esperar que sucedan cosas buenas, y estrategias que puedan incorporar a esta dimensión, en el manejo del ambiente, y promoviendo que la persona aprenda a maximizar sus oportunidades y que satisfagan sus necesidades en el dominio de su entorno. Estos resultados concuerdan con la teoría de Carol Ryff (1989) donde los estudiantes tengan la capacidad de seleccionar en su entorno que lo favorezcan.

**El Quinto objetivo** es identificar el nivel de la dimensión autonomía en los estudiantes de la institución educativa pública de Lima- Cercado. Donde los resultados se observaron una predominación de niveles medios de autonomía en un 87.2% (109) de los estudiantes, mientras que un 9.6% (12) presentaron niveles altos y un 3.2% (4) mostraron niveles bajos de autonomía. Por otro lado Barrera (2017) nacional; Rivera y Farfán (2020) Donde estuvo relacionado, que obtuvieron niveles altos de bienestar estos resultados, fue respaldado por la teoría de Carol Ryff (1989) los estudiantes evaluados quienes tuvieron una capacidad para prevalecer su autonomía antes de actuar.

**El sexto objetivo** es identificar el nivel de la dimensión de propósito en la vida en los Estudiantes de la institución educativa pública de Lima- Cercado.

Los resultados hallados se evidenciaron existe mayor predominante de niveles medios de propósito de vida con un 69.6% (87) evaluados de estudiantes, mientras que un 28% (35) presento niveles altos y un 2.4% (3) evidenciaron niveles bajos de propósito de vida. En la

Investigación de Niño y Peña (2019) existen resultados similares Zúñiga (2018) y Borger y Morote (2021) Donde teóricamente hallaron un nivel normal de Bienestar, en sus evaluados de sus muestras. Mencionando que el objetivo del propósito de algunas metas o logros, es darle sentido a la vida y teniendo un propósito en luchar por alcanzarlo, los nuevos retos y un mejor propósito de vida en los estudiantes. Esto está respaldado por la teoría de Carol Ryff (1989).

Al inicio de esta investigación, se trazó en identificar resultados donde se evidencio que los estudiantes, tuvieron un predominio de nivel alto de Bienestar psicológico con un 64% en los estudiantes y el otra parte tuvo un promedio media, de Bienestar psicológico con 36% en los estudiantes de esta Institución educativo público de Lima- Cercado. Por lo tanto se recomendó a las autoridades responsables de esta institución educativa, a seguir reforzando a los estudiantes para que mantengan su desarrollo, mediante charlas, talleres y otras actividades para el fortalecimiento en el bienestar psicológico de los estudiantes; para esto se trabajó con el instrumento de “Escala de Bienestar Psicológico” de Ryff, que consto de 39 ítems. Existieron algunos inconvenientes en la institución educativa, con los estudiantes, que retrasaron en la ejecución de los datos por suspensión continua de las clases por el problema del sistema político del País y algunos antecedentes que no tuvieron cierta similitud.

## CONCLUSIONES

- ✓ Al concluir el proceso investigativo realizado en la Institución Educativo pública de Lima- Cercado- 2022 de 4to y 5to de nivel secundaria donde los resultados, obtenidos y ubicándolos en un nivel alto de Bienestar Psicológico con un 64% en (80) estudiantes de esta Institución Educativo, Con un nivel normal de Bienestar Psicológico de igual



manera el 36% (45) de los estudiantes presentaron un nivel medio de bienestar psicológico, y un 0% de nivel bajo. Para esto se trabajó con el instrumento de Escala bienestar psicológico de Carol Ryff.

- ✓ De acuerdo al primero objetivo específico, en relación a la auto aceptación donde se halló resultados de nivel medio con 89.6 % de (112) evaluados de estudiantes de ambos grados de secundaria, donde se obtuvo un bienestar psicológico adecuado. Mientras que el otro grupo de estudiantes es de 9,6 (12), mostraron niveles altos y un 0.8 % (1), presentaron niveles bajos en la auto aceptación en los estudiantes de esta Institucion Educativa publica.
- ✓ Con relación al segundo objetivo específico, de relaciones posetivas donde se pudo evidenciar que los estudiantes de la institución educativa, hallando, resultados con un nivel medio de relaciones positivas con un 82.4% (103) de los estudiantes, mientras que la otra parte es de 12% (15) presentaron niveles altos y un 5.6% (7) presento niveles bajos en relaciones positivas en los estudiantes de esta Institución Educativa pública de Lima – Cercado.
- ✓ En cuanto lo obtenido en base al tercer objetivo específico de autonomía en los estudiantes de la institución educativa pública de Lima- Cercado. Donde los resultados se evidenciaron una predominación con niveles medios de autonomía en un 87.2% (109) un nivel medio los estudiantes, mientras que un 9.6% (12) presenta niveles altos y un 3.2% (4) muestra niveles bajos de autonomía.
- ✓ Referente al cuarto objetivo específico, de dominio del entorno se observó en los estudiantes de la institución educativa publica de Lima- Cercado, obteniendo resultados, de prevalencia un nivel medio en el Dominio del entorno con un 84% (105) de estudiantes, mientras que un 16% (20) mostraron niveles altos de dominio del entorno. Y 0% de nivel bajo.

- ✓ Con el resultado obtenido del quinto objetivo específico, de crecimiento personal en identificar en los estudiantes de la Institución educativa Pública de Lima - Cercado donde se halló los siguientes resultados: que se apreció un nivel medio de crecimiento personal con un 76% (95) de estudiantes, mientras que un 21.6% (27) presentaron niveles altos y un 2.4% muestra nivel bajo de crecimiento personal. Con estos resultados esta dimensión existe un crecimiento personal con un nivel normal.
- ✓ En los resultados del sexto objetivo específico, de Propósito de vida se observó que los estudiantes de la institución educativa pública de Lima- Cercado. Los resultados hallados se evidenciaron que existen un nivel medio de propósito de vida con un 69.6% (87) evaluados en los estudiantes, mientras que un 28% (35) presentaron niveles altos y un 2.4% (3) muestra niveles bajos de propósito de vida.

### **RECOMENDACIONES**

- Se sugiere, a los responsables de la escuela profesional de psicología, hacer de conocimiento a la comunidad científica sobre la presente investigación, así mismo, en el repositorio de la Universidad Peruana de los Andes para poder compartirlo con los interesados del tema en su investigación.
- Se sugiere a la Institución educativa Pública Alipio Ponce de Lima - Cercado a programar talleres, charlas estudiantiles donde los estudiantes reciban orientación sobre

el bienestar psicológico para poder promover su fortalecimiento tanto de forma individual como en comunidad.

- Se recomienda a los directivos de esta Institución educativa pública Alipio Ponce de Lima - Cercado en el nivel secundario a realizar eventos de acciones de prevención acorde a otras problemáticas que le puedan aquejar al estudiante.
- Se recomienda a la institución educativa que a partir de estos resultados obtenidos se planteen programas de prevención e intervención en bien de los estudiantes.
- Se recomienda continuar con nuevas investigaciones en base de estos resultados obtenidos e incorporar otros recursos y ampliar métodos en la investigación.
- Se recomienda brindar los resultados a los interesados, como los padres de los estudiantes para que ellos puedan brindar el apoyo en el fortalecimiento del bienestar psicológico en los estudiantes, así también contribuir en el desarrollo de la investigación.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS**

Álvarez, G. (1992). *La percepción de la organización: clave para la comprensión del comportamiento del individuo en la organización*. Rev. Interamericana de psicología ocupacional; p. 7-24

Andrews, y Withey, S (1976). *Social indicators of well- Being: America's perceptions of life Quality* New York: plenum.

Arias, F. (1990). *Administración de recursos humanos*. Editorial Trilla.

Advíncula, C. (2018). *Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios*. Edit. Grijall

Alarcón, R. (2006). *Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad*. Revista Internacional de Psicología, 40(1), 99-106.

Arnaiz, A., Guerra, P., Di Giusti, C., Pizarro, J. (2017). *Auto concepto en adolescentite; estudio de género y de tendencia de humanos*. Revista en alternativas en Psicología de 38 [https://www.alternativas.me/attachments/article/154/Alternativas %20 en %20psicolog%C3%Ada%2038%20-%20Agosto%202017%20-%20Enero%202018.pdf#page=33](https://www.alternativas.me/attachments/article/154/Alternativas%20en%20psicolog%C3%Ada%2038%20-%20Agosto%202017%20-%20Enero%202018.pdf#page=33).

Álvarez, M. (2013). *El bienestar psicológico percibido por jóvenes que viven en las distintas configuraciones familiares de la zona ZMG*. Edit. Trillas.

Ayala R. (2016). *Relación entre autoconcepto y el rendimiento académico en los estudiantes de 1ero.EDe La Eso, Del Instituto CanMas De Ripollet*. (Tesis de Grado Universidad Autónoma de Barcelona.

<https://renati.sunedu.gob.pe/bitstream/sunedu/1527599/1/AyalaRoja.RE.pdf>.

Balcázar P, Loera N, Gurrola GM, Bonilla MP, Trejo L. [18 Feb, 2012]; Adaptación de la “Escala de Bienestar Psicológico” de Ryff en adolescentes preuniversitarios. Revista Científica Electrónica de Psicología ICS a UAEH [Internet]. Disponible en: <http://dgsa.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/psicologia/article/viewFile>

Bharathi, T., Sreedevi, P. (2016). A Study on the Self – Concept of Adolescents. *International Journal of Science and Research*,5(10),512-516.

<https://www.ijsr.net/archive/v5i10/ART20162167.pdf>.

Baron, R. (1997). Development of the BarOn EQ-I: A measure of emotional and social intelligence. 105<sup>th</sup> Annual Convention of the American Psychological Association in Chicago.

Balcázar P, Loera N, Gurrola GM, Bonilla MP, Trejo L. *Adaptación de la “Escala de Bienestar Psicológico” de Ryff en adolescentes preuniversitarios*. Revista Científica Electrónica de Psicología ICS a UAEH [Internet]. 2013 [citado 18 Feb 2012];7. Disponible en: <http://dgsa.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/psicologia/article/viewFile>.

- Ballesteros BP, Medina A, Caicedo C. *El bienestar psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá, Colombia*. Univ. Psychol. Bogotá (Colombia) [Internet]. May 2006 [citado 18 Feb 2011]; 5(2). Disponible en: [http://sparta.javeriana.edu.co/psicología/publicaciones/actualizarrevista/archivos/V5N203\\_bienestarpsicologico.pdf](http://sparta.javeriana.edu.co/psicología/publicaciones/actualizarrevista/archivos/V5N203_bienestarpsicologico.pdf).
- Benatuil, D. (200#). *El bienestar psicológico en adolescentes desde una perspectiva cualitativa*. Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad, 2,43-58.
- Castro, A. (2004). *Estilos de la personalidad, objetivos de la vida y la satisfacción*. Edit. Navarro.
- Carrasco, A., García-Mas, A. y Brustad, R. (2009). *Estado del arte, y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en psicología del deporte*. Revista Latinoamericana de Psicología,)
- Casullo, M. y Castro, A. (2000). *Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos*. Revista de Psicología de la PUCP, 18(1), 35-68.
- Caspi, A., Houts, R., Belsky, D., Harrington, H., Hogan, S., Rammrakha, S.&Moffitt, T., (2016). *Childhood forecasting of a small segment of the population with large economic burden*. Nature Human Behaviour, 1(1), 37-47.
- Corral, Y. (2009). *Validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación para la recolección de datos*. Edit. Jrigel
- Cubas, M. (2003). *Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Edit. Murriel
- Del Valle, M.v., Y Hormachea, F (2015). *El bienestar psicológico Diferencia según sexo en estudiantes universitarios y diferencias con población general*. Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento, 7(3),6-13.
- Diener, E., Suh,E.,y Oishi, S.(1997). *Hallazgos recientes sobre el bienestar subjetivo* Indian Journal of Clinical Psychology,71-75.
- Espinoza. V. (2016). *Bienestar psicológico y autoeficacia percibida en adolescentes institucionalizados por situación de abandono* (Tesis de licenciatura). Universidad

Católica del Perú, Lima, recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/7167>.

Figuroa, M., Contini, N., Lacunza, A., Levin, M., y Suedean, A. (junio, 2005). *Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico*. Revista anales de psicología, 21(1), 66-72. Recuperada de

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16721108>

Fernández, P. (2001). *Es la Inteligencia emocional un adecuado predictor del rendimiento académico en estudiantes?* III Jornadas de Innovación Pedagógica.:

.Fernández – Daza, M., P ..&Fernández – Parra. A. (2013). *Problemas comportamiento y competencias psicosociales en niños y adolescentes institucionalizados*. Universitas psychologica. 12 (3) en <https://search.proquest.com/docview/1771625126?Accountid=43847> teligencia Emocional. Una brújula para el siglo XXI, 146-157.

Freire, C., Ferradas, M., Núñez, J. y Valle, A. (2017). *Estructura factorial de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en estudiantes universitarios*. European Journal of Education and Psychology, 10(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016>.

García, C (2006). *El bienestar psicológico: dimensión subjetiva dela calidad de vida*. Revista Electronica de psicología Iztacala, 1-20.

Garcia, J. (2016). *Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles*. Salud & Sociedad, 4(1), 48-58. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/salsoc/v4n1/4n1a04.pdf>

Guedes, S. y Santos, V. (2016). *Regulación emocional, bienestar psicológico y bienestar subjetivo*. Estudios de Psicología, 21 (1), 58-68

Gutierrez, G.(2015). *Claridad de auto concepto, autoestima y bienestar psicológico en adolescentes de zonas urbano marginales*. Universidad católica del Perú, Lima.

Ryff, C. y Keyes, C. (1995). *La estructura del bienestar psicológico revisitada*. Revista de Personalidad y Psicología Social, 69(4), 719-727. DOI: 10.1037 // .

La “Escala de Bienestar Psicológico” (SPWB), *propuesta por Carol Ryff (1989), adaptada al contexto peruano*.

Latinoamericana de Psicología, 41(2), 335-347. Chávez Uribe, A. (2006). *Bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de nivel medio superior*. (Tesis de Maestro) Universidad de Colima.

Sánchez-Canovas, J. (1998). "Escala de Bienestar Psicológico". Recuperado de <http://web.teaediciones.com/ebp-escala-de-bienestar-psicologico.aproximado>.

Vilma, J., & Alonso, L. (2010). *El estudio del bienestar psicológico subjetivo*. Una breve revisión teórica.

Zubieta EM, Delfino G. (2010). *Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires*. Anu Investig (Internet) [citado 18 Feb 2012]; 17. Disponible en: <http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid>

# ANEXOS



## Anexo 1: Matriz de consistencia

TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES DE ESTUDIO	METODOLOGÍA
<p style="text-align: center;">Bienestar Psicológico en estudiantes de una institución educativa pública.</p>	<p><b>Problema general</b> ¿Cuáles el nivel del bienestar psicológico en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado -2022?</p> <p><b>Problemas específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es el nivel del bienestar psicológico con la auto aceptación en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima - Cercado 2022?</li> <li>• ¿Cuál es el nivel del bienestar psicológico con el dominio del entorno en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima- Cercado</li> <li>• ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico con las relaciones positivas en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima - Cercado 2022?</li> </ul>	<p><b>Objetivo general</b> Determinar el nivel de bienestar psicológico en los adolescentes de la Institución Educativo PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima –Cercado 2022.</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar el bienestar psicológico con el auto aceptación en los estudiantes de la institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima - Cercado 2022.</li> <li>• Identificar el bienestar psicológico con el dominio del entorno en los estudiantes de la Institución educativa PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima - Cercado 2022..</li> <li>• Identificar el nivel de bienestar psicológico con las relaciones positivas en los estudiantes de la Institución educativo PNP Alipio Ponce Vásquez de Lima – Cercado 2022.</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Variable: Bienestar Psicológico</p>	<p><b>Método de investigación:</b> Método Descriptivo Simple, enfoque cuantitativo.</p> <p><b>Tipo de investigación:</b> Tipo básico</p> <p><b>Nivel de investigación:</b> nivel descriptivo simple</p> <p><b>Diseño de investigación:</b> Diseño descriptivo</p> <p style="text-align: center;">M  O1</p> <p><b>Población:</b> Está conformado por los estudiantes de la Institución Educativa PNP Alipio Ponce de Lima – Cercado, siendo un total de 180 alumnos de secundaria</p> <p><b>Muestra:</b> Conformado por 124, tipo aleatorio simple</p> <p><b>Técnicas e instrumentos de recolección de datos</b> <i>Técnicas:</i> Para la obtención de los datos para su procesamiento estadístico, se va a tomar las siguientes técnicas: solicitud para la autorización de la aplicación del instrumento, formatos como el consentimiento informado, y entrevista a los estudiantes.</p> <p><i>Instrumento:</i> “Escala de Bienestar Psicológico” de Ryff</p> <p><i>Técnicas de procesamiento y análisis de datos:</i> El procesamiento de datos mediante la información y datos obtenida, por el estadístico.</p>

**Anexo 2: Matriz de operacionalización de variables**

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ÍTEMS	NATURALEZA DE LA VARIABLE	ESCALA DE MEDICIÓN
Bienestar Psicológico	El bienestar psicológico se centra en el desarrollo personal, el estilo de vida y la manera de afrontar los retos vitales y en el esfuerzo y la pretensión de alcanzar las metas. Siendo el bienestar general subjetivo el que está compuesto por otras influencias, como la satisfacción de necesidades fisiológicas García- Viniegra y Gonzales (2000).	Este estudio de Bienestar Psicológico lo define operacionalmente con un puntaje total de la “Escala de Bienestar Psicológico” ((Ryff 1989), para poder ayudar a las personas y alumnos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auto aceptación</li> <li>• Relaciones positivas con otros.</li> <li>• Autonomía</li> <li>• Dominio del entorno</li> <li>• crecimiento personal</li> <li>• Propósito de vida.</li> </ul>	<p>Auto aceptación (1,7,8,11,17,25,34)</p> <p>Relaciones positivas con otros (2,13,16,18,23,31,38)</p> <p>Autonomía (3,5,10,15,27)</p> <p>Dominio del entorno (6,19,26,29,32,36,39)</p> <p>Crecimiento personal (4,21,24,30,37)</p> <p>Propósito de la vida (9,12,14,20,22,28,33,35)</p>	Cuantitativa	Ordinal

### Anexo 3: Matriz de operacionalización del instrumento

VARIABLE	DIMENSIONES	ÍTEMS	NIVEL Y RANGO	INSTRUMENTO
Bienestar Psicológico	Auto aceptación	<p>1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.</p> <p>7. Reconozco que tengo defectos.</p> <p>8. Reconozco que tengo virtudes.</p> <p>11. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.</p> <p>17. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.</p> <p>25. En general, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo.</p> <p>34. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nivel alto</li> </ul>	Bienestar Psicológico
	Relaciones positivas con otros.	<p>2. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.</p> <p>13. Puedo confiar en mis amigos.</p> <p>16. Mis relaciones amicales son duraderas.</p> <p>18. Comprendo con facilidad como la gente se siente.</p> <p>23. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.</p> <p>31. Mis amigos pueden confiar en mí.</p> <p>38. Es importante tener amigos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nivel intermedio</li> </ul>	
	Autonomía	<p>3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.</p> <p>5. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.</p> <p>10. Sostengo mis decisiones hasta el final.</p> <p>15. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.</p> <p>27. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros tienen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nivel bajo</li> </ul>	
	Dominio del entorno	<p>6. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.</p> <p>19. Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles.</p> <p>26. Siento que soy víctima de las circunstancias.</p> <p>29. Tengo la capacidad de construir mi propio destino.</p>		

		<p>32. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo 36. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria</p> <p>39. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.</p>	
	Crecimiento personal	<p>4. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.</p> <p>21. Considero que hasta ahora no hay mejoras en mi vida.</p> <p>24. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.</p> <p>30. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.</p> <p>37. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.</p>	
	Propósito de vida.	<p>9. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.</p> <p>12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.</p> <p>14. Cuando cumplo una meta, me planteo otra.</p> <p>20. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí</p> <p>22. Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.</p> <p>28. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.</p> <p>33. Tomo acciones ante las metas que me planteo.</p> <p>35. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.</p>	

## ESCALA BP DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF

**EDAD:** \_\_\_\_\_ **SEXO:** FEMENINO (    ) MASCULINO (    )

A continuación, se presenta algunos enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. Responda con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una equis (x).

Items	Totalmente en desacuerdo	Poco de acuerdo	Moderadamente de acuerdo	Muy de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1, Cuando repaso mi vida estoy contento cómo ha resultado las cosas.						
2, A menudo me siento solo/a porque tengo pocos amigos cercanos con quienes compartir mis preocupaciones.						
3, No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.						
4, Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.						
5, Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga						
6, Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.						
7, En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.						
8, No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.						
9, Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.						

10, Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.						
11, He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi guasto.						
12, Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.						
13, Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.						
14, Siento que mis amigos me aportan muchas cosas.						

<b>Items</b>	<b>Totalmente en desacuerdo</b>	<b>Poco de acuerdo</b>	<b>Moderadamente de acuerdo</b>	<b>Muy de acuerdo</b>	<b>Bastante de acuerdo</b>	<b>Totalmente de acuerdo</b>
15, Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.						
16, En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.						
17, Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.						
18, Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.						
19, Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.						
20, Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.						

21, Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.						
22, Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen,						
23, Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.						
24, En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.						
25, En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida						
26, No he tenido muchas relaciones cercanas de confianza.						
27, Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.						
28, Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.						
29, No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.						
30, Hace mucho tiempo que deje de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.						
31, En su mayor parte me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.						

Items	Totalmente en desacuerdo	Poco de acuerdo	Moderadamente de acuerdo	Muy de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
32, Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.						
33, A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.						
34, No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas, mi vida está bien como está.						
35, Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.						
36, Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.						
37, Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.						
38, Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.						
39, Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.						



**“AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL”**

Solicito: Permiso  
para ejecutar  
Mi proyecto de investigación

**Directora:**

**De la Institución Educativa Alipio Ponce Vásquez. PNP- Barrios Altos**  
Lima- Cercado.

Yo, **Sonia Riveros Nagarro** con DNI, **06257991**, Domicilio Complejo Habitacional  
Martinete Mz. Lt. 6 Barrios Altos Lima- Cercado.

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted, deseándole éxitos en su vida profesional y familiar, al mismo tiempo aprovechando en manifestarle mi petición. Muy cordialmente, solicito a usted, pedir permiso, para poder ejecutar mi proyecto de investigación como tema: “Bienestar Psicológico” en estudiantes de secundaria.

En espera de sus importantes decisiones y procedimiento de la ley, de antemano quedo de usted muy agradecido, por la atención prestada.



Lima 13 Noviembre del 2022

  
Atentamente  
Sonia Riveros Nagarro



Institución Educativa PNP  
"ALIPIO PONCE VÁSQUEZ"



**CARTA DE ACEPTACIÓN**

*Lima, 18 de noviembre 2022*

**Sr. Escuela Profesional de Psicología  
Facultad de Ciencias de la Salud – UPLA**

**Presente. -**

**ASUNTO: ACEPTACIÓN PARA LA EJECUCIÓN DE PROYECTO DE  
INVESTIGACIÓN**

Por la presente le hago llegar mi cordial saludo de paz y bien; así mismo, informo a Ud. la aceptación de la Bachiller: Sonia Riveros Nagarro de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes, quien podrá ejecutar dicho proyecto de investigación de Bienestar Psicológico a los y las estudiantes de esta Institución Educativa PNP "Alipio Ponce Vásquez" – Lima Cercado 2022. Dentro de esta institución la cual se realizará con el instrumento de Escala de bienestar Psicológico, basado en preguntas, trabajo que se coordinará con el Área de Tutoría.

Sin otra particularidad hago propicia la oportunidad para expresarle las muestras de consideración a su persona

Cmdte Noe Vidal Huamán Castañeda

Director



Institución Educativa PNP  
"ALIPIO PONCE VÁSQUEZ"



**CARTA DE ACEPTACIÓN**

*Lima, 18 de noviembre 2022*

**Sr. Escuela Profesional de Psicología  
Facultad de Ciencias de la Salud – UPLA**

**Presente. -**

**ASUNTO: ACEPTACIÓN PARA LA EJECUCIÓN DE PROYECTO DE  
INVESTIGACIÓN**

Por la presente le hago llegar mi cordial saludo de paz y bien; así mismo, informo a Ud. la aceptación de la Bachiller: Sonia Riveros Nagarro de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes, quien podrá ejecutar dicho proyecto de investigación de Bienestar Psicológico a los y las estudiantes de esta Institución Educativa PNP "Alipio Ponce Vásquez" – Lima Cercado 2022. Dentro de esta institución la cual se realizará con el instrumento de Escala de bienestar Psicológico, basado en preguntas, trabajo que se coordinará con el Área de Tutoría.

Sin otra particularidad hago propicia la oportunidad para expresarle las muestras de consideración a su persona

Cmdte Noe Vidal Huamán Castañeda  
Director





### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "Funcionamiento Familiar y Estilos de Apego en estudiantes de una Institución Educativa Pública de Lima -Cercado- 2022", mediante la firma de este documento acepto la participación de mi menor hijo (a) voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: "Sonia María Riveros Nagarro."

Se me ha notificado que la participación de mi menor hijo (a) es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender su participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que las respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará la identidad de mi hijo en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima, 14 de ...Diciembre.... De 2022.



J. Navarro H  
(padre de familia)  
Apellidos y nombres: Navarro Huampa Juana  
N° DNI: 07976363

1. **Responsable de investigación**  
Apellidos y nombres: Riveros Nagarro Sonia María  
D.N.I. N° 06257991  
N° de teléfono/celular: 987241825  
Email: soniarina11@hotmail.com  
Firma: .....
  
3. **Asesor (a) de investigación**  
Apellidos y nombres: Mg. Sapaico Vargas Osmar Jesús  
D.N.I. N° 46411147  
N° de teléfono/celular: 943131312  
Email: d.sapaico@upla.edu.pe  
Firma: .....
  
4. **Asesor (a) de investigación**  
Apellidos y nombres: Mg. Vásquez Artica Jessenia  
D.N.I. N° 46020936  
N° de teléfono/celular: 941750612  
Email: d.jvasqueza@upla.edu.pe  
Firma: .....



INSTITUCIÓN EDUCATIVA PNP  
"CAP. ALIPIO PONCE VÁSQUEZ"  
Av. Sebastián Lorente N° 769 – Lima. Telefono 328-8990  
E-mail: alipio.ponce073@gmail.com



## CONSTANCIA

EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA POLICÍA NACIONAL  
DEL PERÚ: CAP. "ALIPIO PONCE VÁSQUEZ".

### HACE CONSTAR:

Que, la Sra. **Sonia RIVEROS NAGARRO**, ha ejecutado satisfactoriamente el proyecto de investigación denominado: El bienestar psicológico de los estudiante del Nivel Secundaria de la Institución Educativa PNP Cap. Alipio Ponce Vásquez- de Lima Cercado- 2022, del Nivel secundario de 4° y 5° , quienes durante la ejecución del mismo demostraron responsabilidad y profesionalismo .

Se expide la presente petición de la interesada, para los fines que estime por conveniente

Lima, 03 de enero de 2023



  
VIRG NINO HUAMAN CASTAÑEDA  
COMANDANTE PNP  
DIRECCIÓN DE LA I.E. PNP 007

Anexo10

**JUICIO DE EXPERTO SOBRE LA ENCUESTA QUE SERÁ APLICADA A LA MUESTRA**

**INSTRUCCIONES:**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO 1: ESCALA BP DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF**

DIMENSIONES	ITEMS	Suficiencia		Relevancia		Coherencia		Claridad		OBSERVACIONES /SUGERENCIAS
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	1, Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas	X		X		X			X	Omitir “la historia de”
	2, A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.	X		X		X			X	Solo/a Considerar amigos cercanos
	3, No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	X		X		X		X		
	4, Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	X		X		X		X		
	5, Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga	X		X		X		X		
	6, Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.	X		X		X		X		
	7, En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	X		X		X		X		
	8, No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	X		X		X		X		

9, Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	X		X		X		X		
10, Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.	X		X		X		X		
11, He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi guasto.	X		X		X		X		
12, Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.	X		X		X		X		
13, Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaria.	X		X		X		X		
14, Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.	X		X		X			X	Considerar "mis amigos"
15, Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	X		X		X		X		
16, En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	X		X		X		X		
17, Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.	X		X		X		X		
18, Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	X		X		X		X		
19, Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.	X		X		X		X		
20, Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.	X		X		X		X		
21, Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	X		X		X		X		
22, Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen,	X		X		X		X		
23, Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.	X		X		X		X		

24, En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.	X		X		X		X		
25, En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida	X		X		X		X		
26, No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.	X		X		X		X		Considerar “ No he tenido”
27, Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	X		X		X		X		
28, Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.	X		X		X		X		
29, No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.	X		X		X		X		
30, Hace mucho tiempo que deje de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.	X		X		X		X		
31, En su mayor parte me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.	X		X		X		X		
32, Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	X		X		X		X		
33, A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.	X		X		X		X		
34, No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas, mi vida está bien como está.	X		X		X		X		
35, Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.	X		X		X		X		
36, Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.	X		X		X		X		




37, Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.	X		X		X		X		
38, Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.	X		X		X		X		
39, Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.	X		X		X		X		
29, No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.	X		X		X		X		
30, Hace mucho tiempo que deje de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.	X		X		X		X		
31, En su mayor parte me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.	X		X		X		X		
32, Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	X		X		X		X		

Observaciones y sugerencias: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

  
**Emily Mendoza Alcalá**  
 PSICÓLOGA  
 C. Ps. P. 33254

LIC. EMILY ROSARIO MENDOZA ALCALÁ

DNI N° 4595272

## INFORME DE VALIDACIÓN


Nombre y apellidos del Juez : Emily Rosario Mendoza Alcalá  
Formación académica : Licenciada en psicología  
Áreas de experiencia laboral : Clínica y Forense  
Tiempo : 6 años  
Cargo actual : Psicóloga Forense  
Institución : Programa de asistencia a víctimas y testigos - Ministerio Público

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento de evaluación denominado: ESCALA BP DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF; que forma parte

de la investigación titulada: .....

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones :

<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	DEFICIENTE	BUENO	EXCELENTE
<b>Suficiencia de los Ítems</b> (Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de ésta).		X	
<b>Relevancia</b> (El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido).		X	
<b>Coherencia</b> (El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo).		X	
<b>Claridad de los ítems</b> (El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas).		X	

  
**Emily Mendoza Alcalá**  
PSICÓLOGA  
C. Ps. P. 33254

LIC. EMILY ROSARIO MENDOZA ALCALÁ

DNI N° 45952722

## INFORME DE VALIDACIÓN

Nombre y apellidos del Juez : Carlos Alberto Cajo Ccencho

Formación académica : Psicología

Áreas de experiencia laboral : Area Psicología Clínica

Tiempo : 20 años

Cargo actual : Psicólogo

Institución : Hospital Nacional Docente Madre-Niño "San Bartolomé"

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento de evaluación denominado: Escala de "Bienestar Psicológico" que forma parte de la investigación titulada: "BIENESTAR PSICOLÓGICO" EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL CERCAO DE LIMA -2022."

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DEFICIENTE	BUENO	EXCELENTE
<b>Suficiencia de los Ítems</b> (Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de ésta).			X
<b>Relevancia</b> (El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido).			X
<b>Coherencia</b> (El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo).			X
<b>Claridad de los ítems</b> (El ítem se comprende fácilmente, es decir, su Sintáctica y semántica son adecuadas).		X	

Carlos Alberto Cajo Ccencho

NOMBRES Y APELLIDOS


DNI 06850146

# Constancia

Juicio de experto

Yo, Emily Rosario Mendoza Alcalá con Documento Nacional de Identidad No 45952722 certifico que realicé el juicio de experto a los instrumentos presentados por los bachiller: Riveros Nagarro Sonia María en la investigación titulada: “BIENESTAR PSICOLOGICO” EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EN LIMA- CERCADO -2022.”

Lima 28 de Noviembre de 2022



Emily Mendoza Alcalá  
PSICÓLOGA  
C. Ps. P. 33254

.....  
**EMILY ROSARIO MENDOZA ALCALÁ**

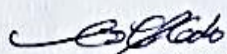
**DNI : 45952722**

# Constancia

Juicio de experto

Yo, Carlos Alberto Cajo Ccencho con Documento Nacional de Identidad N° 06850146 certifico que realicé el juicio de experto a los instrumentos presentados por la Bachiller: Riveros Nagarro Sonia María en la investigación titulada: "BIENESTAR PSICOLOGICO" EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EN LIMA- CERCADO -2022."

Lima 28 de Noviembre de 2022



Carlos Alberto Cajo Ccencho

.....  
**NOMBRE APELLIDOS**

**DNI : 06850146**





<b>D 6 PROPÓSITO DE LA VIDA</b>	6.- Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.	2		7		7		7		
	12.- Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.	7		7		7		7		
	17.- Me siento bien cuando pienso en la que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.	7		7		7		7		
	18.- Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí	7		7		7		7		
	23.- Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.	7		7		7		7		
	29.-No tengo claro que es lo que intento conseguir en la vida.	2		7		7		7		

Observaciones y sugerencias: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_









