

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Psicología



TESIS

Título	: RELACIÓN ENTRE ANSIEDAD Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE CARHUAMAYO, 2020.
Para optar	: El Título Profesional de Psicóloga
Autoras	: Bach. Romina Andrea, Palomino Cuadra Bach: Amelia Yessenia, Ponce Zevallos
Asesor	: Mg. Vilchez Galarza, Nilton David
Línea de Investigación Institucional	: Salud y Gestión de la salud.
Fecha de Inicio y Culminación	: Agosto – Diciembre 2020
	Huancayo – Perú

Dedicatoria

A nuestros familiares y las personas que nos mostraron su apoyo incondicional. Gracias amados padres y familia.

Las Autoras

Agradecimiento

A nuestro asesor por su guía en la elaboración y conclusión de esta investigación.

A la Universidad Peruana Los Andes por formar el conocimiento necesario para poder ejercer como profesional en la carrera de psicología.

A nuestros padres y familiares por ser el principal apoyo y motivación durante el proceso.

Andrea y Amelia

>CONSTANCIA DE SIMILITUD TURNITING<



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

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 titulado:

**RELACIÓN ENTRE ANSIEDAD Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA PÚBLICA DE CARHUAMAYO, 2020**

Cuyo autor (es) : PALOMINO CUADRA ROMINA ANDREA
PONCE ZEVALLOS AMELIA YESSENIA
Facultad : CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional : PSICOLOGÍA
Asesor (a) : MG. VILCHEZ GALARZA NILTON DAVID

Que fue presentado con fecha: 19/09/2022 y después de realizado el análisis correspondiente en el software de prevención de plagio Turnitin con fecha 27/09/2022, 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 27%.

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 tres veces.

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

Huancayo, 27 de setiembre de 2022



CONSTANCIA N° 365 - DIE - FCS - UPLA/2022

UPLA
3427949

INTRODUCCIÓN

La ansiedad se produce en estudiantes al no asimilar de modo efectivo la información, causando pensamientos negativos que disuaden la atención a uno mismo, por ello lo óptimo para superarlos es lograr que el estudiante alcance sobre ponerse de manera exitosa, viéndose a sí mismo positivamente, con optimismo hacia su futuro y confiando en su habilidad como estudiante y persona (Organización Mundial de la Salud, 2018).

Esta investigación resalta su importancia, debido a que es de conocimiento público que en la etapa estudiantil en el nivel secundaria el adolescente requiere personalmente que sus acciones sean reconocidas, esto en base a la información dada por el Instituto Nacional de Salud Mental del Perú (INSM, 2018) donde afirman que más de la mitad de atenciones a nivel nacional son por causas diferentes de la ansiedad como el déficit de atención y problemas de alimentación, por esta razón resulta relevante aportar al estudio psicológico del país determinando la relación que tiene la ansiedad con el bienestar psicológico de los alumnos en el nivel secundario. Para esta investigación la unidad de análisis fueron los estudiantes de la Institución Educativa Jorge Chávez Dartnell, Carhuamayo en el año 2020.

El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez Dartnell, Carhuamayo. La hipótesis menciona que la ansiedad y el bienestar psicológico se relacionan directamente en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez Dartnell, Carhuamayo, 2020. El tipo de investigación es básica, el nivel correlacional, el diseño fue no experimental transaccional correlacional. La población corresponde a 354 estudiantes y la muestra corresponde a un total de 319 estudiantes a quienes se les aplicó los instrumentos por cada variable de estudio a través de escalas. Para la prueba de hipótesis se empleó la prueba de Rho de Spearman.

La investigación está compuesta por cinco capítulos, presentados a continuación:

El capítulo I: contiene el desarrollo del planteamiento del problema, la descripción de la realidad problemática, la delimitación del problema, la formulación del problema, la justificación y los objetivos.

El capítulo II: presenta el marco teórico, los antecedentes de investigación, las bases teóricas o científicas y finalmente marco conceptual.

El capítulo III: está compuesto por las hipótesis y las variables.

El capítulo IV: contiene la metodología de investigación, como el tipo, método, nivel, diseño, técnicas e instrumentos, técnicas de procesamiento y aspectos éticos de la investigación.

El capítulo V: Está compuesta por los resultados, análisis estadísticos juntamente con la discusión y conclusiones de la presente investigación.

Finalmente, en la parte final de la investigación se presenta las referencias bibliográficas y los anexos.

Las Autoras.

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	v
CONTENIDO	vii
CONTENIDO DE TABLAS	x
CONTENIDO DE FIGURAS	xi
RESUMEN	xiv
ABSTRACT	xv
CAPÍTULO I	16
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	16
1.1. Descripción de la realidad problemática	16
1.2. Delimitación del problema	20
1.2.1. Temática o conceptual	20
1.2.2. Espacial	21
1.2.3. Temporal	21
1.3. Formulación del problema	21
1.3.1. Problema general	21
1.3.2. Problemas específicos	21
1.4. Justificación	22
1.4.1. Social	22
1.4.2. Teórica	23
1.4.3. Metodológica	23
1.5. Objetivos	24
1.5.1. Objetivo general	24
1.5.2. Objetivos específicos	24
CAPÍTULO II	26
MARCO TEÓRICO	26
2.1. Antecedentes	26
2.1.1. Antecedentes internacionales	26
2.1.2. Antecedentes nacionales	29
2.2. Bases teóricas o científicas	34

2.2.1. La ansiedad	34
2.2.2. Características de la ansiedad	365
2.2.3. Nivel de Ansiedad	37
2.2.4. Técnicas para manejar la ansiedad	377
2.2.5. Bienestar psicológico	39
2.2.6. Modelo multidimensional de Ryff:	39
2.2.7. Ansiedad y Bienestar psicológico	40
2.3. Marco conceptual	43
2.3.1. Ansiedad:	43
2.3.2. Bienestar Psicológico:	43
2.3.3. Adolescencia	44
CAPÍTULO III	454
HIPÓTESIS	45
3.1. Hipótesis de investigación	45
3.1.1. Hipótesis general	45
3.1.2. Hipótesis específicas	45
3.2. Variables	46
3.2.1. Variable 1: Ansiedad	46
3.2.2. Variable 2: Bienestar psicológico	46
CAPÍTULO IV	476
METODOLOGÍA	476
4.1. Método de investigación	476
4.2. Tipo de investigación	476
4.3. Nivel de investigación	48
4.4. Diseño de la investigación	487
4.5. Población y muestra	498
4.5.1. Población	498
4.5.2. Muestra	49
4.5.3. Tipo de muestreo	49
4.5.4. Criterios de Inclusión y exclusión	49

4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:	5150
4.6.1. Estrategias o mecanismos para evitar el contagio del COVID19:	50
4.6.2. Técnica:	5051
4.6.3. Instrumentos:	5051
4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	57
4.8. Aspectos éticos de la investigación	57
CAPITULO V	598
RESULTADOS	598
5.1 Descripción de la muestra	598
5.2 Descripción de resultados	643
5.3 Contrastación de la hipótesis	732
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	81
CONCLUSIONES	86
RECOMENDACIONES	88
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	90
ANEXOS	98

CONTENIDO DE TABLAS

Tabla 1. Ficha técnica del instrumento para medir la variable Ansiedad	52
Tabla 2. Resumen de procesamiento de casos	53
Tabla 3. Validez de contenido por juicio de expertos del instrumento V1: Ansiedad - Gonzales	53
Tabla 4. Validez de contenido por juicio de expertos del instrumento: V1: Ansiedad	53
Tabla 5. Estadísticas de fiabilidad de la variable ansiedad	54
Tabla 6. Ficha técnica del instrumento para medir la variable Bienestar Psicológico	55
Tabla 7. Validez de contenido por juicio de expertos del instrumento: V2: Bienestar Psicológico	56
Tabla 8 Estadísticas de fiabilidad de la variable bienestar psicológico	56
Tabla 9 Resultado de estudiantes de secundaria según género de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	59
Tabla 10 Resultado de estudiantes de secundaria según edad de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	60
Tabla 11 Resultado de estudiantes de secundaria según grado de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	61
Tabla 12 Ansiedad en los alumnos de una institución educativa pública de Carhuamayo, 2020, Carhuamayo	59
Tabla 13 Bienestar psicológico en los alumnos de una institución educativa pública de Carhuamayo, 2020	60

Tabla 14 Ansiedad y Bienestar psicológico de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	64
Tabla 15 Ansiedad y dimensión Control de situaciones de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	66
Tabla 16 Ansiedad y dimensión de Vínculos psicosociales de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	68
Tabla 17 Ansiedad y dimensión Proyectos de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	70
Tabla 18 Ansiedad y Dimensión de aceptación de sí mismo de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	72
Tabla 19 Prueba de normalidad	75
Tabla 20 Contrastación de hipótesis con cada variable	75
Tabla 21 Contrastación de hipótesis específica 1	76
Tabla 22 Contrastación de hipótesis específica 2	78
Tabla 23 Contrastación de hipótesis específica 3	79
Tabla 24 Contrastación de hipótesis específica 4	80

CONTENIDO DE FIGURAS

Figura 1 Esquema del diseño de investigación	48
Figura 2 Resultado de estudiantes de secundaria según género de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	59
Figura 3 Resultado de estudiantes de secundaria según edad de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	60
Figura 4 Resultado de estudiantes de secundaria según grado de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	61
Figura 5 Ansiedad en estudiantes de secundaria de una Institución educativa Pública, Carhuamayo	65
Figura 6 Bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución educativa Pública, Carhuamayo	65
Figura 7 Ansiedad y Bienestar psicológico de estudiantes de secundaria según grado de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo	65
Figura 8 Ansiedad y dimensión Control de situaciones de estudiantes de secundaria según grado de una Institución Educativa Pública, Carhuamay	64
Figura 9 Ansiedad y dimensión de Vínculos psicosociales de estudiantes de secundaria según grado de una Institución Educativa Pública, Carhuamay	68
Figura 10 Ansiedad y dimensión Proyectos de estudiantes de secundaria según grado de una Institución Educativa Pública, Carhuamay	70
Figura 11 Ansiedad y Dimensión de aceptación de sí mismo de estudiantes de secundaria según grado de una Institución Educativa Pública, Carhuamay	72

RESUMEN

La presente investigación tuvo como propósito determinar la relación entre ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Carhuamayo, 2020. La investigación se enfocó en el aspecto cuantitativo, con el tipo de investigación básica, el nivel correlacional, el diseño de la investigación fue correlacional con enfoque transversal, se utilizó el tipo de muestreo censal, por ello se consideró como muestra a 319 estudiantes de los cuales 160 estudiantes pertenecen al sexo femenino y 159 pertenecen al sexo masculino. El rango de edad estuvo entre 11 a 19 años, en el nivel secundario de una Institución Educativa Pública en la ciudad de Carhuamayo para cual los instrumentos aplicados fueron la escala de Autoevaluación de la ansiedad (Zung, 1971) y Escala de Bienestar Psicológico que como nombre abreviado es BIEPSJ (Castillo, 2000), sin embargo, la prueba fue adaptada por (Cortez, 2016) los instrumentos mencionados pasaron la prueba de confiabilidad y validación por el criterio de expertos. Al término de la investigación se concluyó lo siguiente, con el valor de Rho de Spearman que fue $-0,603$, esto implica que existe relación inversa moderada entre la ansiedad y el bienestar psicológico entre los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020.

Palabras clave: Ansiedad, bienestar psicológico, adolescentes.

ABSTRACT

The investigation registered as a legitimate real estate property relation between anxiety and psychological well-being in students at secondary school of Carhuamayo's Educational Public Institution, 2020., Tien like purpose Determining the relation between the anxiety with the psychological well-being in students of secondary school of an Educational Public Institution, Carhuamayo, 2020. The one for which the problem was formulated What is the relation between the anxiety with the psychological well-being in students at secondary school of an Educational Public Institution, Carhuamayo, 2020? And existe formulated the hypothesis himself relation between the anxiety with the psychological well-being in students at secondary school of an Educational Public Institution, Carhuamayo, 2020. Investigation is located at the quantitative focus, fact-finding letter type. He took place to the following conclusion when finalizing investigation, It Was Determined than exists inverse and low relation between the anxiety with the psychological well-being in students at secondary school of an Educational Public Institution, Carhuamayo, 2020. He has Spearman's Rho right after applying the fact-finding instruments it is - 0.228, what is in a low correlation besides making a comparison has itself than 0.000 0.05 so that correlation is corroborated.

Key words: Anxiety, psychological well-being

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

En la actualidad se reconoce que el incremento de los problemas que afectan a la salud mental se ha visto en múltiples factores socioeconómicos. La Organización Panamericana de la Salud (OPS), especifica en su reporte realizado en el año 2020 que la salud mental es vital en el desarrollo de una vida integral, puntualizando que actualmente existe un déficit en la salud mental, el cual se asocia a diferentes causas, las cuales se pueden desglosar en cambios sociales continuos, las condiciones estresantes cotidianas, exclusión social, etc. (OPS, 2020). Teniendo ello como precedente se sabe que la ansiedad es un desbalance emocional del cual se desconoce la causa a ciencia cierta, esta tiene un conjunto de respuestas fisiológicas, subjetivas y conductuales que son muy parecidas al miedo (Vintimilla, 2020).

Durante los periodos de evaluación son proclives a que los alumnos presenten señales de ansiedad frente a las distintas pruebas académicas, esto produce manifestaciones como la dificultad para pensar de manera clara, pensamiento negativo e inseguridad emocional. Gracias a otros autores se sabe que el estrés y la ansiedad están inmersas en la

vida de todas las personas, sin embargo, para los niños y adolescentes es complicado afrontarlo, puesto que tienen una concepción del mundo muy ideal, sobre esa base se debe de tener en consideración las circunstancias del ambiente en donde se desarrollan diariamente, si estos llegasen a unirse a otros factores de riesgo, se podría hablar de un cuadro clínico o lo que comúnmente se conoce como trastorno de ansiedad (Mardomingo, 2005).

La frecuencia en que los psicólogos atienden casos de estudiantes con algún nivel de ansiedad es alta, dado que cuando los estudiantes se sienten ansiosos, enojados o decaídos mayormente, sin lograr comprender los temas académicos y esto se convierte en una señal de preocupación para los tutores y educadores. Los alumnos que se ven atrapados en estos estados de ánimo no asimilan los conocimientos eficazmente, aquellos pensamientos percibidos de manera negativa tienen el poder de disuadir la atención en dirección hacia uno mismo. Aquel estudiante que logra superar dichos factores tiene una percepción positiva de sí mismo, observa su futuro con optimismo y confía en su habilidad académica y en sí mismo como persona. Frías (2019) cita a Miguel Pérez de la Mora quien refiere que la ansiedad es una enfermedad que no tiene grado mortal, pero que sí puede generar una sensación de muerte en la persona que la padece describiéndola como uno de los trastornos psiquiátricos más importantes en el mundo, además especifica que la Organización Mundial de la Salud ha indicado que más de 264 millones de personas viven con ello, aunque también postula que la ansiedad tiene un grado de normalidad puesto que es una respuesta adaptativa la cual tiene como objetivo preparar al individuo a identificar posibles peligros.

Se ha tenido conocimiento gracias a Estudios Epidemiológicos de Salud Mental en el Perú (EESM, 2018) donde se menciona que “Anualmente el 20,7% de la población

mayor a 12 años padece algún tipo de trastorno mental y cada año se incrementa el promedio en las zonas urbanas en las provincias de Ayacucho, Puerto Maldonado, Iquitos, Tumbes, Puno y Pucallpa mientras que en las zonas rurales del país encontraron que un 10,4% de prevalencia identificando mayores casos en Lima Rural”. Son esos datos los que desglosan los problemas de salud mental, entre ellos la depresión, ansiedad, problemas de alcohol y violencia doméstica. (Psicólogos, 2020).

De la misma manera para Mardomingo (2005), la ansiedad y el miedo son reacciones fisiológicas de defensa ante potenciales peligros, estas dos reacciones fueron esenciales para que la raza humana sobreviviera, la ansiedad fisiológica tiene un carácter adaptativo (ante un peligro inmediato). Sin embargo, la ansiedad es un rasgo que genera trastornos de ansiedad, los cuales son casos muy frecuentes en las consultas diarias, estos afectan un 21% en niños y adolescentes en el mundo. Por otro lado, la ansiedad patológica surge sin una circunstancia ambiental que la justifique, en caso de que exista alguna circunstancia su frecuencia e intensidad se tornan desproporcionadas.

También se debe mencionar que la ansiedad provoca presión en los estudiantes durante el periodo de evaluaciones académicas para un estudiante que no ha logrado el éxito académico tiene tendencia a mostrar actitudes poco favorables en cuanto a su persona, un concepto disminuido sobre sus habilidades y se aprecia con limitación para el estudio, con dificultades para adaptarse socialmente y presenta menos seguridad en su persona (Francisquelo y Furlan, 2016).

Para Ryff (1995) el bienestar psicológico es una concepción multidimensional de seis factores, siendo los siguientes: dominio ambiental, crecimiento personal, propósito en la vida, relaciones positivas con otros, autonomía, y auto aceptación. Donde los tres primeros factores están relacionados con un desenvolvimiento apropiado de la capacidad

de organización personal, sin embargo, los tres restantes se relacionan con las comparaciones sociales que se efectúan en función a los demás (Ryff, 2008).

Distintos trabajos de investigación evidencian la relación entre la personalidad con este concepto, con resultados generales que muestran que el bienestar psicológico, está relacionado positivamente con rasgos de extraversión y negativamente con rasgos de neuroticismo. De tal manera, que el estudio de elementos asociados a rasgos de neuroticismo y de efectos negativos, se torna sobresaliente para seguir la construcción de un sistema coherente e integrado de los aportes de la psicología positiva, dándole un enfoque en el ámbito local (Ryan, 2001).

Salazar y León (2017) indican que la ansiedad en niveles elevados puede desencadenar algún trastorno mental y con ello tener graves repercusiones en la vida de un adolescente, lo que afectaría a su felicidad, calidad de salud mental y afectando el bienestar psicológico e integral puesto que las afecciones mentales se reflejan en los comportamientos cotidianos. Mientras que el bienestar psicológico es la forma en el que cada sujeto valora el óptimo funcionamiento de sí mismo (Ryan y Deci, 2001), para Ryff (1989) este tiene 6 dimensiones que está en constantes evaluaciones según la percepción del individuo se considera a la auto aceptación, la autonomía, crecimiento personal, relaciones positivo y dominio del entorno, teniendo en consideración lo antes expuesto se ve por conveniente que se estudie al distrito de Carhuamayo donde ha evidenciado que en los últimos años ha existido varios casos de suicidio, siendo que, en el 2019, se encontraron 3 casos de estudiantes del nivel secundario y un intento de suicidio. Cabe resaltar que en las instituciones JEC del distrito se cuenta con el programa un psicólogo por colegio, siendo un apoyo para el TOE (Comité de tutoría y orientación psicológica). La institución educativa Jorge Chávez Dartnell según su Plan Institucional 2019 considera a la ansiedad

como un factor esencial que afecta el desarrollo integral del estudiante. Así mismo, la salud mental es considerada dentro del Plan de Convivencia, Tutoría e Inclusión escolar 2019.

Teniendo en cuenta que, dentro del contexto estudiantil en el nivel secundario, el adolescente requiere personalmente que sus acciones sean reconocidas, esto en base a la información dada por el Instituto Nacional de Salud Mental del Perú (INSM, 2018), que afirma que más de la mitad de las atenciones por desórdenes mentales a nivel nacional son por causas diferentes al trastorno depresivo, síndrome autista, déficit de atención y problemas de alimentación. Esta investigación resulta relevante para analizar y aportar al estudio psicológico del país, pues servirá como antecedente para futuras investigaciones en el tema y en el ámbito psicoeducativo.

1.2.Delimitación del problema

1.2.1. Temática o conceptual

La investigación consideró el uso de la teoría y clasificación internacional de la ansiedad según La Asociación Americana de Psiquiatría (APA, 2018) quienes definen el concepto de ansiedad especificado y diferenciado del trastorno de ansiedad por Reyes (2015), donde la tipificación de la ansiedad en adolescentes fue desarrollada por Mardomingo (2005); así mismo, se hizo uso de los rasgos estudiados por Zung para la evaluación de la escala de autovaloración de ansiedad y en cuanto al bienestar psicológico de estudiantes se consideró el marco de psicología positiva desarrollada por Ryff y Singer (1996).

Así mismo, Cano (2003) hace referencia que la ansiedad es una reacción emocional que se genera frente a sucesos que se interpreten como un peligro,

siendo que la reacción emocional más habitual en situaciones de estrés, mostrando respuestas subjetivas, fisiológicas y conductuales.

1.2.2. Espacial

La investigación se desarrolló en la I.E. Jorge Chávez Dartnell la cual está ubicada el Jr. Torres Menéndez S/N, en el distrito de Carhuamayo, provincia y departamento de Junín.

1.2.3. Temporal

Se recopilaron datos para la investigación entre el periodo que corresponde a octubre de 2020 hasta diciembre de 2020 de forma que se proceda con la consolidación de información.

1.3. Formulación del problema

1.3.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre la ansiedad con el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020?

1.3.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación de la ansiedad y la dimensión control de situaciones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo, 2020?
- ¿Cuál es la relación de la ansiedad y la dimensión vínculos psicosociales del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo, 2020?

- ¿Cuál es la relación de la ansiedad y la dimensión proyectos del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo, 2020?
- ¿Cuál es la relación de la ansiedad y la dimensión aceptación de sí mismo del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo, 2020?

1.4. Justificación

1.4.1. Social

Esta investigación aportará beneficio para la sociedad, básicamente en instituciones educativas, ya que se podrá identificar el nivel de ansiedad en estudiantes, en este caso de la Institución Educativa Jorge Chávez Dartnell y si este afecta en su bienestar psicológico; permitiendo un análisis que destaque la importancia de valorar la salud mental en el ámbito educativo, en donde se podrá abordar las problemáticas encontradas; así mismo se espera que el entorno principal se integre, brinde apoyo, comprensión y fomente un clima de confianza, que brinde la posibilidad de fortalecer los vínculos emocionales y que de la misma forma se convierta en un ámbito para el desarrollo individual y como familia. Y esto a su vez se proyectará en los estudiantes quienes tendrán a su alcance un ambiente empoderar tanto a nivel familiar, como educativo; lo cual le servirá de apoyo para disminuir sus niveles de ansiedad y fortalecer su bienestar psicológico.

1.4.2. Teórica

La ansiedad puede ser comprendida de distintas formas, dependiendo el ámbito desde el cual se haya enfocado su concepto, llegando a ser: una reacción emocional; un rasgo de personalidad; como característica determinante del ser humano; un estado de personalidad, el sentir de cada individuo en determinada situación; respuesta o patrón de respuesta; síntoma o síndrome.

En esta investigación se hizo uso de los rasgos estudiados por Zung para la evaluación de la escala de autovaloración de ansiedad y respecto al bienestar psicológico se consideró las dimensiones en base al modelo multidimensional de Casullo y Castro (2000) las cuales suponen 4 dimensiones, orientadas desde el enfoque de la psicología positiva como aporte a la psicoterapia considerando la teoría de 6 factores del bienestar psicológico de Ryff y Singer (1996).

Por lo tanto, el aporte científico de cada fuente servirá como base y soporte para el desarrollo de la investigación. De esta manera la conclusión de esta investigación será un antecedente para futuras investigaciones que planteen una problemática similar, siendo útil a los investigadores que lleguen a considerar a la población de Carhuamayo.

1.4.3. Metodológica

El desarrollo de esta investigación se basa de acuerdo a criterios de acceso a la información, implicaciones en la práctica y utilidad metodológica, evaluando la utilidad de la investigación, dado que se cuenta con instrumentos para la medición de cada variable de estudio. Es decir, según la metodología de investigación se aplicará la técnica de acopio de datos y la encuesta, para evaluar las variables establecidas.

Para el desarrollo de esta investigación se empleó la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA), la cual ha sido adaptada por Miriam Rosario Gonzales Villa (2018) para la ciudad de Mala Cañete en una población de adolescentes y se evaluó la variable bienestar psicológico haciendo uso de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J), que está creada por Casullo (2002) y fue adaptada en el Perú por Cortez (2016).

Considerando nuestra investigación se aplicó una prueba piloto para establecer la confiabilidad del instrumento gracias a un tratamiento de datos estadísticos. La validez de los instrumentos fue gracias al criterio de jueces en donde se consideró 3 expertos.

1.5.Objetivos

1.5.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020.

1.5.2. Objetivos específicos

- Identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión control de situaciones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020.
- Identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión vínculos psicosociales del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020.

- Identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión proyectos del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020.
- Identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión aceptación de sí mismo del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Barragán (2022). *“Bienestar Psicológico y Ansiedad de los Adolescentes de una Unidad Educativa de la Ciudad de Quito en Contexto de Pandemia por COVID-19”* la siguiente investigación tuvo un enfoque cuantitativo con un diseño de tipo no experimental transversal descriptivo, al haber aplicado los criterios de exclusión y eliminación, se trabajó con una muestra probabilística de 175 adolescentes, el método de muestreo fue el probabilístico estratificado, donde la muestra fue dividida por cursos desde noveno año de educación general básica hasta el 3er año de bachillerato general unificado, con edades de 13 a 18 años, se utilizaron dos instrumentos para medir los niveles de bienestar psicológico y ansiedad, siendo el primero la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J) y el segundo, la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños Revisada (CMASR-2). Los resultados de la investigación mostraron que, el 63,43% de los estudiantes presentaron un nivel de bienestar psicológico bajo, en ansiedad total el 72,57% de los evaluados obtuvieron un nivel de ansiedad

leve, la dimensión de ansiedad fisiológica presentó que, el 94,29% de los investigados se ubican en un nivel de ansiedad leve, al igual que la dimensión de Inquietud con un 41,72% y finalmente en la dimensión de ansiedad social el 86,85% alcanzaron el nivel de ansiedad moderada.

Según Scariot, (2019). “*Bienestar Psicológico y Motivación Académica en Adolescentes de la Escuela Normal Superior Mariano Etchegary*”. En esta investigación se examinó a una muestra que abarca 120 estudiantes, en un rango de entre 15 y 18 años, de Buenos Aires; de los participantes, el 45.8% son varones y el 54,2% mujeres, con una edad promedio de 16.48; Mediana=16. La estrategia teórico metodológica ha sido cuantitativa, de tipo correlacional, comparativa y la secuencia temporal, transversal con un muestreo no probabilístico intencional simple. Para la evaluación de las variables, emplearon la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) diseñada por Casullo (2002), Escala de Motivación Académica (Vallerand, Blais, Brière. y Pelletier, 1989), validada en Buenos Aires para estudiantes de secundaria (Stover, de la Iglesia, Rial Boubeta y Fernández Liporace, 2012), y un Cuestionario sociodemográfico elaborado ad-hoc para el presente estudio. Los resultados indican que el Bienestar psicológico, se relaciona de manera positiva con todas las dimensiones de la Motivación Académica, lo cual indica, que a mayor Bienestar Psicológico, mayor Motivación Académica.

Según García, (2017). “*Promoción del bienestar psicológico en la secundaria*”. Esta investigación correspondió a un diseño de tipo experimental o cuasi experimental, fue realizada a nivel descriptivo - comparativo con un corte transversal. Las muestras por conveniencia corresponden a 30 alumnos de

una institución privada y 72 de una institución educativa pública. Se pudo concluir para la tesis que al existir niveles adecuados de bienestar psicológico se requiere generar factores de protección personales en base a las conductas de riesgo y factores para que se promocióne mejor el bienestar psicológico en niveles secundarios de instituciones educativas.

Valderrama (2016). “*Problemas de ansiedad en niños y adolescentes*”. El objetivo de este estudio ha sido describir la relación de los problemas de ansiedad en niños y adolescentes. La metodología aplicada fue no *experimental* – transversal – descriptiva explicativo. La técnica que se aplicó fue la encuesta. Se aplicó test pilotos y cuestionarios finales como instrumentos. Esta tesis dio como resultado la existencia de una diferencia respecto a los síntomas de los trastornos de ansiedad respecto del sexo, siendo las más afectadas las mujeres. Por otro lado, la ansiedad en niños y/o adolescentes se relaciona de forma significativa y negativa al trastorno de ansiedad por separación, así como de forma positiva con los trastornos de ansiedad generalizada, además, del miedo al daño físico.

Alvarez (2013). “*Relación del bienestar psicológico con los niveles de ansiedad: rasgo estado en adolescentes*” en el cual identificó la existencia de una relación entre el bienestar psicológico y los niveles de ansiedad rasgo– estado en el grupo etario de la adolescencia. Por ende, desarrolló una investigación descriptiva y correlacional sobre la relación del bienestar psicológico con los niveles de ansiedad rasgo – estado en adolescentes. Siendo su universo 139 estudiantes de 9no grado, de los que eligió a 34, para su muestra. Aplicando la Escala Bieps-J, el inventario de ansiedad rasgo-estado IDAREN y

una entrevista semiestructurada. Como resultado se halló en su muestra la preponderancia de los valores elevados de bienestar psicológico en la mayoría de las dimensiones. Debido a ello las conclusiones fueron las siguientes: se identificó en la muestra de los adolescentes la existencia de una relación significativa entre la ansiedad y el bienestar psicológico. En cuanto a la ansiedad, se halló una aparente inconsistencia la cual está relacionada a la etapa del desarrollo y la maduración de la personalidad.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Mori (2022) en su investigación sobre *“Ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de colegios del distrito de Santa Anita”* Esta investigación tuvo como objetivo el estudio de la relación entre el bienestar psicológico, sus dimensiones y la ansiedad manifiesta en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria, la muestra estuvo conformada por 233 participantes, 42.5% fueron hombres y 57.5% mujeres, de un colegio estatal y otro particular, la investigación tiene nivel descriptivo de diseño correlacional; como instrumentos de medición se utilizó la Escala Multidimensional de Bienestar Psicológico (SPWB) de Carol Ryff traducida al español y adaptada a la muestra y el Cuestionario de Ansiedad Manifiesta Revisado (CMAS-R) de Reynolds y Richmond en su versión español original. Se concluye en la investigación que a menor ansiedad manifiesta habrá un mayor nivel de bienestar psicológico en el adolescente y también un mejor desempeño en las diferentes dimensiones del bienestar psicológico.

Ojeda, G (2021). *“Ansiedad manifiesta y bienestar psicológico en escolares de secundaria de un i.e.p del Cercado de Lima”*. El objetivo primordial de la

siguiente investigación fue hallar la relación entre las variables, ansiedad manifiesta y bienestar psicológico en escolares de secundaria de un I.E.P del Cercado de Lima. El trabajo es de tipo correlacional, no experimental, y de corte transversal. La población fue compuesta por 128 escolares del 3° y 4° año de secundaria, el rango de edades estaba comprendidas entre los 14 y 15 años. Las pruebas aplicadas son CMAS-R de Reynolds y Richmond y la escala BIEPS-J, de Casullo. Los resultados indican que existe un coeficiente de correlación negativo, moderado y significativo ($r_s = -.421, p < .05$) entre las variables antes mencionadas.

Según Gamarra (2021). “*Ansiedad y la motivación en tiempos de pandemia Covid-19 en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Pimentel*”. La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad y la motivación en tiempos de pandemia Covid-19 en estudiantes de secundaria de una I. E. de Pimentel; la investigación es cuantitativa no experimental, de diseño transversal correlacional, teniendo una muestra de 221 estudiantes de ambos sexos. Los instrumentos empleados son la escala de Ansiedad de Zung y la escala de Motivación. Haciendo uso del Rho Spearman para probar la hipótesis se estableció un coeficiente de correlación de -0.362 ; por lo que se define que, en los estudiantes de la institución educativa, existe una relación inversa negativa entre las variables del estudio, durante la pandemia de COVID-19.

Colán (2020) en su investigación sobre “*La ansiedad y agresividad en adolescentes de dos instituciones educativas privadas, Lima Metropolitana, 2020*”. Esta investigación tiene como objetivo definir la afinidad entre la

ansiedad y agresividad en adolescentes de dos instituciones educativas privadas, Lima Metropolitana, 2020. Se desarrolló bajo un diseño no experimental de alcance transnacional y de tipo descriptivo correlacional. Así mismo, su muestra fue de 200 estudiantes de ambos sexos, del nivel secundario, entre 11 a 17 años, siendo recogida a través de la Escala de Autoevaluación de Zung (EAA) y el Cuestionario de Agresión (AQ). Los resultados evidencian una correlación directa débil ($Rho = ,360$) con un tamaño de efecto pequeño ($r^2 = ,129$) respecto a ansiedad y agresividad. Resumiendo, se puede decir que cuando los niveles de ansiedad aumentan los comportamientos agresivos se incrementan. Por ende, aquellos de 14 a 17 años, son quienes llegan a presentar mayores niveles de ansiedad, así mismo, las mujeres muestran más agresividad que los varones.

Chale (2019). *“Bienestar psicológico en escolares del nivel secundaria en una escuela privada y una escuela pública de Lima metropolitana”*. Su objetivo fue determinar las diferencias en el bienestar psicológico en escolares del nivel secundaria en una Escuela Privada y una Escuela Pública de Lima Metropolitana; siendo una investigación de diseño no experimental transversal de tipo descriptivo-comparativo, con una muestra de 162, siendo 81 de una Escuela Privada “Virgen del Carmen” y 81 de una Escuela Pública “Santa Rosa”, de ambos sexos, entre 13 y 18 años. Se utilizó un Cuestionario Sociodemográfico y la Escala BIEPS-J para jóvenes y adolescentes (Faberio Carhuapoma, 2019). Los resultados del estudio a nivel general indican la existencia de diferencias entre el bienestar psicológico de los estudiantes de una Escuela Privada y de una Escuela Pública; así mismo, en relación al sexo, grado

y edad de los estudiantes y su bienestar psicológico, refleja que existen diferencias entre los estudiantes de ambas instituciones.

Según Carrillo (2019). *“Ansiedad y Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional de Tumbes, 2018”*. La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre ansiedad y bienestar psicológico con una muestra conformada por 160 alumnos de la carrera de Psicología de la Universidad Nacional de Tumbes pertenecientes al segundo, cuarto, sexto y octavo ciclo 2018 - I. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo (IDARE) de Charles D. Spielberger y Rogelio Díaz-Guerrero y la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez Cánovas. Se empleó la prueba Rho de Spearman para el análisis de la hipótesis, evidenciando en los resultados obtenidos la existencia de una relación inversamente poco significativa entre ansiedad y bienestar psicológico en los estudiantes, indicando así que a mayor ansiedad menor bienestar psicológico o que a mayor bienestar psicológico menor ansiedad.

Zambrano (2018) *“Niveles De Ansiedad En Los Estudiantes Del Segundo Año De Secundaria De Las Secciones A, B, C En La Institución Educativa “Perú-Canadá” Tumbes, 2018”* esta investigación tuvo como objetivo general determinar los niveles de Ansiedad que presentan los estudiantes del 2do año del nivel secundario, de las secciones A, B y C de la I. E. Perú – Canadá, Tumbes, 2018. Se empleó una metodología de tipo descriptivo y un diseño no experimental, transversal; la población estuvo compuesta por 130 y la muestra por 60, entre mujeres y varones, a quienes se les evaluó la escala de autoevaluación de ansiedad de Zung. De los resultados obtenidos se puede

evidenciar que el 10% de los estudiantes no presentan ansiedad, el 16,67% se encuentran en un nivel de grado máximo de ansiedad, un 35% de los estudiantes se ubican en un nivel de ansiedad mínima o moderada y un 38,33% se ubican en nivel de ansiedad moderada a severa, llegando a la conclusión de que prevalece el nivel de ansiedad moderada a severa.

Según Morales (2017), “*Ansiedad y agresividad en adolescentes de 13 a 17 años de dos instituciones educativas del distrito de Puente Piedra, 2017*”, en este estudio, se evidencian resultados sobre las variables ansiedad y agresividad en adolescentes de 13 a 17 años del distrito de Puente Piedra del año 2017. La muestra está compuesta por 340 adolescentes de ambos sexos de dos instituciones educativas públicas de nivel secundario. Para recolectar los datos se aplicó la escala de autoevaluación de ansiedad de Zung, el cuestionario a agresión (AQ) Buss y Perry, adaptado por al contexto peruano por Matalinares en el 2012. Siendo un diseño no experimental de corte transversal, y un tipo descriptivo – correlacional. Los resultados concluyeron los estudiantes evaluados pueden presentar ansiedad indistintamente del sexo o la edad, a su vez la agresividad llega a presentarse en igual proporción, sin embargo, la presencia de esta variable depende de la edad de los evaluados, siendo que aquellos de 16 a 17 años tienen más agresividad en comparación con los de 13 a 15 años.

Idrogo (2015) en su estudio sobre “*Niveles de ansiedad estado-rasgo en estudiantes del nivel primario y secundario de una institución educativa privada y una nacional del distrito de la Victoria*”, el objetivo de la tesis fue comparar el grado de ansiedad rasgo y estado de los estudiantes comparándolos en una

entidad educativa pública frente a una entidad educativa particular. Se consideró que la ansiedad, llega a ser una respuesta adaptativa propia del sujeto en todas las edades, siendo necesaria, dado que nos ayuda a estar sobre aviso frente a diversos tipos de situación. La investigación fue de tipo descriptivo, comparativo con diseño no experimental – transversal. La aplicación del cuestionario se hizo con una autoevaluación de la ansiedad Estado – Rasgo (STAIC) en una muestra compuesta por 511 estudiantes en un rango de edad 9 - 15 años para ambos sexos. La investigación concluyó en lo siguiente: no se halló diferencia significativa al comparar el nivel de ansiedad estado - rasgo de instituciones educativas (particulares y nacionales).

2.2.Bases teóricas o científicas

2.2.1. La ansiedad

Según Cia (2002) la ansiedad proviene del latín *anxietas* que significa un estado de malestar psicofísico en el individuo, caracterizada como una inquietud o la perturbación por la inseguridad o el miedo que se llega a vivir ante un peligro o situación amenazante.

Juárez (2015) indica que “la ansiedad es el signo de un impulso de uno mismo sin control, el cual pretende conseguir una forma consciente y liberar un signo provocado por uno mismo”. La ansiedad es una respuesta ante una amenaza imaginaria o indefinida, por ende, no se puede enfrentar de manera racional, siendo en algunas situaciones persistente y podría ocasionar reacciones psicológicas y físicas. No existe ser humano que no haya pasado un instante ansiedad, llegando a presentar sensaciones como intranquilidad, inquietud o

agitación, estas se presentan como anticipando la amenaza y provoca al sujeto a encontrar una solución.

Según Reyes la ansiedad es una experiencia que parte del mundo emocional en donde las personas están familiarizadas con ella, sin embargo, no por ello es fácil de definir puesto que ella es un fenómeno el cual conduce al autoconocimiento, generando la movilización de acciones defensivas del organismo, estimula a desarrollar la personalidad, permite el logro de metas para mantener el nivel de trabajo y conducta. En exceso, la ansiedad llega a ser nociva y conduce a las enfermedades (Reyes, 2015).

La ansiedad es una respuesta humana normal la cual aparece ante un evento que es percibido como estresante, si no es atendido a tiempo puede terminar en un trastorno de ansiedad el cual tiene como síntomas temores irracionales y preocupaciones atemporales (APA, 2017).

Según Zung citado en Astocondor (2001) la ansiedad se divide en dimensiones en base a la sintomatología fisiológica o somática y la sintomatología afectiva o emocional. Siendo que:

- Dimensión somática: en esta se encuentra las reacciones fisiológicas, las que se producen debido a la ansiedad, siendo estas el temblor, dolor corporal, cansancio, inquietudes, palpitación, desmayo, transpiración, parestesia, náuseas y vómitos, insomnios o pesadillas.
- Dimensión afectiva: donde se encuentran los indicadores relacionados a síntomas emocionales, los que son desintegraciones de la conciencia, aprehensiones y/o miedos.

Así mismo, el test de Zung baremado permite medir el grado sintomatológico de los evaluados y ubicarlos en las categorías de ansiedad (EAA): No Hay Ansiedad Presente, ansiedad Mínima, ansiedad moderada, ansiedad severa y ansiedad en grado máximo.

2.2.2. Características de la ansiedad

Se caracteriza por ser una reacción desproporcionada o un tanto excesiva y dependiente del contexto del individuo. Esta respuesta se constituye por los sistemas motor, fisiológico y cognitivo, el cual es provocado por variables antecedentes las cuales son estímulos o respuestas del individuo (Egoavil, 2016).

Las respuestas emocionales y de ansiedad que un individuo manifiesta, según Forsyth y Eifert (1996); citado en Hernández-Pozo et al. (2008) son una combinación de funciones psicofisiológicas que surgen desde la percepción y la evaluación de uno sobre su entorno.

Se considera que la ansiedad como respuesta emocional, está antecedida por el miedo, lo que llega a manifestarse, dependiendo de la sensación de amenaza que pudiese tener un individuo. La ansiedad que siente un individuo es la respuesta ante un peligro incierto e impreciso. Siendo que las sensaciones fisiológicas que se sienten se manifiestan a través de la tensión muscular, un incremento del ritmo cardiaco y respiración rápida y corta (Akron, 2009; citado en Hernández-Pozo et al., 2008).

Así mismo podemos decir que la ansiedad tiene una función para activar y facilitar la respuesta, siendo un mecanismo biológico para la adaptación y protección frente a posibles daños, teniendo como característica primordial “su

carácter anticipatorio, es decir, posee la capacidad de prever o señalar el peligro o amenaza para el propio individuo, confiriéndole un valor funcional importante” (Miguel-Tobal, 1996; Sandín y Chorot, 1995; citados por Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003, p.15).

2.2.3. Nivel de Ansiedad

En base a la escala de autoevaluación de ansiedad de Zung, se considera la siguiente clasificación:

- **Ansiedad Leve:**

En este nivel de ansiedad, uno está alerta, escuchando, viendo y controlando situaciones. Las habilidades de percepción y observación funcionan mejor porque se enfoca más energía en situaciones que causan ansiedad. La ansiedad es temporal y se observa ansiedad, irritabilidad, inquietud y malestar.

- **Ansiedad Moderada:**

Este nivel implica que el campo perceptual del sujeto afectado se ve un poco limitado, siendo que oye y domina la situación de manera gradualmente inferior al nivel que le precede. En este nivel se experimentan limitaciones para percibir lo que sucede en el entorno, aunque si es dirigido por otra persona puede dirigir su atención hacia donde se le indique; entre las manifestaciones fisiológicas y psicológicas que se pueden observar son, la boca seca, palpitaciones, temblores, un aumento en la frecuencia cardíaca y respiratoria, con poca intensidad.

Este nivel de ansiedad adquiere un valor muy definido de ajuste, dado que influye sobre el individuo orientando a una adaptación de diferente tipo

del que en otra forma hubiera podido realizar, tal como el nivel anterior, siendo que ya que estos niveles proveen energía suficiente para aprender, crecer, desarrollar y completar actividades.

- **Ansiedad Grave:**

En este nivel el campo perceptual se reduce notablemente, el individuo deja de observar lo que sucede en su entorno, aunque otra persona dirija su atención hacia la situación. La atención del sujeto se concentra en uno o varios detalles dispersos, ocasionando que lo observado este distorsionado, produciendo dificultad al individuo para establecer una secuencia lógica entre sus ideas. En este nivel se presentan con mayor intensidad la sequedad en la boca, manos frías, cansancio o fatiga, náuseas, temblores anormales, fobias, insomnio, inquietud motora, sudoración profusa y sensación de desvanecimiento.

2.2.4. Técnicas para manejar la ansiedad

Para Rodriguez (2018) las técnicas de relación son una clave primordial dentro del abordaje terapéutico desde el enfoque conductual en donde el único fin es reducir la sintomatología de la ansiedad mediante la modificación de los factores que incrementan los síntomas, referencia a Sanchez (1998) quien mencionó ciertos efectos para las técnicas a utilizar, las cuales se dividen en 3 niveles los cuales se detallan a continuación:

1. El psicofisiológico, el cual hace alusión a lo somático (Cuerpo), visceral y cortical.
2. El conductual el cual buscan centrar las conductas del paciente
3. El cognitivo el cual buscan centrar los pensamientos del paciente

Rodríguez (2018) menciona el entrenamiento autógeno de Schultz explicando que es una técnica psicoterapéutica en donde trata de concentrar de forma pasiva las sensaciones corporales, esta es una técnica que se enfoca en las sensaciones las cuales deben de ser verbalizadas para comenzar a relajarse.

García (2007) explica que como primer paso se debe de tener conciencia del hecho que produce la ansiedad, para tener control sobre él, así mismo, se deben determinar los factores estresantes los cuales afectan de manera negativa, el segundo paso es identificar de qué manera se experimenta y manifiesta la ansiedad en un nivel físico y psicológico, con la finalidad de elegir las técnicas de afrontamiento.

Cabe señalar que es importante considerar que cada una de las técnicas que se mencionan a continuación son efectivas bajo una práctica adecuada, sin embargo, se obtienen resultados diferentes en cada persona, por ende, se sugieren las siguientes:

- Regulación de la respiración: siendo una de las más fáciles y con resultados eficaces en el manejo de la ansiedad, es de rápido aprendizaje, pero se evidencia su efecto de manera paulatina. Es de suma importancia tener en cuenta que mientras más lenta sea la respiración el cuerpo y la mente entran en una relajación profunda, ya que el ritmo cardiaco disminuye.
- Relajación muscular progresiva de Jacobson: se desarrolló en 1934 por Jacobson para tener un control de la tensión y ansiedad, al percatarse que al poner en tensión y relajar distintos músculos se lograba la eliminación de

tensión muscular y conseguía una relajación profunda. Sin embargo, una práctica incorrecta muestra resultados negativos, por ende, se tiene que considerar que la tensión muscular no sea debido a un origen orgánico. De no haber ningún inconveniente, se considera propio la aplicación de la técnica, para ello se debe elegir un ambiente silencioso y cómodo para adquirir una posición de relajación, después de ello se empieza por tensar los músculos y a notar la sensación de tensión, después se relajan los músculos para finalmente sentir la relajación.

2.2.5. Bienestar psicológico

Se concibe como la presencia de afecto positivo y la falta de afectos negativos, el bienestar es una consecuencia de una actualización completa psicológica de la cual las personas pueden desarrollar su potencial al máximo (Vázquez et al., 2009).

Se puede concluir que el bienestar psicológico de una persona es el conjunto de estados positivos que presenta además de la falta de estados negativos los cuales le permiten desarrollar todo su potencial, el bienestar psicológico permite el deseo de lograr una vida feliz para determinar su buena vida.

2.2.6. Modelo multidimensional de Ryff:

Con la finalidad de integrar conceptos que incluye nociones como la de autorrealización, el desarrollo humano y la búsqueda de potenciar las capacidades humanas. Carol Ryff desarrolla un modelo sobre el Bienestar Psicológico. Empezó definiendo el Bienestar Psicológico como el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde las personas muestran indicadores de funcionamiento positivo; en esa línea, para una integración

teórica Ryff (1989) estableció 6 dimensiones, a través de las cuales se puede evaluar el continuo positivo/negativo del Bienestar Psicológico de un individuo.

Dominguez et al. (2019) estudian la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en donde especifican las 6 dimensiones que ella considera dentro de su estudio las cuales son las siguiente:

1. Aceptación: la valoración personal de cada individuo, la evaluación positiva presente y pasada.
2. Relaciones positivas con los otros: enfocada en la calidad de interacción que tiene la persona con su entorno, ya sea teniendo o desarrollando relaciones de calidad con terceros.
3. Autonomía: relacionada directamente a la toma de decisiones, en un sentido de autodeterminación.
4. Dominio del entorno: este evalúa si la persona utiliza su entorno como un factor positivo en su desarrollo.
5. Propósito en la vida: evalúa si la persona tiene creencias positivas como metas u objetivos dentro de su vida personal.
6. Crecimiento personal: esta dimensión hace alusión a la valoración personal del desarrollo y las habilidades que identifica.

Estas fueron utilizadas para crear la escala de Psychological Well-Being Scales de Ryff y Keyes en 1995 y han tenido aceptación por la comunidad científica.

2.2.7. Ansiedad y Bienestar psicológico

Teniendo las definiciones anteriormente mencionadas para March (1995) los problemas que trae consigo la ansiedad tiene mucho que ver con los

problemas de depresión, conductas y toma de decisiones poco acertadas las cuales generarían un nivel bajo académico y problemas sociales y emocionales. Las cuales están asociadas a otras afecciones en la vida adulta. (Valderrama, 2016).

La ansiedad de forma permanente puede desencadenar problemas en la salud mental como es la depresión, el uso de sustancia e incluso los intentos de suicidios; e inclusive puede afectar en la capacidad de atención y retención lo que termina resultando problemas en el aprendizaje reflejándose en la escuela teniendo un impacto a largo plazo (Mccarthy, 2019).

La ansiedad durante la etapa de la adolescencia es una de las problemáticas más frecuentes en los jóvenes, haciendo mayor incidencia en las señoritas, según Sánchez-López. La ansiedad durante la etapa de la adolescencia interfiere de forma nociva y directa en la vida académica, en el bienestar, en el adecuado desarrollo de las habilidades sociales y por ende en la vida social (Martínez, 2020).

Según Sánchez la causa de la ansiedad en los adolescentes se debe a los cambios en el aspecto físico, cognitivos y social estos desequilibrios pueden ser las causantes en primera línea para la ansiedad en la etapa mencionada, estos cambios son considerados vitales ocurriendo de forma simultánea entre ellos lo que hace difícil el período para los jóvenes. (Martínez, 2020)

Los factores que influyen en la salud mental del adolescente en cada momento son variados, a más exposición más factores de riesgos considerándose mayor riesgo en la salud mental, algunos de esos factores

contribuyen de manera negativa, unos de los factores que incrementa el nivel de estrés es el deseo de independencia, la presión social para integrarse a un grupo social, la exploración por una identidad sexual, etc., (OMS, 2020).

Desde el punto de vista educativo, es importante mencionar que existen dos procesos que apoyan en la regulación emocional, los cuales son los siguientes:

- Cognitivo
 - Locus de causalidad interno (Motivación personal)
 - Locus de causalidad externo (Propuesta por agentes externo)
- Afectivo
 - Sentimientos de competencia
 - Autodeterminación

Se menciona todo ello, dado que el bienestar subjetivo está evaluado en medida del bienestar en general. El bienestar está compuesto por los siguientes conceptos: Satisfacción con la vida, calidad de vida, bienestar personal, bienestar personal y social, bienestar emocional y felicidad.

2.3.Marco conceptual

2.3.1. Ansiedad:

Miedo anticipado al peligro futuro, cuya causa se desconoce o no se reconoce, y cuyo rasgo central es el intenso malestar psicológico, en el que el sujeto siente que no tiene control sobre los acontecimientos futuros, emocional y acompañado de síntomas físicos (Zung, 1965).

2.3.2. Bienestar Psicológico:

El bienestar psicológico hace referencia a estados mentales positivos de la persona, como la felicidad o satisfacción (Robertson, 2018). Las dimensiones del bienestar psicológico en base al modelo multidimensional de Casullo y Castro (2000) suponen 4 dimensiones, siendo:

- **Control de situaciones:** Es la capacidad de cada persona, para lograr un uso apropiado de sus habilidades e intereses con tal de lograr subsanar sus necesidades y así adaptarse a su medio ambiente.
- **Vínculos psicosociales:** Abarca la característica de la habilidad que logra instituir vínculos sociales, de manera asertiva y empática, lo que favorece a su bienestar emocional y social.
- **Proyectos de vida:** Es el hecho de que la persona asuma objetivos y metas, manifestando un orden y dirección que otorgue un sentido y significado a su vida.
- **Aceptación de sí mismo:** Es la habilidad de la persona para asimilar y aceptar los sucesos positivos y negativos, que posiblemente suceden, con el fin de mejorar.

2.3.3. Adolescencia

La adolescencia es una etapa vital para que los niños se hagan adultos, pero es importante puesto que en esta etapa posee valor y riqueza en sí misma, brinda infinitas posibilidades para el aprendizaje y el desarrollo de fortalezas (OMS, 2020).

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS

3.1. Hipótesis de investigación

3.1.1. Hipótesis general

Existe relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020.

3.1.2. Hipótesis específicas

- Existe relación entre la ansiedad y la dimensión control de situaciones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020.
- Existe relación entre la ansiedad y la dimensión vínculos psicosociales del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020.
- Existe relación entre la ansiedad y la dimensión proyectos del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020.

- Existe relación entre la ansiedad y la dimensión aceptación de sí mismo del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020.

3.2. Variables

3.2.1. Variable 1: Ansiedad

La variable 1 es ansiedad, se entiende por ansiedad a la predisposición de manifestar sensaciones imprecisas y vagas, que se producen debido a las preocupaciones recurrentes o aprehensiones (Zung y Astocondor, 2001).

3.2.2. Variable 2: Bienestar psicológico

La variable 2 es Bienestar psicológico, haciendo referencia a estados mentales positivos de la persona, como la felicidad o satisfacción (Robertson, 2018). Para esta investigación el bienestar psicológico de una persona es el conjunto de estados positivos que presenta además de la falta de estados negativos los cuales le permiten desarrollar todo su potencial, el bienestar psicológico permite el deseo de lograr una vida feliz para determinar su buena vida.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Método de investigación

Se empleó el Método Científico, el cual es un conjunto de pasos ordenados para la adquisición de nuevos conocimientos siendo este el método general, para esta investigación utilizamos el Método Específico Descriptivo y Deductivo, dado a que se explicó un fenómeno de forma que se formularon enunciados con el fin de explicar el fenómeno que ocurrió en la naturaleza para poder producir nuevo conocimiento (Hernández et al. 2016).

4.2. Tipo de investigación

Esta investigación es de tipo básica o fundamental, puesto que buscó el conocimiento de la realidad o de los fenómenos de la naturaleza, para aportar a la sociedad y que responda mejor a los retos de la humanidad.

Este tipo de investigación no buscó la aplicación práctica de sus descubrimientos, se centró en generar conocimiento que pueda responder preguntas o que dichos conocimientos lleguen a ser aplicados en otras investigaciones (Espinoza, 2010). Es decir,

lo que buscó esta investigación fue determinar la relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico de los estudiantes.

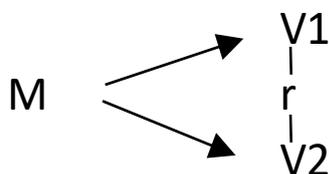
4.3. Nivel de investigación

Correlacional, Según Hernández et al. (2016) las investigaciones de ese nivel tienen como objetivo medir el grado de relación que exista entre dos o más variables en un determinado contexto. Esta investigación se encuentra a nivel correlacional dado que el bienestar psicológico (variable 2) demuestra que tan brillante puede ser un estudiante sin embargo esta variable se ve influenciada por la compleja ansiedad junto con todos los trastornos que afectan al adolescente (variable 1).

4.4. Diseño de la investigación

Según Hernández et al. (2016), el diseño de esta investigación corresponde al siguiente: No experimental – transaccional – correlacional debido a que no se dio ningún tipo de manipulación en las variables. La investigación se desarrolló en el periodo de tiempo de octubre del 2020 hasta diciembre del 2020 y el fin principal de la investigación fue determinar la relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico de los estudiantes de la Institución Educativa Jorge Chávez Dartnell, Carhuamayo – 2020.

Figura 1
Esquema del diseño de investigación



Nota. Esquema de investigación: Correlacional Simple

Dónde:

M = es la muestra de estudiantes;

V1 = es la variable ansiedad;

V_2 = la variable bienestar psicológico; y

r = es el coeficiente de correlación.

4.5. Población y muestra

4.5.1. Población

Universo es el conjunto de todos los casos que coinciden en base a ciertas especificaciones establecidas. Según Hernández et al. (2016). Refiriéndose a un conjunto finito o infinito de elementos para los que serán extensivas las conclusiones de la investigación.

La población de esta investigación abarca en ese sentido a estudiantes adolescentes de la I.E. Jorge Chávez Dartnell, la cual corresponde a 354 estudiantes en su totalidad, de los cuales 183 son varones y 171 mujeres, entre los 11 a 19 años de edad, ellos se encuentran estudiando en el distrito de Carhuamayo, perteneciente a la provincia de Junín, este distrito está asociado a los 10 distritos con pobreza de la región Junín según el reporte de la región de indicadores sociales del departamento de Junín (MIDIS, 2021).

4.5.2. Muestra

Según Hernández et al. (2016), se refiere al grupo de individuos, sucesos, comunidades, etc., sobre el cual se recaban datos, sin que necesariamente sea estadísticamente representativo del universo o población que se estudia. Estimado de la dimensión de la población ($N=319$), que respectivamente está constituida como un grupo accesible, siendo nuestra muestra, los estudiantes que cumplieron los criterios de evaluación.

4.5.3. Tipo de muestreo

Según Hernández et al. (2016) se refiere al procedimiento de selección orientado por las características de la investigación, más que por un criterio estadístico de generalización. En este caso, consideramos conveniente emplear un muestreo censal con el fin de legitimar la significación en las inferencias estadísticas de la investigación, lo cual abarca considerar el total de los elementos de la población como muestra, por ende, siendo un tipo de muestreo no probabilístico.

4.5.4. Criterios de Inclusión y exclusión

- **Criterios de inclusión.**

- Se tomó en cuenta a los estudiantes de nivel secundario de la Institución Educativa Jorge Chávez Dartnell – 2020 que participen en la evaluación.
- Se consideró a los estudiantes que aceptaron el asentimiento informado
- Se incluyeron a los estudiantes que asistieron a clases en las fechas de la aplicación de las pruebas.
- Los estudiantes de primero a quinto grado de nivel secundario de la Institución Educativa Jorge Chávez Dartnell - 2020.

- **Criterios de exclusión.**

- Se excluyó a los estudiantes que no estuvieron durante el proceso de evaluación.
- Se excluyó a los estudiantes que no aceptaron el asentimiento informado.

4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

4.6.1. Estrategias o mecanismos para evitar el contagio del COVID19:

La estrategia que se empleó como protocolo de seguridad con el fin de evitar cualquier riesgo de contagio fue realizar la evaluación de los instrumentos de manera virtual a través de una plataforma llamada Google formulario en donde se realizó la sistematización de los instrumentos utilizados; asimismo toda información y comunicación con los evaluados y la institución educativa fue mediante el correo institucional y la plataforma brindada para la institución, con el fin de garantizar un proceso transparente en el desarrollo de la investigación.

4.6.2. Técnica:

Una técnica representa los medios auxiliares con los que cuentan los investigadores para poder emprender una investigación con un determinado fin. (Palella y Martins, 2006). Para esta investigación se aplicó la técnica de la encuesta para evaluar a la ansiedad y al bienestar psicológico, la cual consistió en realizar preguntas ya establecidas a los sujetos de estudio, en este caso se emplearon pruebas que miden las variables ya establecidas.

4.6.3. Instrumentos:

Hernández et al (2016) indica que se trata de un instrumento de medición utilizado por el investigador para poder obtener la información sobre las variables consideradas. En la presente investigación para medir la variable ansiedad se consideró la aplicación de la prueba de escala de autoevaluación fue elaborado por William W. Zung, la prueba permite determinar los niveles de

ansiedad, dado que lo considera como un trastorno emocional, dando la posibilidad de expresarlo a un nivel cuantitativo. No considera el origen de la ansiedad y está dirigida a Adolescentes y adultos. Para la medición de la variable bienestar psicológico se empleó la escala de Bienestar psicológico, que está constituida por María Casullo y Alejandro Castro y cuenta con 4 dimensiones, control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí mismo.

- **Instrumento 1**

Tabla 01

Ficha técnica del instrumento para medir la variable Ansiedad

Nombre del instrumento	Self – Rating anxiety scale Escala de autoevaluación de la ansiedad (en español)
Autor	William W. Zung (1971)
Procedencia	Berlín
Adaptado por	Miriam Rosario Gonzales Villa (2018)
Ciudad	Mala - Cañete
Objetivo	Identificar niveles de ansiedad
Administración	Individual y colectiva
Tiempo	15 minutos
Aplicacion	Adolescentes

Nota. Miriam Rosario Gonzales Villa (2018)

En esta investigación se hizo uso de la prueba de autovaloración de Zung, el cual fue adaptado por Miriam Rosario Gonzales Villa en el año 2018 en la ciudad de Mala Cañete en donde realizó la adaptación en 26 adolescentes, siendo que la prueba consta de 6 ítems que pertenezcan a la dimensión subjetiva y 14 correspondan a la dimensión somática, por lo cual la máxima calificación será de 80 y la mínima será de 20 (Gonzales, 2018).

Para lo cual se realizó una prueba piloto con el fin de realizar la verificación de validez y confiabilidad respectiva, los cuales se describen a continuación: Cantidad de pruebas aplicadas para la prueba piloto

Tabla 02.

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	35	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	35	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento

Nota. Elaboración propia del autor.

○ Validez:

Hernández et al. (2016), refiere al grado en que un instrumento mide realmente la variable que pretende medir.

Teniendo en cuenta el instrumento escogido, hemos encontrado que se realizó un análisis de validez por medio de un juicio de expertos dentro de uno de nuestros antecedentes, el cual se evidencia a continuación:

Tabla 03.

Validez de contenido por juicio de expertos del instrumento VI: Ansiedad - Gonzales

Nº	Grado Académico	Nombres y apellidos del experto	Dictamen
1	Magister	Virginia A. Cerafin Urbano	Aplicable
2	Magister	Victor Espino Sedano	Aplicable
3	Doctor	Hernán Cordero Ayala	Aplicable

Nota. Tomado De (Gonzales, 2018)

Sin embargo, se ha realizado la misma prueba para confirmar su validez, siendo que los resultados son los siguientes:

Tabla 04.

Validez de contenido por juicio de expertos del instrumento: VI: Ansiedad

Nº	Grado Académico	Nombres y apellidos del experto	Dictamen
1	Magister	Annabella Llanos Villadoma	Aplicable
2	Magister	Miriam J. Doza Damian	Aplicable
3	Doctor	Moises Huamancaja Espinoza	Aplicable

Nota. Elaboración propia

○ Confiabilidad:

Hernández et al. (2016) menciona que la confiabilidad de un instrumento de medición abarca el nivel en el que su aplicación asidua ya sea al mismo individuo u objeto, produce resultados iguales.

Por ende, un instrumento es confiable si al ser aplicado en repetidos términos, los resultados de un mismo sujeto son iguales, por ello la confiabilidad mide el grado en que esto sucede.

El nivel de confiabilidad de la prueba de escala de autoevaluación de la ansiedad de W. Zung, es de 0,801 según el Alfa de Cronbach; por lo cual posee un alto nivel de confiabilidad. (Gonzales, 2018)

Así mismo, se realizó una prueba piloto con el fin de realizar la verificación de la confiabilidad respectiva, usando la prueba estadística de Alfa de Cronbach, obteniendo los siguientes resultados:

○ Confiabilidad para la variable Ansiedad

Tabla 05.
Estadísticas de fiabilidad de la variable ansiedad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,941	20

Nota. Elaboración propia

Según se aprecia en el cuadro anterior se puede visualizar, que el instrumento de la variable Ansiedad ha obtenido un índice de confiabilidad de 0.941 siendo este altamente confiable.

- **Instrumento 2**

Tabla 06.

Ficha técnica del instrumento para medir la variable Bienestar Psicológico

Nombre del instrumento	Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)
Autor	María Casullo (2000)
Estandarización	Cortez (2016)
Duración	Variable (promedio 10 minutos)
Objetivo	Evalúa bienestar Subjetivo
Administración	Individual y colectiva
Tipificación	Baremos para la forma individual o en grupo, elaborados con muestras de Lima Metropolitana.

Nota. Elaboración propia

En esta investigación se evaluó la variable bienestar psicológico haciendo uso de la escala de Bienestar psicológico, que está constituida por María Casullo y Alejandro Castro y cuenta con 4 dimensiones, control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí mismo. El instrumento se encuentra dividido en 13 ítems, bajo una escala ordinal (1=de acuerdo, 2= ni de acuerdo ni en desacuerdo y 3 = desacuerdo).

- Validez:

La escala de bienestar psicológico fue adaptada en el Perú por Cortes (2016) en base a la muestra de 1017 adolescentes de Trujillo. Del mismo modo según el análisis de la validez de constructo de la escala de bienestar psicológico señala las demostraciones como la estimación $\chi^2 = 181$, con valores de $gl = 61$, y su nivel de significancia $p = 0.01$, Obteniendo una $\chi^2/gl = 0.853$, mostrando que el modelo con cuatro dimensiones es el más adecuado, tal como lo plantea Cortez (2016), de la misma forma, los índices de ajuste comparativo CFI= 0.853; índice de Takert Lewis TLI= 0,805; el SRMR= 0.465 y RMSEA= 0.0633, ratifican el modelo propuesto de cuatro dimensiones. (Acurio, 2018).

Para esta investigación además de considerar estudios anteriores, se realizó la validez de contenido a través del juicio de expertos, siendo los resultados los siguientes:

Tabla 07.

Validez de contenido por juicio de expertos del instrumento: V2: Bienestar Psicológico

1	Magister	Annabella Llanos Villadoma	Aplicable
2	Magister	Miriam J. Doza Damian	Aplicable
3	Doctor	Moises Huamancaja Espinoza	Aplicable

Nota. Elaboración propia

○ **Confiabilidad:**

La confiabilidad total de la escala de bienestar psicológico fue admisible consiguiendo valores de 0.74. Estos valores descendían perceptiblemente si se consideraba cada una de las escalas por separado debido a que cada subescala estaba conformada por muy pocos elementos (alrededor de 0.50). Sin embargo, la escala cuenta con confiabilidad de estabilidad, logrando un nivel alto y significativo; 0.729. (Acurio, 2018)

Se realizó una prueba piloto con el fin de realizar la verificación de la confiabilidad respectiva, usando la prueba estadística de Alfa de Cronbach, obteniendo los siguientes resultados:

○ **Confiabilidad para la variable Bienestar Psicológico**

Tabla 08

Estadísticas de fiabilidad de la variable bienestar psicológico

Alfa de Cronbach	N de elementos
,895	13

Nota. Elaboración propia

Según se aprecia en el cuadro anterior se puede visualizar que el instrumento de Bienestar Psicológico ha obtenido un índice de confiabilidad de 0.895 siendo este altamente confiable.

4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para el procesamiento de los datos se realizó el proceso de tabulación de datos en base a la estadística descriptiva, para ello se desarrolló la base de datos con el Software MS Excel para luego pasar nuestra base al programa estadístico IBM SPSS v.25.0, con el cual se realizó el análisis descriptivo. Para obtener conclusiones sobre la relación entre nuestras hipótesis establecidas usamos la estadística inferencial mediante el estadístico Rho de Spearman, con el fin de contrastar la hipótesis; esto debido a que las variables son cualitativas ordinales (Espinoza, 2010). Su fórmula es la siguiente:

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2 - 1)}$$

r_s = Coeficiente de Correlación por rangos de Spearman

d = Diferencia entre los rangos (X menos Y)

n = Número de datos

4.8. Aspectos éticos de la investigación

Para desarrollar la presente investigación se consideró los procedimientos propios, al respetar los principios de ética para iniciar y concluir los procedimientos según el Reglamento General de Investigación de la Universidad Peruana Los Andes; en base al capítulo II Investigación formativa en estudiantes.

Respetando el artículo 27° Principios que rigen la actividad investigativa, por ende, la evaluación y todo el proceso será confidencial y respetará la privacidad de los participantes, especificando las que la información dada sólo será utilizada para los fines

del trabajo es por ello que se entregó un formato de consentimiento informado, así mismo, se explicará que los resultados les servirán como antecedentes para tomar mejores medidas respecto a su bienestar futuro, otro aspecto que resaltamos, es que debido al contexto actual nuestras evaluaciones serán virtuales, evitando el uso excesivo de materiales, lo que no evita que los participantes, la institución y nosotros perdamos el contacto que se necesita para responder a las dudas o inquietudes que surjan debido a la investigación, comprometiéndonos a que la información, los registros y los datos que se recabarán en el trabajo de investigación serán fidedignas, evitando el plagio o falsificación de datos.

En la misma línea, respetaremos el artículo 28° Normas de comportamiento ético de quienes investigan. Por ende, nuestra investigación se rige en base a las líneas de investigación institucionales, considerando la validez, fiabilidad y credibilidad de los métodos que emplearemos, las fuentes y datos, por ello asumimos en todo momento las consecuencias de nuestra investigación responsablemente, garantizando que en nuestro trabajo se respetará la confidencialidad de los participantes, la información, los registros y los datos que se recabarán en el trabajo de investigación serán fidedignas; y al término reportamos nuestros resultados a la comunidad científica y la institución participante si lo requiere, resaltando una vez más que nuestra investigación es sin fines de lucro con el único objetivo de ser un antecedente local para el beneficio de investigaciones futura; para ello cumpliremos con las normas institucionales que regulan la investigación y de ser el caso revelaremos las dificultades presentadas, así mismo evitaremos cometer faltas éticas, tal cual es el plagio, falsificación de datos, no citar fuentes bibliográficas, etc., desde la presentación del proyecto, hasta la sustentación de la Tesis. Por consiguiente, nos sometemos a las pruebas respectivas de validación del contenido del presente proyecto.

CAPITULO V

RESULTADOS

5.1 Descripción de la muestra

En esta parte se describirá la muestra según su género, edad y grado.

Descripción de la muestra según género

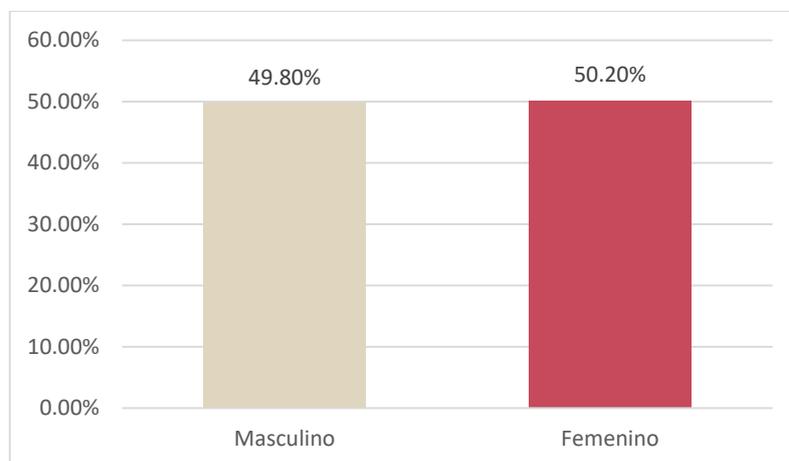
Tabla 09

Resultado de estudiantes de secundaria según género de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo

Género	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	159	49,8
Femenino	160	50,2
Total	319	100,0

Figura 2

Resultado de estudiantes de secundaria según género de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo



- Interpretación:

En la tabla y la figura se puede observar que, de un total de 319 estudiantes, un 49,8% (159 estudiantes) son del género masculino y el 50,2% restante (160 estudiantes) son del género

femenino. Esto indica que, ligeramente, hay más estudiantes femeninos que masculinos en la muestra.

Descripción de la muestra según edad

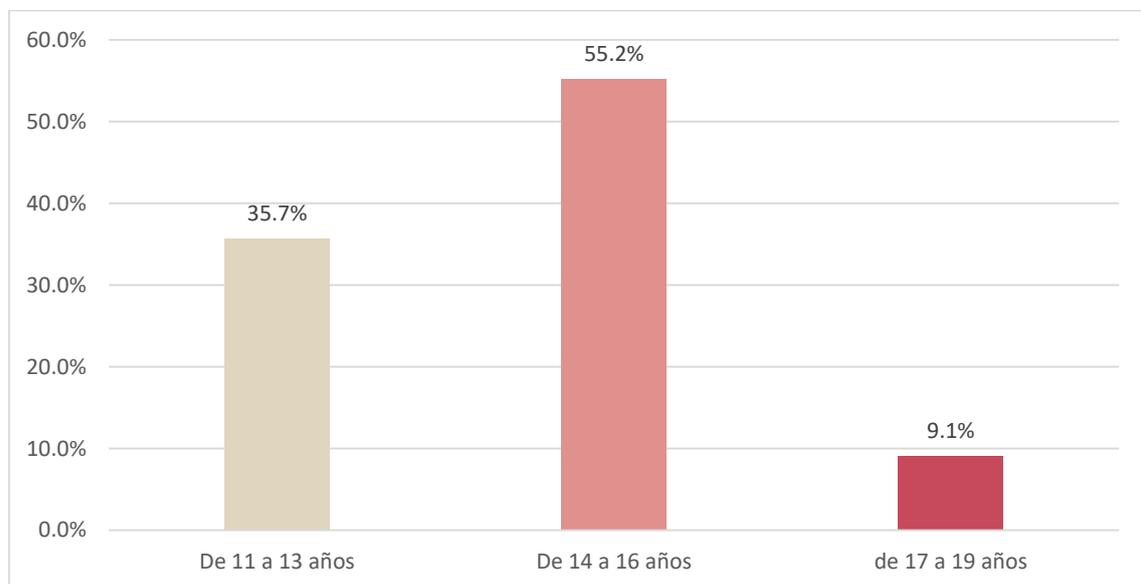
Tabla 10

Resultado de estudiantes de secundaria según edad de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo

Edad	Frecuencia	Porcentaje
De 11 a 13 años	114	35,7
De 14 a 16 años	176	55,2
De 17 a 19 años	29	9,1
Total	319	100,0

Figura 3

Resultado de estudiantes de secundaria según edad de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo



- Interpretación:

De los 319 estudiantes de la muestra, 114 (35,7%) tienen edades comprendidas entre los 11 y 13 años, 176 (55,2%) tienen edades comprendidas entre los 14 y 16 años, y 26 (9,1%)

tienen edades comprendidas entre los 17 y 19 años. Esto indica que la mayoría de los estudiantes tienen edades entre 14 y 16 años.

Descripción de la muestra según grado

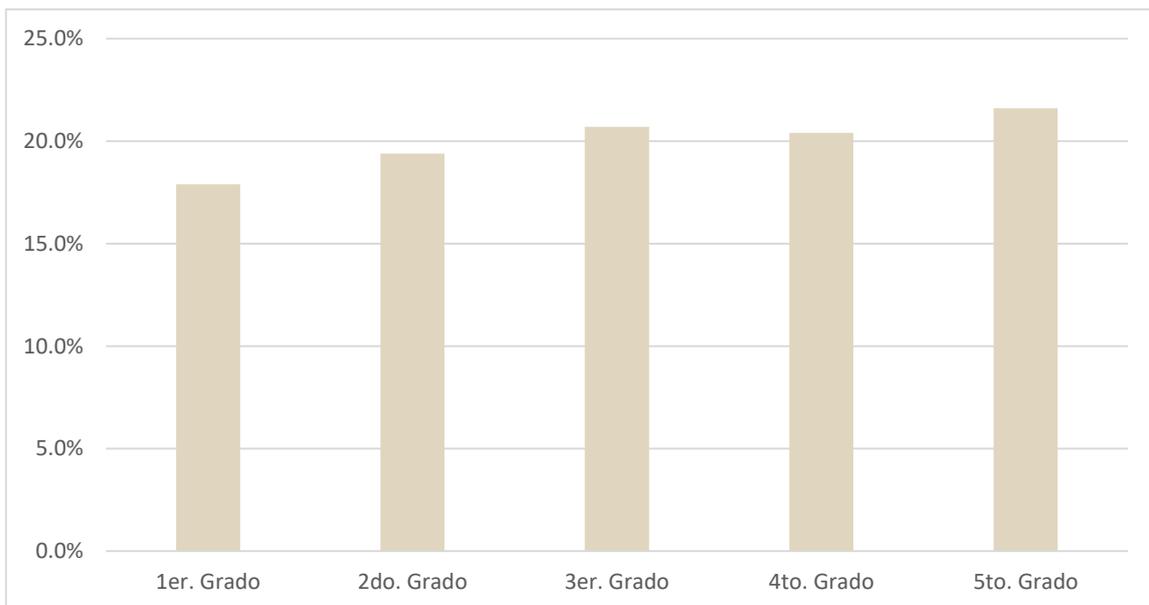
Tabla 11

Resultado de estudiantes de secundaria según grado de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo

Grado	Frecuencia	Porcentaje
1er. Grado	57	17,9
2do. Grado	62	19,4
3er. Grado	66	20,7
4to. Grado	65	20,4
5to. Grado	69	21,6
Total	319	100,0

Figura 4

Resultado de estudiantes de secundaria según grado de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo



- Interpretación:

De los 319 estudiantes de la muestra, el 17,9% (57 estudiantes) se encuentran estudiando en el primer grado, el 19,4% (64 estudiantes) en el segundo, el 20,7% (66

estudiantes) en el tercero, el 20,4% (65 estudiantes) en el cuarto, y el 21,6% restante (69 estudiantes) en el quinto grado.

Descripción de la muestra según los niveles de ansiedad

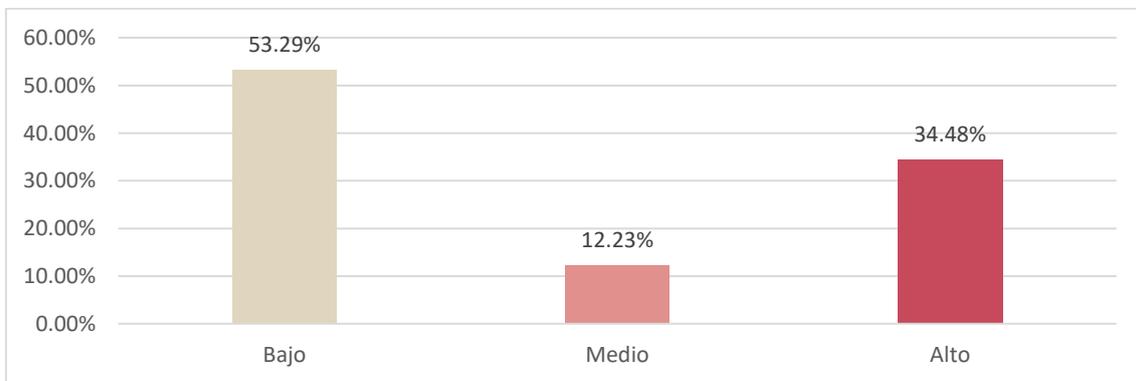
Tabla 12

Ansiedad en los alumnos de una institución educativa pública de Carhuamayo, 2020

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	170	53.29%
Medio	39	12.23%
Alto	110	34.48%
Total	95	100.00%

Figura 5

Ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Carhuamayo, 2020



La tabla muestra los resultados sobre los niveles probables de ansiedad de estudiantes de una institución educativa pública en Carhuamayo en el año 2020, teniendo en cuenta el tipo de evaluación (a distancia) y el contexto (pandemia) en el que se desarrolló la presente investigación. En total, se incluyeron 319 estudiantes en el estudio. Según los resultados, el 53,29% de los estudiantes tenían un nivel de ansiedad bajo, el 12,23% tenían un nivel medio y

el 34,48% tenían un nivel alto de ansiedad. Es importante considerar las posibles causas del nivel de ansiedad de los estudiantes y buscar formas de abordar y reducir el nivel de ansiedad para promover el bienestar psicológico y el éxito académico.

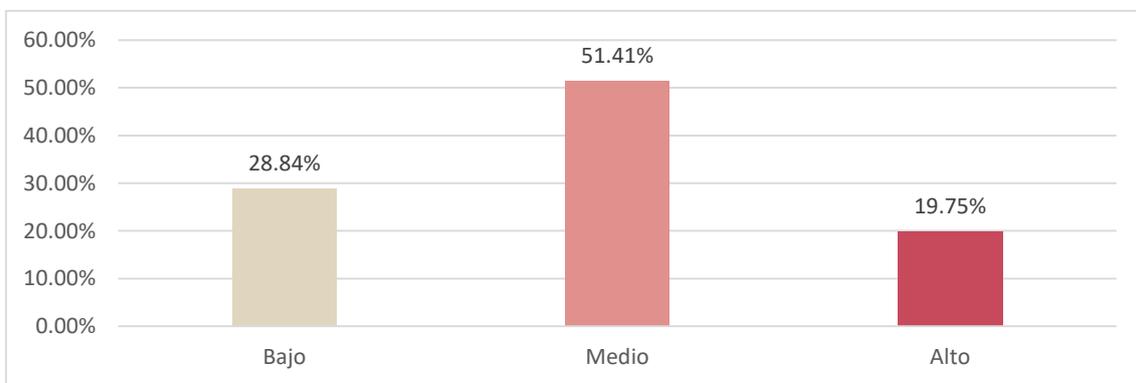
Tabla 13

Bienestar psicológico en los alumnos de una institución educativa pública de Carhuamayo, 2020

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	92	28.84%
Medio	164	51.41%
Alto	63	19.75%
Total	95	100.00%

Figura 6

Bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Carhuamayo, 2020



La tabla muestra los resultados sobre los posibles niveles de bienestar psicológico que los estudiantes de una institución educativa pública en Carhuamayo en el año 2020; teniendo en cuenta el tipo de evaluación (a distancia) y el contexto (pandemia) en el que se desarrolló la presente investigación. En total, se incluyeron 319 estudiantes en el estudio, según los resultados, el 28,84% de los estudiantes tenían un bajo nivel de bienestar psicológico, el

51,41% tenían un nivel medio y el 19,75% tenían un alto nivel de bienestar psicológico. Es importante llevar a cabo más investigaciones para comprender las posibles causas de estos resultados y para desarrollar estrategias efectivas para mejorar el bienestar psicológico de los estudiantes. Esto podría incluir programas de apoyo emocional y psicológico, así como iniciativas para mejorar el ambiente escolar y fomentar una cultura de bienestar en la institución.

5.2 Descripción de resultados

En este apartado se muestran las tablas de contingencia entre las variables Ansiedad y Bienestar psicológico. Finalmente, las tablas de la primera variable y las dimensiones de la segunda.

Tabla de contingencia entre la Ansiedad y el Bienestar psicológico

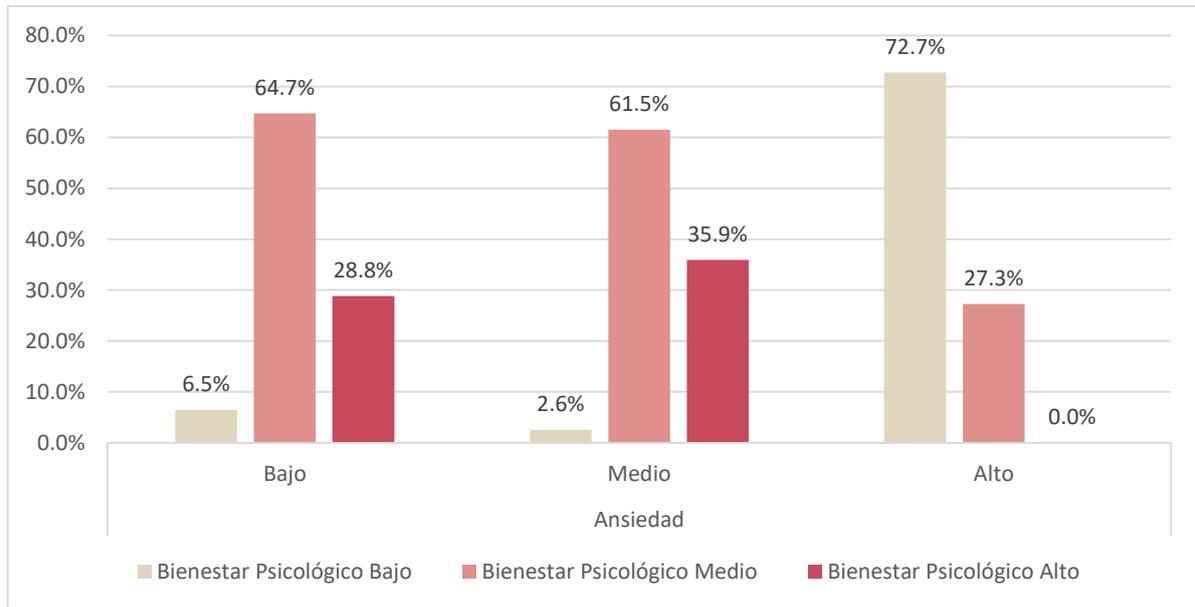
Tabla 14

Ansiedad y Bienestar psicológico de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo

		Bienestar psicológico			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Ansiedad	Bajo	Recuento	11	110	49	170
		%	6.5%	64.7%	28.8%	100.0%
	Medio	Recuento	1	24	14	39
		%	2.6%	61.5%	35.9%	100.0%
	Alto	Recuento	80	30	0	110
		%	72.7%	27.3%	0.0%	100.0%
Total	Recuento	92	164	63	319	
	%	28.8%	51.4%	19.7%	100.0%	

Figura 7

Ansiedad y Bienestar psicológico de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo



- Interpretación:

En esta tabla y esta figura se presentan los datos de un estudio sobre el bienestar psicológico y la ansiedad sobre los estudiantes. Los datos se han dividido en tres categorías de bienestar psicológico (bajo, medio y alto) y tres categorías de ansiedad (baja, media y alta).

En la fila "Ansiedad: Bajo", se puede leer que el 6.5% de las personas con un nivel bajo de ansiedad tienen un nivel bajo de bienestar psicológico, el 64.7% tienen un nivel medio de bienestar psicológico y el 28.8% tienen un nivel alto de bienestar psicológico. En la fila "Ansiedad: Medio", se puede leer que el 2.6% de las personas con un nivel medio de ansiedad tienen un nivel bajo de bienestar psicológico, el 61.5% tienen un nivel medio de bienestar psicológico y el 35.9% tienen un nivel alto de bienestar psicológico. En la fila "Ansiedad: Alto", se puede leer que el 72.7% de las personas con un nivel alto de ansiedad tienen un nivel bajo de bienestar psicológico, el 27.3% tienen un nivel medio de bienestar psicológico y el 0.0% tienen un nivel alto de bienestar psicológico.

En general, parece haber una relación entre el bienestar psicológico y la ansiedad, ya que los estudiantes con un bienestar psicológico alto tienen menos probabilidades de tener ansiedad alta y viceversa.

Tabla de contingencia entre la Ansiedad y el control de situaciones

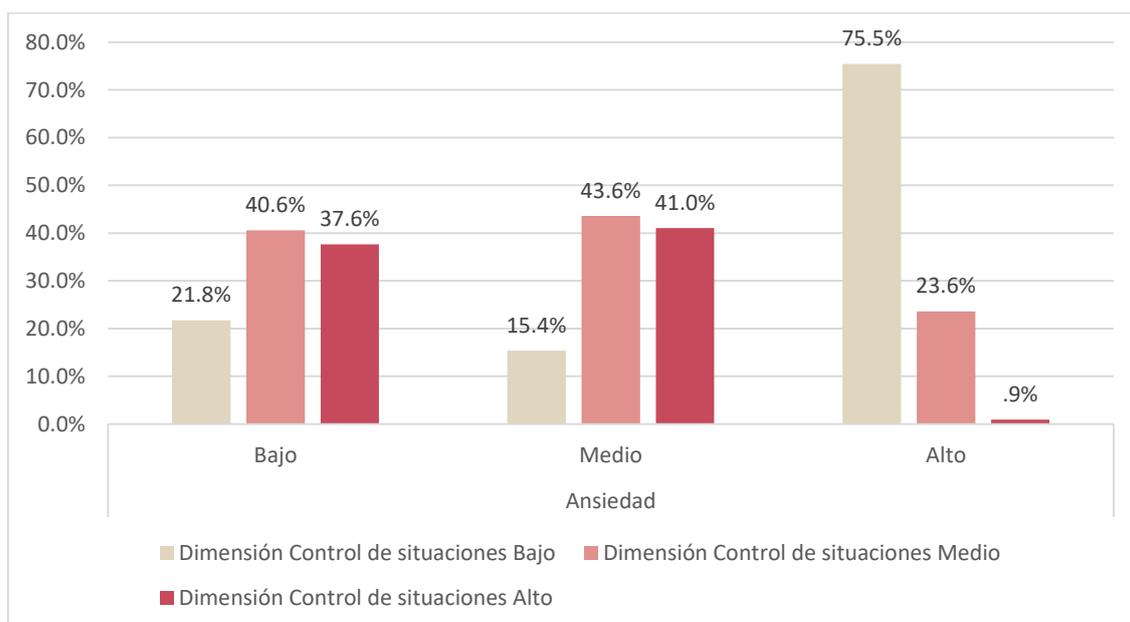
Tabla 15

Ansiedad y dimensión Control de situaciones de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo

		Dimensión Control de situaciones			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Ansiedad	Bajo	Recuento	37	69	64	170
		% dentro de Ansiedad	21.8%	40.6%	37.6%	100.0%
	Medio	Recuento	6	17	16	39
		% dentro de Ansiedad	15.4%	43.6%	41.0%	100.0%
	Alto	Recuento	83	26	1	110
		% dentro de Ansiedad	75.5%	23.6%	.9%	100.0%
Total	Recuento	126	112	81	319	
	% dentro de Ansiedad	39.5%	35.1%	25.4%	100.0%	

Figura 8

Ansiedad y dimensión Control de situaciones de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo



- Interpretación:

En esta tabla y esta figura se presentan los datos de un estudio sobre la ansiedad y el control de situaciones de los estudiantes. Los datos se han dividido en tres secciones: nivel de ansiedad (bajo, medio, alto) y control de situaciones (bajo, medio, alto). Los individuos con ansiedad baja tienden a tener mayores niveles de control de situaciones, mientras que aquellos con ansiedad alta tienden a tener niveles más bajos de control.

En la fila "Ansiedad: Bajo", se puede leer que el 21.8% de las personas con un nivel bajo de ansiedad tienen un nivel bajo de control de situaciones, el 40.6% tienen un nivel medio de control de situaciones y el 37.6% tienen un nivel alto de control de situaciones. En la fila "Ansiedad: Medio", se puede leer que el 15.4% de las personas con un nivel medio de ansiedad tienen un nivel bajo de control de situaciones, el 43.6% tienen un nivel medio de control de situaciones y el 41.0% tienen un nivel alto de control de situaciones. En la fila "Ansiedad: Alto", se puede leer que el 75.5% de las personas con un nivel alto de ansiedad tienen un nivel bajo de control de situaciones, el 23.6% tienen un nivel medio de control de situaciones y el 0.9% tienen un nivel alto de control de situaciones.

En general, esta tabla cruzada muestra que hay una mayor proporción de personas con niveles bajos o medios de ansiedad y niveles medios o altos de control de situaciones, y una menor proporción de personas con niveles altos de ansiedad y niveles bajos o medios de control de situaciones. Esto podría sugerir que, en general, un mayor nivel de ansiedad está asociado a un menor nivel de control de situaciones, mientras que un menor nivel de ansiedad está asociado a un mayor nivel de control de situaciones.

Tabla de contingencia entre la Ansiedad y los vínculos psicosociales

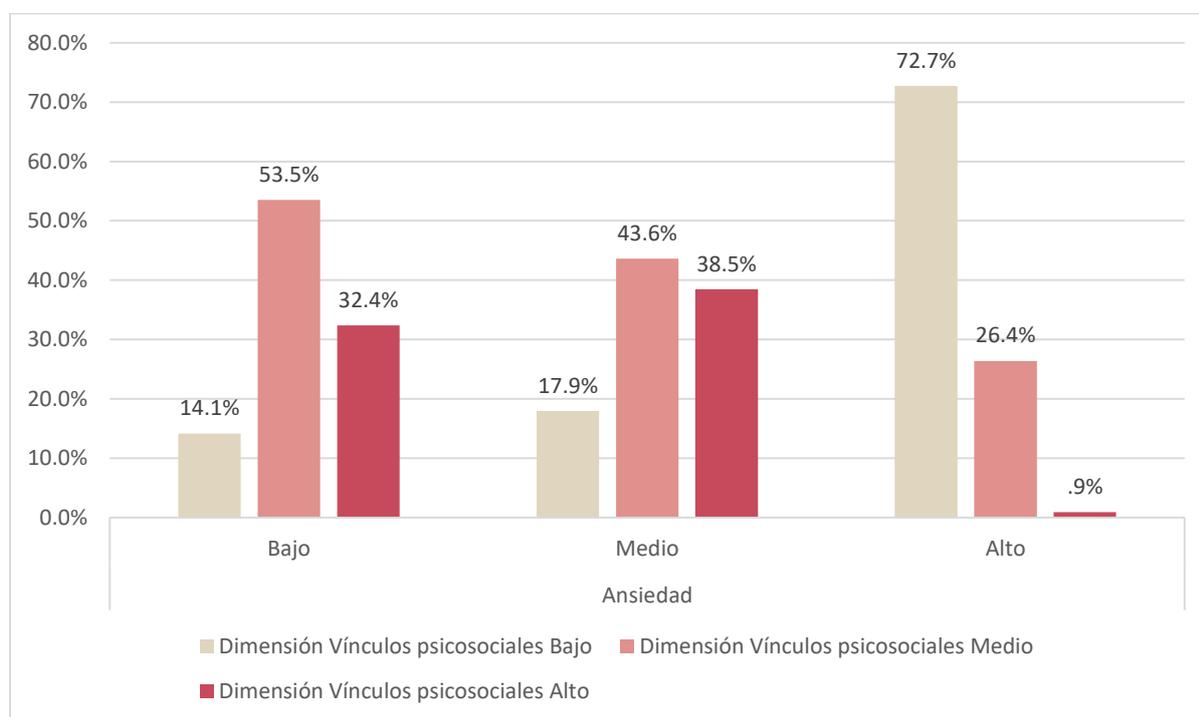
Tabla 16

Ansiedad y dimensión de Vínculos psicosociales de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo

		Dimensión Vínculos psicosociales			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Ansiedad	Bajo	Recuento	24	91	55	170
		% dentro de Ansiedad	14.1%	53.5%	32.4%	100.0%
	Medio	Recuento	7	17	15	39
		% dentro de Ansiedad	17.9%	43.6%	38.5%	100.0%
	Alto	Recuento	80	29	1	110
		% dentro de Ansiedad	72.7%	26.4%	.9%	100.0%
Total	Recuento	111	137	71	319	
	% dentro de Ansiedad	34.8%	42.9%	22.3%	100.0%	

Figura 9

Ansiedad y dimensión de Vínculos psicosociales de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo



- Interpretación:

En esta tabla y figura se presentan los datos de un estudio sobre los vínculos psicosociales y la ansiedad. La tabla está dividida en tres categorías para cada dimensión: bajo, medio y alto.

En la fila "Ansiedad: Bajo", se puede leer que el 14.1% de las personas con un nivel bajo de ansiedad tienen un nivel bajo de vínculos psicosociales, el 53.5% tienen un nivel medio de vínculos psicosociales y el 32.4% tienen un nivel alto de vínculos psicosociales. En la fila "Ansiedad: Medio", se puede leer que el 17.9% de las personas con un nivel medio de ansiedad tienen un nivel bajo de vínculos psicosociales, el 43.6% tienen un nivel medio de vínculos psicosociales y el 38.5% tienen un nivel alto de vínculos psicosociales. En la fila "Ansiedad: Alto", se puede leer que el 72.7% de las personas con un nivel alto de ansiedad tienen un nivel bajo de vínculos psicosociales, el 26.4% tienen un nivel medio de vínculos psicosociales y el 0.9% tienen un nivel alto de vínculos psicosociales.

En general, esta tabla cruzada muestra que hay una mayor proporción de personas con niveles bajos o medios de ansiedad y niveles medios o altos de vínculos psicosociales, y una menor proporción de personas con niveles altos de ansiedad y niveles bajos o medios de vínculos psicosociales. Esto podría sugerir que, en general, un mayor nivel de ansiedad está asociado a un menor nivel de vínculos psicosociales, mientras que un menor nivel de ansiedad está asociado a un mayor nivel de vínculos psicosociales.

Tabla de contingencia entre la Ansiedad y proyectos

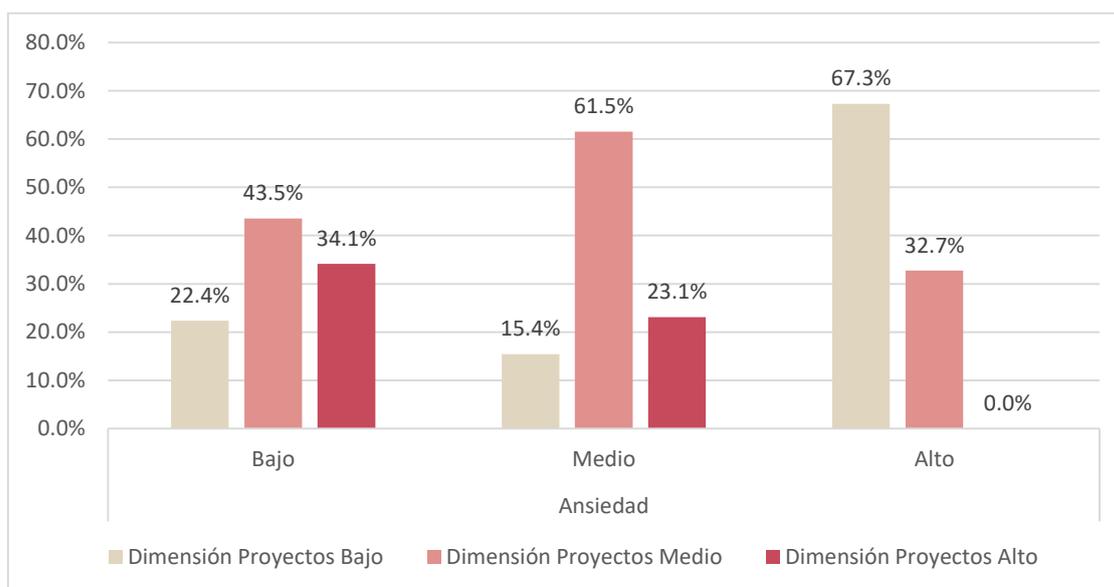
Tabla 17

Ansiedad y dimensión Proyectos de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo

		Dimensión Proyectos			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Ansiedad	Bajo	Recuento	38	74	58	170
		% dentro de Ansiedad	22.4%	43.5%	34.1%	100.0%
	Medio	Recuento	6	24	9	39
		% dentro de Ansiedad	15.4%	61.5%	23.1%	100.0%
	Alto	Recuento	74	36	0	110
		% dentro de Ansiedad	67.3%	32.7%	0.0%	100.0%
Total		Recuento	118	134	67	319
		% dentro de Ansiedad	37.0%	42.0%	21.0%	100.0%

Figura 10

Ansiedad y dimensión Proyectos de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo



- Interpretación:

En esta tabla y figura se presentan los datos de un estudio sobre los proyectos y la ansiedad. La tabla está dividida en tres categorías para cada dimensión: bajo, medio y alto. En

cada celda se muestra el número de estudiantes que caen en esa categoría y el porcentaje de ese número en relación con el total de estudiantes en la tabla.

En la fila "Ansiedad: Bajo", se puede leer que el 22.4% de las personas con un nivel bajo de ansiedad tienen un nivel bajo de proyectos, el 43.5% tienen un nivel medio de proyectos y el 34.1% tienen un nivel alto de proyectos. En la fila "Ansiedad: Medio", se puede leer que el 15.4% de las personas con un nivel medio de ansiedad tienen un nivel bajo de proyectos, el 61.5% tienen un nivel medio de proyectos y el 23.1% tienen un nivel alto de proyectos. En la fila "Ansiedad: Alto", se puede leer que el 67.3% de las personas con un nivel alto de ansiedad tienen un nivel bajo de proyectos, el 32.7% tienen un nivel medio de proyectos y el 0.0% tienen un nivel alto de proyectos.

En general, esta tabla cruzada muestra que hay una mayor proporción de personas con niveles bajos o medios de ansiedad y niveles medios o altos de proyectos, y una menor proporción de personas con niveles altos de ansiedad y niveles bajos o medios de proyectos. Esto podría sugerir que, en general, un mayor nivel de ansiedad está asociado a un menor nivel de proyectos, mientras que un menor nivel de ansiedad está asociado a un mayor nivel de proyectos.

Tabla de contingencia entre la Ansiedad y la aceptación de sí mismo

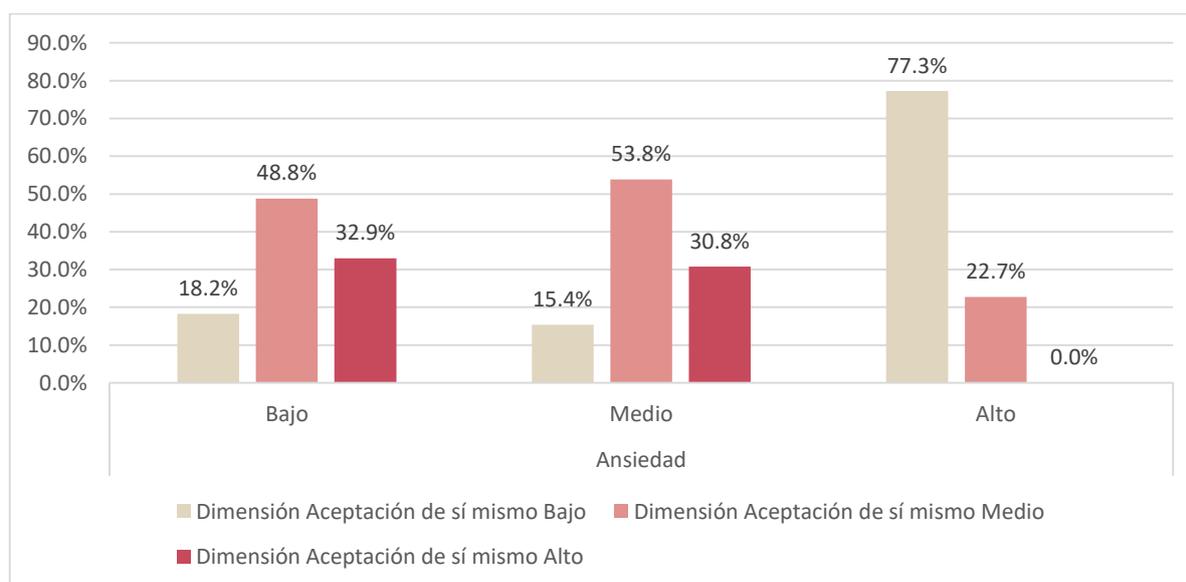
Tabla 18

Ansiedad y Dimensión de aceptación de sí mismo de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo

		Dimensión Aceptación de sí mismo			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Ansiedad	Bajo	Recuento	31	83	56	170
		% dentro de Ansiedad	18.2%	48.8%	32.9%	100.0%
	Medio	Recuento	6	21	12	39
		% dentro de Ansiedad	15.4%	53.8%	30.8%	100.0%
	Alto	Recuento	85	25	0	110
		% dentro de Ansiedad	77.3%	22.7%	0.0%	100.0%
Total	Recuento	122	129	68	319	
	% dentro de Ansiedad	38.2%	40.4%	21.3%	100.0%	

Figura 11

Ansiedad y Dimensión de aceptación de sí mismo de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo



- Interpretación:

En esta tabla se presentan los datos de un estudio sobre la aceptación de sí mismo y la ansiedad. La tabla está dividida en tres categorías para cada dimensión: bajo, medio y alto. En

cada celda se muestra el número de estudiantes que caen en esa categoría y el porcentaje de ese número en relación con el total de estudiantes en la tabla.

En la fila "Ansiedad: Bajo", se puede leer que el 18.2% de las personas con un nivel bajo de ansiedad tienen un nivel bajo de aceptación de sí mismo, el 48.8% tienen un nivel medio de aceptación de sí mismo y el 32.9% tienen un nivel alto de aceptación de sí mismo. En la fila "Ansiedad: Medio", se puede leer que el 15.4% de las personas con un nivel medio de ansiedad tienen un nivel bajo de aceptación de sí mismo, el 53.8% tienen un nivel medio de aceptación de sí mismo y el 30.8% tienen un nivel alto de aceptación de sí mismo. En la fila "Ansiedad: Alto", se puede leer que el 77.3% de las personas con un nivel alto de ansiedad tienen un nivel bajo de aceptación de sí mismo, el 22.7% tienen un nivel medio de aceptación de sí mismo y el 0.0% tienen un nivel alto de aceptación de sí mismo.

En general, esta tabla cruzada muestra que hay una mayor proporción de personas con niveles bajos o medios de ansiedad y niveles medios o altos de aceptación de sí mismo, y una menor proporción de personas con niveles altos de ansiedad y niveles bajos o medios de aceptación de sí mismo. Esto podría sugerir que, en general, un mayor nivel de ansiedad está asociado a un menor nivel de aceptación de sí mismo, mientras que un menor nivel de ansiedad está asociado a un mayor nivel de aceptación de sí mismo.

5.3 Contrastación de la hipótesis

Para realizar la prueba de hipótesis, se inicia con la prueba de normalidad de los datos en cada variable:

Ho. Los resultados de las variables ansiedad y bienestar psicológico arrojan que son normales

Ha. Los resultados de las variables ansiedad y bienestar psicológico arrojan que no son normales

Aplicando la prueba de normalidad se tiene

Tabla 19
Prueba de normalidad

		Ansiedad	Bienestar psicológico	Dimensión Control de situaciones	Dimensión Vínculos psicosociales	Dimensión Proyectos	Dimensión Aceptación de sí mismo
N		319	319	319	319	319	319
Parámetros normales ^{a,b}	Media	1,81	1,91	1,86	1,87	1,84	1,83
	Desviación típica	,919	,692	,794	,746	,746	,754
Diferencias más extremas	Absoluta	,344	,264	,255	,227	,240	,247
	Positiva	,344	,250	,255	,227	,240	,247
	Negativa	-,247	-,264	-,178	-,219	-,215	-,206
Z de Kolmogorov-Smirnov		6,150	4,712	4,558	4,062	4,286	4,414
Sig. asintót. (bilateral)		,000	,000	,000	,000	,000	,000
a. La distribución de contraste es la Normal.							
b. Se han calculado a partir de los datos.							

Los resultados de la prueba de Kolmogorov-Smirnov indican un p valor de 0,000, lo que significa que $0,000 < 0,05$. Esto nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa. Esto nos indica que los resultados no siguen una distribución normal y, por lo tanto, debemos utilizar una prueba no paramétrica, como la prueba de rho de Spearman, para analizar los datos.

Hipótesis General

Para la contrastación de hipótesis se tuvo en consideración los siguientes pasos para la hipótesis general y específica tabla de correlación para ubicar los resultados de Rho de Spearman.

Luego los siguientes procedimientos:

- a) Nivel de significancia: 0.05 ó el 5% de margen de error.
- b) Estadígrafo de prueba Rho de Spearman por tener variables cualitativas y escala de medición ordinal.
- c) Criterio de decisión.

Se acepta la hipótesis nula H_0 y se rechaza la hipótesis alterna H_a , si se cumple que p valor es mayor que 0.05 ($p > 0,05$).

Se llega a aceptar la hipótesis alterna H_a y se rechaza la hipótesis nula H_0 , si se cumple que p valor es menor que 0.05 ($p \leq 0,05$).

H_0 : No existe relación inversa entre la ansiedad con el bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

H_1 : Si existe relación inversa entre la ansiedad con el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

Tabla 20
Contrastación de hipótesis con cada variable

			Ansiedad	Bienestar psicológico
Rho de Spearman	Ansiedad	Coefficiente de correlación	1,000	-,603**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	319	319
	Bienestar psicológico	Coefficiente de correlación	-,603**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	319	319

Ubicando en la tabla de correlación se observa que Rho de Spearman es -0,603, lo que está en una correlación moderada, por lo tanto, si existe una relación inversa moderada entre la ansiedad con el bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

Decisión estadística.

Al realizar la comparación entre el valor de p (0,000) y el nivel de alfa (0,05), se observa que el valor de p es menor que el nivel de alfa. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística.

En conclusión, se ha determinado que existe una relación inversa moderada entre la ansiedad y el bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Carhuamayo en el año 2020. Esto indica que cuanto menor es la ansiedad de un estudiante, mayor es su bienestar psicológico.

Hipótesis Específica 1

H0: No existe relación inversa entre la ansiedad y la dimensión control de situaciones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

H1: Si existe relación inversa entre la ansiedad y la dimensión control de situaciones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020

Tabla 21
Contrastación de hipótesis específica 1

			Ansiedad	Dimensión Control de situaciones
Rho de Spearman	Ansiedad	Coefficiente de correlación	1,000	-,496**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	319	319
	Dimensión Control de situaciones	Coefficiente de correlación	-,496**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	319	319

Ubicando en la tabla de correlación se observa que Rho de Spearman es -0,496, lo que está en una correlación moderada, por lo tanto, si existe una relación inversa moderada entre la ansiedad con la dimensión control de situaciones en los estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

Decisión estadística.

Al realizar la comparación entre el valor de p (0,000) y el nivel de alfa (0,05), se observa que el valor de p es menor que el nivel de alfa. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística.

En conclusión, se ha determinado que existe una relación inversa moderada entre la ansiedad y la dimensión control de situaciones en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Carhuamayo en el año 2020. Esto indica que cuanto menor es la ansiedad de un estudiante, mayor es su control de situaciones

Hipótesis Específica 2

H0: No existe relación inversa entre la ansiedad y la dimensión vínculos psicosociales del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

H1: Si existe relación inversa entre la ansiedad y la dimensión vínculos psicosociales del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

Tabla 22
Contrastación de hipótesis específica 2

		Ansiedad	Dimensión Vínculos psicosociales
Rho de Spearman	Ansiedad	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	319
	Dimensión Vínculos psicosociales	Coefficiente de correlación	-,535**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	319

Ubicando en la tabla de correlación se observa que Rho de Spearman es -0,535, lo que está en una correlación moderada, por lo tanto, si existe una relación inversa moderada entre la ansiedad con la dimensión vínculos psicosociales en los estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

Decisión estadística.

Al realizar la comparación entre el valor de p (0,000) y el nivel de alfa (0,05), se observa que el valor de p es menor que el nivel de alfa. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística.

En conclusión, se ha determinado que existe una relación inversa moderada entre la ansiedad y la dimensión vínculos psicosociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Carhuamayo en el año 2020. Esto indica que cuanto menor es la ansiedad de un estudiante, mayores son sus vínculos psicosociales.

Hipótesis Específica 3

H0: No existe relación inversa entre la ansiedad y la dimensión proyectos del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

H1: Si existe relación inversa entre la ansiedad y la dimensión proyectos del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

Tabla 23
Contrastación de hipótesis específica 3

			Ansiedad	Dimensión Proyectos
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	1,000	-,464**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	319	319
	Dimensión Proyectos	Coeficiente de correlación	-,464**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	319	319

Ubicando en la tabla de correlación se observa que Rho de Spearman es -0,464, lo que está en una correlación moderada, por lo tanto, si existe una relación inversa moderada entre la ansiedad con la dimensión proyectos en los estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

Decisión estadística.

Al realizar la comparación entre el valor de p (0,000) y el nivel de alfa (0,05), se observa que el valor de p es menor que el nivel de alfa. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística.

En conclusión, se ha determinado que existe una relación inversa moderada entre la ansiedad y la dimensión proyectos en los estudiantes de secundaria de una institución educativa

pública en Carhuamayo en el año 2020. Esto indica que cuanto menor es la ansiedad de un estudiante, mayores son sus proyectos.

Hipótesis Específica 4

H0: No existe relación inversa entre la ansiedad y la dimensión aceptación de sí mismo del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

H1: No existe relación inversa entre la ansiedad y la dimensión aceptación de sí mismo del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

Tabla 24
Contrastación de hipótesis específica 4

			Ansiedad	Dimensión Aceptación de sí mismo
Rho de Spearman	Ansiedad	Coefficiente de correlación	1,000	-,540**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	319	319
	Dimensión Aceptación de sí mismo	Coefficiente de correlación	-,540**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	319	319

Ubicando en la tabla de correlación se observa que Rho de Spearman es -0,540, lo que está en una correlación moderada, por lo tanto, si existe una relación inversa moderada entre la ansiedad con la dimensión aceptación de sí mismo en los estudiantes de secundaria de una I. E. Pública, de Carhuamayo, 2020.

Decisión estadística.

Al realizar la comparación entre el valor de p (0,000) y el nivel de alfa (0,05), se observa que el valor de p es menor que el nivel de alfa. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística.

En conclusión, se ha determinado que existe una relación inversa moderada entre la ansiedad y la dimensión aceptación de sí mismo en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Carhuamayo en el año 2020. Esto indica que cuanto menor es la ansiedad de un estudiante, mayor es su aceptación de sí mismo.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La investigación determinó que es probable que exista una relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Carhuamayo en el año 2020. Para ello debemos de tener en cuenta el tipo de evaluación (a distancia) y el contexto (pandemia) en el que se desarrolló la presente investigación. Otro aspecto a destacar es que se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman (ρ) para medir la relación entre la ansiedad y cada una de las dimensiones del bienestar psicológico. Siendo que, los resultados mostraron que existe una correlación negativa significativa entre la ansiedad y el bienestar psicológico, con un valor de ρ de -0,603. Además, se encontró una correlación negativa significativa entre la ansiedad y cada una de las dimensiones del bienestar psicológico, con valores de ρ de -0,496, -0,536, -0,464 y -0,540, respectivamente.

Respecto al objetivo general, se logró determinar la relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020. La mayoría de la muestra obtuvo un porcentaje de (64.7%) respecto a la variable de bienestar psicológico medio y una ansiedad baja. Además, un 28.8% de la muestra tiene un

bienestar psicológico bajo y una ansiedad baja. Por otro lado, el 72.7% de los estudiantes con un nivel alto de ansiedad tienen un nivel bajo de bienestar psicológico, el 27.3% tienen un nivel medio de bienestar psicológico y el 0.0% tienen un nivel alto de bienestar psicológico. Los resultados indican que existe una correlación moderada e inversa entre el bienestar psicológico y los niveles de ansiedad en esta muestra ($Rho = -0,603$), similar a lo encontrado por Álvarez (2013) en su investigación con adolescentes. Sin embargo, mientras que Álvarez (2013) evaluó tanto la ansiedad rasgo como el estado, el presente estudio solo evaluó la ansiedad en términos de estado. Esta diferencia en los resultados podría deberse a la diferencia en la muestra y en el enfoque de la investigación. Además, es importante mencionar que los resultados del presente estudio también deben ser interpretados teniendo en cuenta la validez y fiabilidad de la Escala BIEPS-J utilizada para evaluar el bienestar psicológico. Los resultados ansiedad alta. Los resultados indican que existe una correlación moderada e inversa entre el bienestar psicológico y los niveles de ansiedad en esta muestra ($Rho = -0,603$), de García et al. (2020) y Faberio (2019) sugieren que la Escala BIEPS-J es válida de constructo y tiene una consistencia interna adecuada, pero también encontraron algunas deficiencias en la validez convergente y discriminante interna y una baja fiabilidad en las dimensiones. Esto es importante tenerlo en cuenta al interpretar los resultados del presente estudio y considerar la posible influencia de estas limitaciones en la precisión de las medidas. También, según las definiciones de Zeidner y Endler (1996) sobre la ansiedad y Robertson (2018) sobre el bienestar psicológico; altos niveles de ansiedad pueden afectar negativamente el bienestar psicológico de una persona, mientras que un bienestar psicológico positivo puede ayudar a reducir los niveles de ansiedad. Además, ciertas estrategias de afrontamiento de la ansiedad, como la meditación o la terapia cognitivo-conductual, pueden contribuir tanto al manejo de la ansiedad como al aumento del bienestar psicológico.

Respecto al objetivo específico 1, se logró identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión control de situaciones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020. Asimismo, se observa que el valor de Rho de Spearman es $-0,496$ entre la variable y dimensión, lo que indica una relación inversa y moderada. Algunos estudios sugieren una relación positiva entre el bienestar psicológico y la motivación académica en adolescentes (Scariot, 2019), mientras que otros encuentran diferencias en el bienestar psicológico de escolares en escuelas privadas y públicas (Chale, 2019). Respecto a esta dimensión según la definición de Casullo y Castro (2000), el control de situaciones puede ser una herramienta útil para reducir los niveles de ansiedad. Cuando una persona tiene un buen control de situaciones, es decir, cuando es capaz de usar de manera adecuada sus habilidades e intereses para adaptarse al entorno y satisfacer sus necesidades, es menos probable que se sienta amenazada o estresada. Por lo tanto, el control de situaciones puede ser una forma efectiva de manejar la ansiedad y promover el bienestar psicológico.

Respecto al objetivo específico 2, se logró identificar la relación la ansiedad y la dimensión vínculos psicosociales del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020. Asimismo, se observa que el valor de Rho de Spearman es $-0,536$ entre la variable y dimensión, lo que indica una relación inversa y moderada. Además, la ansiedad es un tema ampliamente estudiado en el ámbito de la salud mental infantil y adolescente. Muchos estudios han encontrado una relación inversa entre la ansiedad y la motivación en los estudiantes, como el de Gamarra (2021) durante la pandemia de COVID-19. Otros estudios, como el de Valderrama (2016), han encontrado diferencias en la prevalencia de síntomas de trastornos de ansiedad entre hombres y mujeres y también una correlación entre la ansiedad y distintos trastornos específicos. Colán (2020) también encontró una correlación directa entre la ansiedad y la agresividad en adolescentes de dos instituciones educativas en

Lima, Perú. Además, algunos estudios, como el de Zambrano (2018), han encontrado que el nivel de ansiedad entre los estudiantes es generalmente marcado o severo, mientras que otros, como el de Idrogo (2015), han encontrado que no hay una diferencia significativa en el nivel de ansiedad entre estudiantes de instituciones públicas y privadas. En resumen, la ansiedad parece ser un problema común en la población infantil y adolescente y puede estar relacionada con diferentes factores, como el trastorno de ansiedad específico, la motivación, la agresividad y la depresión. Respecto a esta dimensión según la definición de Casullo y Castro (2000), es importante tener en cuenta que los vínculos psicosociales pueden ser una herramienta útil para reducir los niveles de ansiedad. Cuando una persona tiene buenos vínculos psicosociales, es decir, cuando es capaz de establecer relaciones sociales de manera asertiva y empática, es más probable que se sienta apoyada y comprendida. Esto puede contribuir a una sensación de bienestar emocional y social, y a la vez, a una reducción de la ansiedad.

Respecto al objetivo específico 3, se logró identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión proyectos del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020. Asimismo, se observa que el valor de Rho de Spearman es -0,464 entre la variable y dimensión, lo que indica una relación inversa y moderada. Algunos estudios, como el de Aquino (2018) y el de Solano (2019), han encontrado una relación positiva entre la ansiedad y la depresión en adolescentes y niños. Respecto a esta dimensión según la definición de Casullo y Castro (2000), los proyectos de vida también pueden tener un impacto en la ansiedad de una persona. Al tener metas y objetivos a largo plazo y trabajar hacia ellos, una persona puede sentirse más en control de su vida y tener una mayor sensación de propósito y significado. Esto puede ayudar a reducir la ansiedad y a mejorar la calidad de vida en general.

Respecto al objetivo específico 4, se logró identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión aceptación de sí mismo del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de

una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020. Asimismo, se observa que el valor de Rho de Spearman es $-0,540$ entre la variable y dimensión, lo que indica una relación inversa y moderada. Además, la investigación de García (2017) señala la importancia de promover el bienestar psicológico en la secundaria a través de factores de protección personales y de mejora del bienestar psicológico. Por otro lado, Morales (2017) encuentra que la ansiedad y la agresividad pueden presentarse indistintamente en adolescentes de cierta edad en un determinado contexto geográfico, pero que la agresividad es más frecuente en adolescentes de 16 a 17 años. Respecto a esta dimensión según la definición de Casullo y Castro (2000), la aceptación de sí mismo también puede tener un impacto en la ansiedad de una persona. Al aceptarse a sí mismo de manera más completa y compasiva, una persona puede sentirse más en paz consigo misma y menos ansiosa. La aceptación de sí mismo también puede ayudar a una persona a ser más flexible y adaptable ante los desafíos y cambios de la vida, lo que puede reducir la ansiedad.

El presente estudio tuvo algunas limitaciones, como la imposibilidad de llevar a cabo las pruebas de manera presencial debido a la pandemia de COVID-19, lo que nos obligó a realizar las pruebas de manera virtual; esto pudo haber afectado la forma en que se recogieron los datos y pudo haber impedido que los estudiantes se sintieran completamente cómodos y dispuestos a participar. Además, la falta de acceso a Internet en la zona estudiada nos obligó a acceder a la red solo durante las horas de clase en las que se disponía de conectividad WiFi. A pesar de estas limitaciones, logramos completar el estudio. Los hallazgos revelaron que la población estudiantil presentaba indicadores de ansiedad y bienestar psicológico medios en su mayoría. Esto nos brinda una oportunidad para realizar nuevas investigaciones para determinar las posibles causas de estos niveles y contribuir así al desarrollo integral de la zona estudiada.

CONCLUSIONES

1. Consideramos que el tipo de evaluación a distancia debido a la pandemia evitó que las explicaciones para cada una de las escalas de evaluación, no fuesen directas ni personales con los estudiantes; así mismo, el hecho de que las pruebas fuesen entregadas de manera virtual evitó una supervisión adecuada del momento de evaluación; siendo un aspecto que pudo interferir con los resultados encontrados.
2. En relación al objetivo general, se determinó que, si existe una relación inversa moderada entre la ansiedad con el bienestar psicológico, en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020. Esto al aplicar el estadístico Rho de Spearman, donde se obtuvo un coeficiente de $-0,603$, lo que está en una correlación inversa moderada, por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna (H_a) y se rechaza la hipótesis nula (H_0); esto implica que a menor ansiedad es porque hay un mayor bienestar psicológico.
3. Respecto al primer objetivo específico, donde se buscó identificar si existe relación entre la ansiedad y la dimensión control de situaciones del bienestar psicológico. Al aplicar los instrumentos de evaluación a 319 estudiantes, se observa que el Rho de Spearman es $-0,496$, lo que está en una correlación inversa moderada, por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna (H_a) y se rechaza la hipótesis nula (H_0); siendo entonces que si existe una relación inversa moderada entre la ansiedad y la dimensión control de situaciones del bienestar psicológico.
4. Respecto al segundo objetivo específico, donde se buscó identificar la relación la ansiedad y la dimensión vinculos psicosociales del bienestar psicológico. Al aplicar los instrumentos de evaluación, se observa que el Rho de Spearman es $-0,535$, lo que está en una correlación moderada, por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna (H_a) y se

rechaza la hipótesis nula (H_0); entonces se concluye que, si existe relación inversa moderada entre la ansiedad y la dimensión vínculos psicosociales del bienestar psicológico.

5. Respecto al tercer objetivo específico, donde se buscó identificar la relación de la ansiedad y la dimensión proyectos del bienestar psicológico. Al aplicar los instrumentos de evaluación, se observa que el Rho de Spearman es $-0,464$, lo que está en una correlación moderada, por tanto, se acepta la hipótesis alterna (H_a) y se rechaza la hipótesis nula (H_0); entonces se concluye que si existe correlación inversa moderada entre la ansiedad y la dimensión proyectos del bienestar psicológico.
6. Respecto al cuarto objetivo específico, donde se buscó identificar la relación de la ansiedad y la dimensión aceptación de sí mismo del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria. Al aplicar los instrumentos de evaluación, se observa que el Rho de Spearman es $-0,540$, lo que está en una correlación inversa moderada, por tanto, se acepta la hipótesis alterna (H_a) y se rechaza la hipótesis nula (H_0); entonces se concluye si existe relación inversa moderada entre la ansiedad y la dimensión aceptación de sí mismo del bienestar psicológico.

RECOMENDACIONES

1. Dirigido a los responsables de la institución educativa, se sugiere incluir y efectuar actividades en su plan académico, que involucren a la plana docente y APAFA para fortalecer el bienestar psicológico, y de la misma manera para lograr una mejor integración y crear un buen clima educativo.
2. Así mismo se recomienda capacitar a los docentes de la institución en el campo del conocimiento para que reconozcan cualquier situación de ansiedad en sus estudiantes a cargo, a fin de poder prevenir posibles problemas a futuro. También se incentiva a los docentes considerar implementar ejercicios y/o actividades de relajación en sus métodos de enseñanza o en los 10 minutos de actividad física sugeridos por el MINEDU; para promover la reducción de los niveles de ansiedad en los estudiantes; con el fin de intervenir de manera preventiva y promocional en la salud mental.
3. Dirigido al área de Tutoría y Orientación Educativa (TOE) y al psicólogo educativo encargado, se solicita fomentar el desarrollo de reuniones y talleres temáticos sobre ansiedad y bienestar psicológico durante los horarios respectivos para los estudiantes. Así mismo sugerir talleres para los padres de familia, en los cuales se instruya estrategias de apoyo y seguimiento, no solo a nivel académico, sino también para que aprendan a entender, comprender y ayudar a manejar las emociones que puedan presentar los estudiantes en sus hogares, permitiendo así un control de la ansiedad.
4. Dirigido a posibles investigadores del tema, se sugiere evaluar la variable de ansiedad con un instrumento enfocado de manera más específica al ámbito educativo; con el fin de optimizar los resultados respecto a la población de estudio. Así mismo se informa que el instrumento que se usó para evaluar la variable bienestar psicológico está

adaptado al contexto educativo, mostrando resultados óptimos en la evaluación de la población establecida.

5. En cuanto a los resultados obtenidos, se recomienda a la Institución Educativa realizar evaluaciones de manera periódica, a inicios, mediados y a finales del año escolar; con la finalidad de realizar un seguimiento de los estudiantes. De esta manera, se podrá evidenciar si es necesario intervenir de manera más directa en los mismos, a modo preventivo, dependiendo de los resultados de las evaluaciones en mención.
6. En cuanto a los resultados obtenidos, se recomienda a la Institución Educativa realizar evaluaciones de manera periódica, a inicios, mediados y a finales del año escolar; con la finalidad de realizar un seguimiento de los estudiantes. De esta manera, se podrá evidenciar si es necesario intervenir de manera más directa en los mismos, a modo preventivo, dependiendo de los resultados de las evaluaciones en mención.
7. Se sugiere expandir las investigaciones sobre el estudio realizado con el fin de aportar antecedentes que sustenten la relación entre ansiedad y el bienestar psicológico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarez Y. (2013). Relación del bienestar psicológico con los niveles de ansiedad: rasgo-estado en adolescentes. *Revista de ciencias médicas La Habana*, 20(1). Obtenido de <http://revcmhabana.sld.cu/index.php/rcmh/article/view/186/html>
- American Psychological Association - APA. (2017). American Psychological Association. Obtenido de <https://www.apa.org/topics/anxiety/preocupacion>
- Asociación Americana de Psiquiatría – APA (2018). *DSM-5. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales - 6ta edición*. EUA: Publicaciones APA (American Psychiatric Association).
- Barragán,K (2022). Bienestar Psicológico y Ansiedad de los Adolescentes de una Unidad Educativa de la Ciudad de Quito en Contexto de Pandemia por COVID-19 - <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/26627/1/UCE-FCP-CPIPR-BARRAGAN%20KIMBERLLY.pdf>
- Carrillo, G. (2019). *Ansiedad y Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional de Tumbes*, 2018. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/367/TESIS%20-%20CARRILLO%20PRADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Casullo, M. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18. Obtenido de <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840/6974>
- Chale, D. (2019). *Bienestar psicológico en escolares del nivel secundaria en una escuela privada y una escuela pública de Lima Metropolitana*. Lima.

- Cia A. (2002). La ansiedad y sus trastornos. Buenos Aires: Manual diagnóstico y terapéutico. Obtenido de http://www.cienciared.com.ar/ra/usr/35/423/racp_xvi_n1pp29_33.pdf
- Colán, E. (2020). Ansiedad y agresividad en adolescentes de dos instituciones educativas privadas, Lima Metropolitana, 2020. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/56843>
- Dominguez, S., Romo, T., Palmeros, C., Barranca, A., Del Moral, E. y Campos, Y. (2019). Analisis Estructural De La Escala De Bienestar Psicologico De Ryff En Universitarios Mexicanos. Liberabit, 267 - 285. Obtenido de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272019000200009
- Egoavil, A. (2016). Ansiedad y rendimiento académico en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to año de la Escuela Académico Profesional de Ingeniería de Sistemas y Computación de la Universidad Peruana Los Andes. Lima: Publicaciones - UNMSM. Obtenido de <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/6837>
- Espinoza, C. (2010). Metodología de la Investigación Tecnológica. Huancayo - Perú: n/a. Obtenido de <https://ciroespinoza.files.wordpress.com/2012/01/metodologc3ada-de-investigac3b3n-tecnolc3b3gica.pdf>
- Faberio, P. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS - J en alumnos del nivel secundario de Instituciones Educativas estatales del distrito de Comas, 2019. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37626/Faberio_CPB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Francisquelo, M. y Furlan, I. (2016). Ansiedad ante los exámenes y rasgos de personalidad en estudiantes universitarios. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7434185>
- Gamarra, F. (2021). Ansiedad y la motivación en tiempos de pandemia Covid-19 en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Pimentel. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/54106>
- García R. (2007). *Psicología del entrenador deportivo*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126258009.pdf>
- García, D. y Achard, L. (2017). Promoción del bienestar psicológico en la secundaria: una experiencia piloto. *Búsqueda* (18), 22-35. doi: doi.org/10.21892/01239813.335
- García, D., Hernández, J. y Espinoza, J. (2020). Validación de la escala de bienestar psicológico para jóvenes de Casullo en adolescentes montevideanos. *Revista Latinoamericana de Hipertensión*. Vol. 15 - N° 5. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/1702/170269717009/170269717009.pdf>
- García, S. (2017). Promoción del bienestar psicológico en la secundaria: una experiencia piloto. Montevideo, Uruguay: *Revista Búsqueda*.
- Gonzales, A. S. (2016). La Ansiedad, El Burnout Y El Bienestar Psicológico En Estudiantes Universitarios. *Revista digital de Ciencias Aplicadas al Deporte*, 18. Obtenido de <http://revistas.ut.edu.co/index.php/edufisica/article/view/988>
- Hernández, M., Macías, D., Calleja, N., Cerezo, S., y Valle, C. (2008). Propiedades psicométricas del inventario Zung del estado de ansiedad con mexicanos. *Psicología*.

Avances de la disciplina, 2(2). Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297225162009.pdf>

Hernández, R., Fernández, C. y Pilar, B. (2016). Metodología de la Investigación. México D.F: Mc. Graw Hill. Obtenido de <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Idrogo, D. (2015). Niveles de ansiedad estado-rasgo en estudiantes del nivel primario y secundario de una institución educativa privada y una nacional del distrito de la Victoria. Lima (Perú): Publicaciones UPU. Obtenido de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/132?show=full>

Instituto Nacional de Salud Mental del Perú - INSM (2018). La ansiedad en estudiantes. de <https://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/2020/Vol%20XXXIV%202018%20Nro1%20EESM%20en%20Hospitales%20Generales%20y%20Centros%20de%20Salud.pdf>

Mardomingo R. (2005). Trastornos de ansiedad en el adolescente. *Pediatra Integral* ;IX(2), 125 - 134. Obtenido de [https://faros.hsjdbcn.org/adjuntos/336.1-Trastornos_ansiedad_adolescente\(1\).pdf](https://faros.hsjdbcn.org/adjuntos/336.1-Trastornos_ansiedad_adolescente(1).pdf)

Martínez, E. (2020). Cuidateplus. Obtenido de Cuidateplus: <https://cuidateplus.marca.com/familia/adolescencia/2020/12/13/ansiedad-adolescentes-causas-tratamiento-175994.html>

Mccarthy, C. (2019). HealthyChilcren.org. Obtenido de Healthychildren.org: <https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/emotional-problems/Paginas/Anxiety-Disorders.aspx>

Ministerio De Desarrollo E Inclusión Social - MIDIS. (26 de 07 de 2021). Ministerio De Desarrollo E Inclusion Social. Obtenido De Ministerio De Desarrollo E Inclusion Social: <https://sdv.midis.gob.pe/redinforma/Upload/regional/Junin.pdf>

Morales, J. (2017). Ansiedad y agresividad en adolescentes de 13 a 17 años de dos instituciones educativas del distrito de Puente Piedra. Lima, Perú.

Mori, M. (2022). Ansiedad manifiesta y bienestar psicológico en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria del distrito de Santa Anita. <https://revistaedusoc.acees.net/index.php/revistaedusoc/article/view/122/138>.

Ojeda, G. (2021). Ansiedad manifiesta y bienestar psicológico en escolares de secundaria de un I.E.P del Cercado de Lima. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/9271/OJEDA_RG.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Organización Mundial De La Salud - OMS. (28 de 09 de 2020). Organización Mundial De La Salud. Obtenido De Organizacion Mundial De La Salud: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Mundial de la Salud – OMS (2018). Emol - Tendencias. Obtenido de OMS: <https://www.emol.com/noticias/Tendencias/2017/02/23/846361/OMS-Un-44-de-la-poblacion-mundial-sufre-de-depresion-y-casos-aumentan-un-18-en-10-anos.html>

Organización Panamericana de la Salud – OPS (2020). Organización Panamericana de la Salud. Obtenido de Organización mundial de la salud: <https://www.paho.org/es/noticias/8-10-2020-no-hay-salud-sin-salud-mental>

- Psicológicos, E. (2020). Equilibrio y Armonía Psicológicos. Obtenido de Equilibrio y Armonía Psicológicos: <https://equilibrioyarmonia.pe/estadisticas-de-ansiedad-en-el-peru/>
- Revista Latinoamericana de Hipertensión. (2020). Validación de la escala de bienestar psicológico para jóvenes de Casullo en adolescentes montevidianos. Universidad Simón Bolívar, Departamento de Ciencias Básicas, Sociales y Humanas, Cúcuta, Colombia.
- Reyes, A. (2015). Trastornos de ansiedad: guía práctica para diagnóstico y tratamiento. Honduras: BVS - Honduras. Obtenido de <http://www.bvs.hn/Honduras/pdf/TrastornoAnsiedad.pdf>
- Robertson, I. (2018). ¿Qué es el bienestar psicológico? Manchester (Reino Unido): robertson cooper.
- Rodríguez, E. (2018). Técnicas de relajación en el paciente con ansiedad. Interpsiquis: Xix Congreso Virtual Internacional De Psiquiatria. Obtenido de <https://psiquiatria.com/congresos/pdf/1-1-2018-23-pon3%20005.pdf>
- Ryan, R. (2001). On Happiness and Human Potentials: A review of research on hedonic and eudaimonia well-being. *annual review of psychologh*, 141-166. Obtenido de <https://www.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff C. (1995). The structure of psychological well-being newsited. Madison: University of Wisconsin. Obtenido de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7473027/>
- Ryff, C. (2008). Know thyself and become what you are a eudoinonic approach to psychological well -bening. En *Journal of happiness studies* (págs. 13-39).

- Ryff, C. y Singer, B. (1996). Bienestar psicológico: significado, medida y las implicaciones para la investigación en psicoterapia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 14 - 25.
- Salazar, F. y Leon, R. (2017). Ansiedad y Bienestar Psicológico en los adolescentes de la IE. José Carlos Mariátegui, Trujillo. Trujillo: Universidad Católica De Trujillo Benedicto XVI. Obtenido de https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCTB_260c7c9f6153d225e5cbbda67853f062/Details
- Scariot, E. (2019). Bienestar Psicológico y Motivación Académica en Adolescentes de la Escuela Normas Superior Mariano Etchegaray|. Buenos Aires. Obtenido de <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC130712.pdf>
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Malestar E Subjetividade*, 3(1). Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>
- Singer, R. (1996). Bienestar psicológico: significado, medida y las implicaciones para la investigación en psicoterapia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 14 - 25.
- Valderrama, L. (2016). "Problemas de ansiedad en niños y adolescentes y su relación con variables cognitivas disfuncionales", Málaga (España): Publicaciones UM. Obtenido de https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/14038/TD_VALDERRAMA_MARTOS_Lidia.pdf?sequence=1
- Vázquez, C., Hervás, G., J. R. y Gómez, D. (2009). "Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la psicología positiva". *Anuario de psicología clínica y de la salud*,

15 - 28. Obtenido de
https://www.academia.edu/22288891/Bienestar_psicol%C3%B3gico_y_salud_Aportaciones_desde_la_Psicolog%C3%ADa_Positiva

Vintimilla, J. (2020). NIVELES DE ANSIEDAD DURANTE EL TRATAMIENTO EN CONSUMIDORES DE SUSTANCIAS PSICOTROPICAS. Revista AVTF, 734-739. Obtenido de Editorial Pontificia Universidad Javeriana: <https://www.redalyc.org/journal/559/55965387012/55965387012.pdf>

Zambrano, M. (2020). Trabajo de Investigación para Optar el Grado Académico de Bachiller en Psicología. Obtenido de http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17618/ANSIEDAD_NIVELES_ZAMBRANO_RIOS_MARIA_JOSE.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Zeidner, M. y Endler, N. (1996). Manual de afrontamiento: Teoría, investigación y aplicaciones. New York: Publicaciones - John Wiley.

ANEXOS

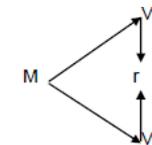
Anexo 1

Matriz de Consistencia

TITULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE DE ESTUDIO	METODOLOGÍA
Relación entre ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Carhuamayo, 2020.	PROBLEMA GENERAL ¿Cuál es la relación entre la ansiedad con cada dimensión del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020? PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVO GENERAL Determinar la relación entre ansiedad y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020. OBJETIVOS ESPECÍFICOS • Identificar la relación entre la	HIPÓTESIS GENERAL la Existe relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Carhuamayo, 2020. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS • Existe relación entre la ansiedad y la dimensión	VARIABLE 1: Ansiedad • Dimensiones: - Subjetiva - Somática VARIABLE 2: Bienestar psicológico • Dimensiones: - El control de situaciones - Los vínculos psicosociales - Proyectos	TIPO DE INVESTIGACIÓN Esta investigación será de tipo básica o fundamental busca el conocimiento de la realidad o de los fenómenos de la naturaleza. NIVEL DE INVESTIGACIÓN Correlacional DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

- ¿Cuál es la relación de la ansiedad y la dimensión de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo ,2020?
- ¿Cuál es la relación de la ansiedad y la dimensión de vínculos psicosociales del bienestar psicológico en situaciones del bienestar de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020.
- Identificar la relación la ansiedad y la dimensión de vínculos psicosociales del bienestar psicológico en situaciones del bienestar de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020.
- Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de vínculos psicosociales del bienestar psicológico en situaciones del bienestar de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020.
- Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de proyectos del bienestar psicológico en situaciones del bienestar de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020.

- La No experimental – aceptación transaccional – de sí mismo. correlacional



Dónde: M es la muestra de estudiantes; V1 es la variable ansiedad; V2 es la variable bienestar psicológico; y r es el coeficiente de correlación. (Ciro, 2010).

MUESTRA

El tamaño de la muestra corresponde a los

<p>bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo ,2020?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación de la ansiedad y la dimensión proyectos del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, 	<p>estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar la relación de la ansiedad y la dimensión proyectos del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Carhuamayo – 2020. 	<p>psicológico en estudiantes de secundaria.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación entre la ansiedad y la dimensión aceptación de sí mismo del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria. 	<p>319 estudiantes de los diversos grados de la I.E. Jorge Chávez Dartnell.</p> <p>TIPO DE MUESTREO</p> <p>No probabilístico censal. Según Hernández, y Baptista (2016).</p>
---	---	--	---

-
- | | |
|---|---|
| Carhuamayo
,2020? | • Identificar la
relación de la
ansiedad y la
dimensión
aceptación de sí
mismo del
bienestar
psicológico en
estudiantes de
secundaria de
una Institución
Educativa,
Carhuamayo –
2020. |
| • ¿Cuál es la
relación de la
ansiedad y la
dimensión
aceptación de sí
mismo del
bienestar
psicológico en
estudiantes de
secundaria de
una Institución
Educativa,
Carhuamayo
,2020? | |
-

Fuente: Las investigadoras

V2: Bienestar Psicológico	El bienestar psicológico (PLP en sus siglas en inglés) hace referencia a estados mentales positivos de la persona, como la felicidad o satisfacción (Robertson, 2018)	Esta variable fue medida mediante la escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J), la cual evalúa el bienestar subjetivo, está compuesto por 13 ítems, siendo su categoría de calificación alto, medio y bajo.	Control de situaciones	de 13, 5, 10, 1	Escala:
			Vínculos psicosociales	8, 2, 11	Ordinal
			Proyectos	12, 6, 3	1=de acuerdo
			Aceptación de sí mismo	9, 4, 7	2=Ni de acuerdo ni desacuerdo
					3= en desacuerdo

Operacionalización de Variables

Nota. Las investigadoras

Anexo 3

Matriz de Operacionalización del Instrumento

Variable	Dimensiones	Indicadores	Reactivos	Escala Valorativa	Criterios de Validez y Confiabilidad	Escala de Medición	Instrumento
Ansiiedad	Subjetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Intranquilidad • Miedo • Estado de exaltación • Preocupación • Aprensión • Pesadillas 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Me siento más intranquilo(a) y nervioso(a) que de costumbre. 2. Me siento atemorizado(a) sin motive. 3. Me altero o agito con rapidez. 4. Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos. 5. Creo que todo está bien y que no va a pasar nada malo. 6. Tengo pesadillas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel bajo • Nivel medio • Nivel alto 	<p>Confiabilidad: El nivel de confiabilidad del test de escala de autoevaluación de la ansiiedad de W. Zung, es de 0,801 según el alfa de Cronbach; por lo cual posee un alto nivel de confiabilidad. (Gonzales, 2018)</p>		Escala de autoevaluación de la ansiiedad

Somático	• Dolores corporales		<p>Validez: Validez de contenido por juicio de expertos del instrumento (Gonzales, 2018)</p>	Escala:
	• Cansancio	7. Sufro dolores de cabeza, cuello y de espalda.		• Nunca
	• Agotamiento	8. Me siento débil y me canso fácilmente.		• O casi nunca
	• Inquietud	9. Me siento tranquilo(a) y me es fácil estar quieto(a).		• A (1)
	• Latidos acelerados	10. Siento que el corazón me late a prisa.		• A veces
	• Mareos	11. Sufro de mareos (vértigos).		• (2)
	• Desmayos	12. Me desmayo o siento que voy a desmayarme.		• Con
	• Dificultad para respirar	13. Puedo respirar fácilmente.		• bastante
	• Cosquilleos	14. Se me duermen o me hormiguean los dedos de las manos y pies.		• frecuencia
	• Ascos y vómitos	15. Sufro dolores de estómago e indigestión.		• (3)
• Frecuencia urinaria	16. Orino con mucha frecuencia.	• Siempre		
	17. Por lo general tengo mis manos secas y calientes.	• o casi Siem		
	18. La cara se me pone caliente y roja.			
	19. Duermo fácilmente y Descanso bien por la noche.			
	20. Me tiemblan las manos, los brazos y las piernas.			

		<ul style="list-style-type: none"> • Sudoración • Acaloramiento • Problemas para dormir • Temblores 			pre	(4)
Bienestar Psicológico	Control de situaciones	<ul style="list-style-type: none"> • Sensación de control y autocompetencia 	<p>13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.</p> <p>5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.</p> <p>10. Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.</p> <p>1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel bajo • Nivel medio 	<p>Confiabilidad: La confiabilidad total de la escala de bienestar psicológico fue aceptable alcanzando valores de 0.74. Estos valores descendían sensiblemente si se consideraba cada una de las escalas por separado dado que cada sub escala estaba compuesta por muy pocos elementos (alrededor de 0.50). Sin embargo, la escala cuenta con confiabilidad de estabilidad, obteniendo un nivel alto y significativo; 0.729. (Acurio, 2018)</p>	Escala de Bienestar Psicológico
	Vínculos psicosociales	<ul style="list-style-type: none"> • Calidad de relaciones interpersonales 	<p>8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito</p> <p>2. Tengo amigos/as en quienes confiar.</p> <p>11. Creo que en general me llevo bien con la gente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel alto 		

(BIEPS-J)

Proyectos	<ul style="list-style-type: none"> • Metas y propósitos de la vida 	<p>12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.</p> <p>6. Me importa pensar que haré en el futuro.</p> <p>3. Creo que sé lo que quiero hacer en mi vida.</p>	<p>Validez: El análisis de la validez de constructo de la escala de bienestar psicológico reporta las evidencias como la estimación $\chi^2 = 181$, con valores de $gl = 61$, y su nivel de significancia $p = 0.01$, Obteniendo una $\chi^2/df = 0.853$, indicando que el modelo con cuatro dimensiones es el más adecuado, tal como lo plantea (Cortez, 2016).</p>	<p>Escala: Ordinal</p> <p>1=de acuerdo</p> <p>2=Ni de acuerdo ni desacuerdo</p> <p>3= en desacuerdo</p>
Aceptación de sí mismo	<ul style="list-style-type: none"> • Sentimientos de bienestar con uno mismo. 	<p>9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser.</p> <p>4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.</p> <p>7. Generalmente le caigo bien a la gente.</p>		

Fuente: Las investigadoras

Anexo 4

Instrumentos Propuestos

ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE ANSIEDAD POR W.W.K.ZUNG

NOMBRES: _____ EDAD: _____

SEXO: _____

RELIGIÓN: _____ GRADO: _____ SECCIÓN: _____

FECHA DE APLICACIÓN: ___/___/___ FECHA DE NACIMIENTO: ___/___/___

VERSIÓN ADAPTADA POR MIRIAM ROSARIO GONZALES VILLA

A continuación se te presenta una serie de enunciados, los cuales debes responder marcando con una X el casillero de una de las alternativas (Nunca o casi nunca, A veces, Con bastante frecuencia, Siempre o casi siempre) de acuerdo a como se presente la situación en ti. No dejes ningún enunciado sin responder.

		Nunca o casi nunca	A veces	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre	Puntos
DIMENSIÓN 1: SUBJETIVO						
1	Me siento más intranquilo(a) y nervioso(a) que de costumbre.					
2	Me siento atemorizado(a) sin motivo.					
3	Me altero o agito con rapidez.					
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.					
5	Creo que todo está bien y que no va a pasar nada malo.					
6	Tengo pesadillas.					
DIMENSIÓN 2: SOMÁTICO						
7	Sufro dolores de cabeza, cuello y de espalda.					
8	Me siento débil y me canso fácilmente.					
9	Me siento tranquilo(a) y me es fácil estarme quieto(a).					
10	Siento que el corazón me late a prisa.					
11	Sufro de mareos (vértigos).					
12	Me desmayo o siento que voy a desmayarme.					
13	Puedo respirar fácilmente.					
14	Se me duermen o me hormiguean los dedos de las manos y pies.					
15	Sufro dolores de estómago e indigestión.					
16	Orino con mucha frecuencia.					
17	Por lo general tengo mis manos secas y calientes.					
18	La cara se me pone caliente y roja.					
19	Duermo fácilmente y descanso bien por la noche.					
20	Me tiemblan las manos, los brazos y las piernas.					

¡Gracias por tu participación! 😊

Escala BIEPS-J

(María Casullo)

Por favor lee con atención las siguientes oraciones y marca tu respuesta según lo que pienses y sientas durante este último mes. No hay respuestas buenas o malas, así que no dejes oraciones sin responder. Marca tu respuesta con una equis (X)

Las opciones de respuesta son: DE ACUERDO, NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO y EN DESACUERDO

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

Anexo 5

ASENTIMIENTO INFORMADO

I. DATOS GENERALES

Título del proyecto : Relación entre ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Carhuamayo, 2020.
Escuela profesional : Psicología
Asesor(a)(es) : Mg. David N. VILCHEZ GALARZA
Duración del estudio : Del ... 10 / ... 12 / ... 2020 al ... 11 / ... 02 / ... 2020 ...
Institución : I.E. "Jorge Chávez Darinell"
Departamento: Junín **Provincia:** Junín **Distrito:** Carhuamayo

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o a retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

MANIFIESTA

Yo,
identificado(a) con D.N.I. N° de ... 14 ... años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado "en el estudio de investigación: "Relación entre ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Carhuamayo, 2020", llevado a cabo por el investigador(a)(es) Bach. Romina Andrea, Palomino Cuadra y Bach: Amelia Yessenia, Ponce Zevallos.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares; uno de los cuales queda en mi poder y otro en del investigador(a)(es) responsables del estudio.

Carhuamayo, 11 de Diciembre, 2020.

1. Responsable de investigación

Apellidos y nombres: PALOMINO CUADRA,
Andrea Romina
D.N.I. N° 76672438
N° de teléfono/celular: 985993553
Email: id2728i@upla.edu.pe
Firma:



Huella

(PARTICIPANTE)

Apellidos y nombres:

N° DNE:

2. Responsable de investigación

Apellidos y nombres: PONCE ZEVALLOS, Amelia
Yessenia
D.N.I. N° 76672438
N° de teléfono/celular: 985993553
Email: id0305i@upla.edu.pe
Firma:

Anexo 6

Declaración de confidencialidad

Yo, PALOMINO CUADRA ROMINA ANDREA, identificado con DNI N° 76672438 y mi colega PONCE ZEVALLOS AMELIA YESSSENIA, identificado con DNI N° 70854839, egresadas de la escuela profesional de psicología habiendo implementado el proyecto de investigación titulado “Relación entre ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Carhuamayo, 2020.”, en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes , salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, de 2020.



A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Palomino Cuadra', written over a horizontal line.

Apellidos y nombres: PALOMINO CUADRA, Andrea

Responsable de investigación



A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Ponce Zevallos', written over a horizontal line.

Apellidos y nombres: PONCE ZEVALLOS, Amelia Yesssenia

Responsable de investigación

Anexo 7

Compromiso de autoría

En la fecha, yo PALOMINO CUADRA Romina Andrea, identificado con DNI N° 76672438, con domicilio en el Jr. Santos Chocano N° 827, distrito de Chilca – Huancayo; y mi colega PONCE ZEVALLOS Amelia Yesssenia, identificado con DNI N° 70854839, con domicilio en el Jr. Francisco Bolognesi N° 224, distrito de Junín – Junín; estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes, nos COMPROMETEMOS a asumir las consecuencias administrativas y/o penales que hubiera lugar si en la elaboración de mi investigación titulada “RELACIÓN ENTRE ANSIEDAD Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE CARHUAMAYO, 2020”, se haya considerado datos falsos, falsificación, plagio, auto plagio, etc. y declaro bajo juramento que el trabajo de investigación es de mi autoría y los datos presentados son reales y he respetado las normas internacionales de citas y referencias de las fuentes consultadas.

Huancayo, 16 de noviembre de 2020



Apellidos y nombres: PALOMINO CUADRA, Andrea

Responsable de investigación



Apellidos y nombres: PONCE ZEVALLOS, Amelia

Responsable de investigación

ANEXO 8



"AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD"

SOLICITO: Permiso para realizar la prueba piloto para los instrumentos de dos instrumentos de evaluación.

MAGISTER MAURILIO TEOFILLO MACHACUAY GARCIA
DIRECTOR DE LA I.E "JORGE CHÁVEZ DARTNELL".

Yo, **PALOMINO CUADRA ROMINA ANDREA**, identificado con DNI N° 76672438, con domicilio en el Jr. Santos Chocano N° 827, distrito de Chilca – Huancayo, y mi colega **PONCE ZEVALLOS AMELIA YESSSENIA**, identificado con DNI N° 70854839, con domicilio en el Jr. Francisco Bolognesi N° 224, distrito de Junín - Junín. Ante Ud. respetuosamente nos presentamos y exponemos.

Que siendo requisito indispensable la realización de un trabajo de investigación para obtener el título profesional de Licenciada en Psicología en la Universidad Peruana Los Andes, solicito a Usted nos conceda el permiso para la realización de la prueba piloto para los instrumentos de evaluación "Escala de autoevaluación de la ansiedad" y "Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)" los cuales se usarán posteriormente para el proyecto de investigación titulada: *"Relación entre ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Carhuamayo, 2020."*

POR LO EXPUESTO:

Exhorto a usted acceder a nuestra solicitud. Sin otro particular agradezco por anticipado su respuesta.

Carhuamayo, 19 de agosto del 2020




Bach. Romina A. Palomino Cuadra
DNI N° 76672438


Bach. Amelia Y. Ponce Zevallos
DNI N° 70854839

ANEXO 9



Anexo 10



"AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD"

SOLICITO: Permiso para realizar el Proyecto de Investigación en su Institución Educativa.

MAGISTER MAURILIO TEOFILO MACHACUAY GARCIA
DIRECTOR DE LA I.E "JORGE CHÁVEZ DARTNELL".

Yo, **PALOMINO CUADRA ROMINA ANDREA**, identificado con DNI N° 76672438, con domicilio en el Jr. Santos Chocano N° 827, distrito de Chilca – Huancayo; y mi colega **PONCE ZEVALLOS AMELIA YESSSENIA**, identificado con DNI N° 70854839, con domicilio en el Jr. Francisco Bolognesi N° 224, distrito de Junín - Junín. Ante Ud. respetuosamente nos presentamos y exponemos:

Que siendo requisito indispensable la realización de un trabajo de investigación para obtener el título profesional de Licenciada en Psicología en la Universidad Peruana Los Andes, solicito a Usted nos conceda el permiso para la realización del proyecto de investigación titulada: **"Relación entre ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Carhuamayo, 2020."**, la investigación se desarrollará evaluando dos test psicológicos, con la finalidad de determinar la relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico de los estudiantes de la Institución Educativa.

POR LO EXPUESTO:

Exhorto a usted acceder a nuestra solicitud. Sin otro particular agradezco por anticipado su respuesta.

Carhuamayo, 29 de enero del 2020




Bach. Romina A. Palomino Cuadra
DNI N° 76672438


Bach. Amelia Y. Ponce Zevallos
DNI N° 70854839

Anexo 11



Institución Educativa "Jorge Chávez Dartnell"

"AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD"

CONSTANCIA

Carhuamayo, 31 de enero de 2020

Señoritas:
Bach. Romina Andrea PALOMINO CUADRA
Bach. Amelia Yessenia PONCE ZEVALLOS

PRESENTE. -

ASUNTO: ACEPTACIÓN PARA REALIZAR PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Por medio de la presente me es grato comunicarles que acepto formalmente el permiso solicitado para realizar su proyecto de investigación **"Relación entre ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Carhuamayo, 2020"**, el presente año con los estudiantes de la Institución Educativa que represento.

Será un placer contar con su colaboración y sin otro particular me despido.

Atentamente;



[Handwritten signature]
DIRECCIÓN INSTITUCIONES EDUCATIVAS

EXP. DIR.
DEC. RECI.
C.C. ARCHIVO

C.M. 0373183 - Jr. Torres Menéndez s/n - Carhuamayo

BASE DE DATOS

ANSIEDAD

ID	SEXO	EDAD	GRAD O	Subjetivo						Somático																	
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
1	1	12	1	1	2	1	1	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	28	18		
2	2	12	1	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	56	15		
3	2	12	1	1	1	1	1	3	1	1	3	2	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	31	16		
4	1	12	1	1	1	1	1	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	63	13		
5	2	12	1	1	2	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	26	23		
6	2	12	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	25	25		
7	1	11	1	1	1	1	1	3	2	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	4	1	2	2	34	13		
8	2	12	1	2	1	2	1	3	1	1	2	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	3	2	33	13		
9	2	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	23	16		
10	2	12	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	23	20		
11	1	12	1	2	1	1	1	4	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	1	2	1	1	1	32	13		
12	1	12	1	1	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	28	17		
13	2	11	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	26	21		
14	2	12	1	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	4	4	4	4	3	4	44	16		
15	1	12	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	27	19		
16	2	12	1	2	2	1	4	2	4	3	3	4	3	4	4	1	1	2	4	4	4	4	4	60	15		
17	1	13	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	28	19		
18	2	12	1	1	1	1	2	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	61	17		
19	2	12	4	2	2	2	2	3	2	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	65	15		
20	1	11	1	2	2	1	1	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	56	15		
21	1	12	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	18		
22	2	12	1	2	2	1	1	4	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	19		

23	1	12	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	15
24	1	12	1	1	1	2	1	4	1	1	1	2	1	1	1	3	1	2	1	2	1	3	4	34	15
25	2	12	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	4	2	29	15
26	1	12	1	2	1	1	1	3	1	2	4	1	1	1	1	3	3	1	4	1	1	4	4	40	19
27	2	12	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	3	1	1	1	4	1	4	4	4	4	4	43	17
28	2	11	1	1	2	1	3	1	1	1	3	1	2	1	1	2	2	4	3	3	3	4	4	43	15
29	1	11	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	27	16
30	2	12	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	18
31	1	12	1	1	1	1	1	3	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	2	1	4	1	31	14
32	2	11	1	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	75	15
33	1	12	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	78	13
34	1	12	1	1	2	3	3	1	1	2	1	1	2	1	1	4	1	4	1	1	4	4	2	40	16
35	2	12	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	19
36	1	12	1	2	2	1	2	1	4	4	1	2	1	1	1	1	4	4	1	2	1	1	1	37	19
37	2	11	1	2	1	1	1	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	65	14
38	1	12	1	1	2	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	71	16
39	2	12	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	31	13
40	2	12	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	74	15
41	1	13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	78	15
42	1	12	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	77	15
43	2	12	1	2	4	2	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72	15
44	1	12	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	76	13
45	2	12	1	1	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	25	18
46	2	12	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	24	19
47	1	12	1	1	1	1	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	57	16
48	1	11	1	2	1	3	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	4	4	55	16
49	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	18
50	2	12	1	2	1	2	1	2	1	1	3	2	1	2	1	2	1	2	4	2	1	1	1	33	17

51	1	12	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	18
52	2	13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	78	13	
53	1	12	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	79	14	
54	2	12	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	19	
55	1	12	1	1	2	1	1	2	3	1	1	3	1	1	1	2	1	3	2	1	3	2	33	20	
56	2	12	1	2	2	1	1	3	1	3	3	3	2	2	1	3	1	2	1	1	4	1	38	17	
57	2	11	1	1	1	2	1	2	1	3	2	1	1	2	1	2	1	2	4	4	4	4	43	17	
58	1	13	2	1	1	1	1	3	1	2	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1	29	16	
59	1	13	2	1	1	2	1	2	2	1	2	3	2	1	1	3	1	1	1	3	1	4	34	14	
60	2	13	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	70	15	
61	2	13	2	2	2	3	1	2	3	3	2	4	3	2	1	4	2	2	1	1	1	1	42	15	
62	1	12	2	1	4	1	2	3	2	1	2	2	1	1	4	1	1	1	1	1	2	2	34	22	
63	1	13	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	4	29	24	
64	2	13	2	1	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	25	17	
65	1	12	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	24	27	
66	2	13	2	1	1	1	1	2	1	1	1	3	2	1	1	3	1	1	1	2	1	3	29	15	
67	1	13	2	2	1	3	1	3	1	1	1	2	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	30	22	
68	1	13	2	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	3	31	15	
69	2	13	2	2	1	2	1	2	1	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	31	14	
70	1	13	2	2	1	1	1	3	3	3	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	4	34	18	
71	2	12	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	3	27	18	
72	1	13	2	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	49	17	
73	2	13	2	2	2	1	1	2	1	3	3	2	3	1	1	4	1	2	1	2	1	1	38	17	
74	2	13	2	2	1	1	2	1	2	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	61	15	
75	1	14	2	1	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	75	14	
76	2	13	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	29	21	
77	1	13	2	2	2	1	1	2	1	1	1	4	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	28	15	
78	2	12	2	2	2	1	1	1	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	15	

79	1	13	2	2	2	1	1	4	2	1	1	4	2	1	2	1	2	2	1	4	1	1	1	36	26	
80	1	13	2	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	20	
81	2	13	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	22	24		
82	1	13	2	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	4	2	29	14	
83	1	13	2	2	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	30	20	
84	2	12	2	2	1	1	1	4	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	1	2	1	1	1	32	13	
85	2	13	2	1	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	28	18	
86	1	13	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	78	14	
87	2	13	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	19	
88	2	13	2	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	4	52	20	
89	2	13	2	2	2	1	1	2	1	3	3	2	3	1	1	4	1	2	4	4	4	4	4	49	16	
90	1	13	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	4	4	32	19	
91	1	14	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	25	19	
92	2	13	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	1	4	2	2	4	2	1	1	40	14	
93	1	13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	74	13
94	2	13	2	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	77	15	
95	2	13	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	72	15	
96	1	13	2	1	1	1	1	4	1	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	4	4	50	16	
97	1	13	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	27	18	
98	2	12	2	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	4	2	29	14	
99	1	13	2	2	2	1	1	4	2	1	1	4	2	1	2	1	2	2	1	4	4	1	4	42	15	
100	2	13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	77	13	
101	1	13	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	76	13	
102	2	14	2	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	4	2	29	14	
103	2	13	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	24	19	
104	1	13	2	2	1	1	1	4	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	1	2	1	1	1	32	20	
105	2	13	2	1	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	29	17	
106	1	13	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	3	1	2	1	1	2	1	1	4	4	36	15	

107	1	12	2	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	15
108	2	13	2	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	1	1	1	43	13
109	1	13	2	2	2	1	1	2	1	3	3	2	3	1	1	4	1	2	1	2	1	1	4	38	18
110	2	13	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	28	19
111	2	13	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	27	16
112	2	13	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	16
113	1	14	2	2	1	2	2	4	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	30	18
114	1	13	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	4	2	29	17
115	2	13	2	1	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	25	19
116	1	13	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	24	15
117	2	13	2	1	1	1	1	2	1	1	1	3	2	1	1	3	1	1	1	2	1	3	1	29	19
118	1	13	2	2	1	3	1	3	1	1	1	2	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	30	17
119	2	14	2	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	3	1	31	15
120	1	14	3	2	1	2	1	2	1	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	31	14
121	1	15	3	2	1	1	1	3	3	3	3	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	4	34	18
122	2	14	3	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	3	1	27	18
123	1	13	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	26	17
124	2	14	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	17
125	1	14	3	1	1	1	1	3	1	1	3	2	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	31	15
126	2	14	3	1	1	1	1	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1	2	1	3	1	29	14
127	2	14	3	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	21
128	1	15	3	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	27	15
129	1	14	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	75	15
130	2	14	3	2	1	2	1	3	1	1	2	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	3	2	33	18
131	1	14	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	23	19
132	2	14	3	2	1	2	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	61	16
133	2	15	3	2	1	1	1	4	1	1	1	4	2	1	1	4	1	4	4	2	4	4	4	47	16
134	1	14	3	1	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	28	18

135	1	14	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	4	4	4	4	4	4	44	17	
136	1	14	3	1	1	1	2	2	3	1	3	3	3	1	1	3	1	1	3	2	2	1	1	36	18	
137	2	14	3	2	2	2	2	3	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	4	1	62	13	
138	2	14	3	2	2	1	1	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	22	
139	1	14	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	75	13
140	2	14	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	77	14
141	1	15	3	2	1	2	2	4	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	30	19
142	2	14	3	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	26	20	
143	2	14	3	1	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	4	4	31	17	
144	1	14	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	76	15	
145	1	14	3	1	1	1	1	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	65	15	
146	2	14	3	2	1	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	58	13	
147	1	15	3	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	4	4	4	38	18	
148	1	14	3	2	1	2	1	2	1	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	31	19	
149	2	14	3	2	1	1	1	3	3	3	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	4	1	34	16	
150	1	14	3	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	3	1	27	16	
151	1	14	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	80	13	
152	2	15	3	2	2	1	1	3	1	3	3	3	2	2	1	3	1	2	2	1	1	3	2	39	23	
153	2	14	3	1	1	2	1	2	1	3	2	1	1	2	1	2	1	2	1	4	1	2	2	33	25	
154	2	14	3	1	1	1	1	3	1	2	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1	2	29	13	
155	1	14	3	1	1	2	1	2	2	1	2	3	2	1	1	3	1	1	1	3	1	4	1	34	13	
156	1	14	3	1	2	1	1	4	1	2	1	4	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	32	16	
157	2	14	3	2	2	3	1	2	3	3	2	4	3	2	1	4	2	2	1	1	1	1	2	42	20	
158	2	14	3	1	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	25	13	
159	1	15	3	1	2	1	3	4	1	1	3	4	2	4	1	2	2	2	1	1	1	1	1	38	16	
160	1	15	3	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	27	18		
161	2	14	3	1	2	3	3	1	1	2	1	1	2	1	1	4	1	4	1	1	1	4	2	37	19	
162	2	14	3	1	2	1	2	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	13	

163	2	15	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	4	1	26	19
164	2	15	3	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	27	15
165	2	15	3	2	1	3	1	3	1	1	1	2	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	30	18
166	2	15	3	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	3	1	31	17
167	1	14	3	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	27	14
168	2	15	3	2	1	2	2	4	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	30	13
169	1	15	3	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	4	1	28	18
170	2	14	3	2	2	1	1	3	1	1	1	3	2	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	31	15
171	2	14	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	15
172	2	14	3	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	4	1	27	16
173	1	16	3	1	1	1	1	3	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	2	1	4	1	31	15
174	2	15	3	1	1	1	1	3	1	1	3	2	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	31	16
175	2	14	3	1	1	1	1	2	1	1	1	3	2	1	1	3	1	1	1	2	1	3	2	30	16
176	2	14	3	1	1	2	1	2	1	2	1	3	2	1	1	2	1	2	1	4	1	2	1	32	16
177	1	14	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	4	1	2	2	34	15
178	1	15	3	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	13
179	2	14	3	1	2	1	1	2	3	1	1	3	1	1	1	2	1	3	1	4	1	4	2	36	17
180	1	16	3	2	1	1	1	4	2	1	1	3	3	1	1	3	3	1	1	3	4	3	2	41	16
181	1	16	3	2	1	2	1	2	1	1	3	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2	1	32	18
182	1	15	3	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23	16
183	1	14	3	1	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	26	19
184	1	16	3	1	2	1	1	4	1	1	1	4	2	1	1	2	1	1	2	4	2	1	1	34	15
185	2	14	3	1	1	2	1	2	2	1	2	3	2	1	1	3	1	1	1	3	1	4	1	34	15
186	2	15	4	4	2	1	3	2	3	4	4	1	2	1	3	1	4	2	3	2	3	1	1	47	23
187	1	16	4	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	29	20
188	2	15	4	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	27	25
189	2	15	4	2	1	2	1	3	1	1	2	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	3	2	33	13
190	1	16	4	2	1	1	2	2	1	2	1	4	2	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	32	22

191	2	15	4	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	3	1	2	1	2	1	4	4	36	16
192	1	15	4	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	4	1	31	13
193	2	15	4	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	19
194	2	16	4	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	4	4	1	2	1	1	1	1	4	1	35	14
195	1	15	4	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	27	19
196	2	15	4	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	1	49	15
197	1	16	4	1	1	1	4	2	1	1	2	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	33	18
198	1	15	4	2	2	3	1	2	3	3	2	4	3	2	1	4	2	2	1	1	1	1	2	42	22
199	1	15	4	1	2	1	1	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	28	18
200	2	14	4	2	2	1	1	2	1	3	3	2	3	1	1	4	1	2	1	2	1	1	3	37	19
201	1	15	4	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	14
202	2	15	4	1	2	1	2	4	1	2	1	4	3	2	1	3	4	3	1	1	2	1	3	42	17
203	1	15	4	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	4	1	35	15
204	1	15	4	1	1	1	1	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1	2	1	3	1	29	13
205	1	15	4	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	13
206	2	15	4	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	4	4	1	2	1	1	1	1	4	1	35	17
207	2	15	4	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	27	17
208	2	14	4	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	1	49	19
209	1	15	4	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	16
210	2	15	4	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	4	4	1	2	1	1	1	1	4	1	35	17
211	2	16	4	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	27	17
212	1	15	4	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	1	49	20
213	1	16	4	1	1	1	4	2	1	1	2	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	33	17
214	1	16	4	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2	2	1	4	1	2	1	2	1	2	1	33	13
215	2	16	4	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1	28	27
216	1	16	4	2	1	1	1	4	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	1	2	1	4	1	35	17
217	2	15	4	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	19
218	1	15	4	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	4	4	1	2	1	1	1	1	4	1	35	21

219	2	15	4	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	27	13
220	2	15	4	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	1	49	17
221	2	16	4	1	1	1	4	2	1	1	2	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	33	15
222	1	16	4	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	28	15
223	2	16	4	1	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	26	14
224	1	15	4	1	1	1	2	2	3	1	3	3	3	1	1	3	1	3	2	2	1	2	1	37	15
225	1	15	4	1	2	1	1	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1	2	1	3	1	30	20
226	2	15	4	1	1	1	1	2	2	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	4	1	2	2	33	25
227	1	15	4	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	1	4	2	2	4	2	3	3	44	13
228	1	15	4	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	22
229	1	16	4	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	4	4	1	2	1	1	1	1	4	1	35	16
230	1	15	4	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	27	13
231	2	15	4	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	1	49	19
232	1	15	4	1	1	1	3	2	1	1	2	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	32	14
233	1	15	4	2	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	30	19
234	1	15	4	1	2	2	1	2	1	1	3	2	2	1	1	4	1	2	1	4	2	1	1	35	15
235	2	16	4	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2	2	1	4	1	2	1	2	1	2	1	33	18
236	1	15	4	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1	28	22
237	2	15	4	2	1	1	1	4	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	1	2	1	4	1	35	18
238	2	16	4	1	1	1	1	2	1	2	1	4	2	1	1	1	1	2	1	2	1	3	1	30	20
239	1	16	4	1	1	1	1	3	2	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	4	1	2	2	34	25
240	1	16	4	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	13
241	1	15	4	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	4	4	1	2	1	1	1	1	4	1	34	22
242	2	16	4	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	26	16
243	2	16	4	1	3	1	1	1	1	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	1	47	13
244	1	15	4	1	1	1	3	2	1	1	2	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	32	19
245	1	15	4	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	26	14
246	2	15	4	1	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	29	19

247	2	16	4	1	2	2	1	2	1	1	3	2	2	1	1	4	1	2	1	4	2	1	1	35	15
248	2	16	4	2	2	1	1	2	2	1	1	3	2	2	1	4	1	2	1	2	1	2	1	34	18
249	1	18	4	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1	28	22
250	2	16	4	2	1	1	1	1	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	1	2	1	4	1	32	18
251	1	16	5	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	13
252	2	17	5	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	3	3	1	2	1	1	1	1	4	1	33	15
253	1	17	5	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	28	18
254	1	17	5	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	2	2	4	4	4	1	49	19
255	1	16	5	1	1	1	4	2	1	1	2	4	3	1	1	1	1	1	2	1	2	1	32	15	
256	2	16	5	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	29	15
257	2	16	5	1	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	3	1	27	14
258	1	16	5	1	1	1	2	2	3	1	3	3	3	1	2	3	1	3	2	2	1	2	1	38	16
259	1	17	5	1	1	1	1	3	2	1	1	3	2	1	1	3	1	1	1	4	1	2	2	33	20
260	1	16	5	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	4	2	3	3	42	25
261	1	16	5	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	13
262	1	16	5	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	4	2	1	2	1	1	1	1	4	1	33	22
263	1	16	5	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	26	16
264	2	17	5	1	3	1	1	1	3	3	3	3	1	2	3	1	3	3	1	4	4	4	1	46	13
265	1	16	5	1	1	1	4	2	1	1	2	3	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	32	15
266	2	17	5	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	27	20
267	1	16	5	1	2	2	1	2	1	1	3	3	2	1	1	4	1	2	1	4	2	1	1	36	25
268	1	17	5	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2	2	1	4	1	2	1	2	1	2	1	33	13
269	2	16	5	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1	29	22
270	2	17	5	2	1	1	1	4	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	1	2	1	4	1	35	17
271	1	16	5	1	1	1	1	2	1	1	1	4	2	2	1	1	1	2	1	2	1	3	1	30	13
272	2	17	5	1	1	1	1	3	2	1	1	3	2	2	1	4	1	1	1	4	1	2	2	35	19
273	2	17	5	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	2	3	1	1	1	1	1	3	1	30	14
274	1	17	5	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	3	3	1	2	1	1	1	1	4	1	33	17

275	2	17	5	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	27	15	
276	2	16	5	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	1	49	18	
277	2	16	5	1	1	1	4	2	1	1	2	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	33	22	
278	2	16	5	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	26	18	
279	2	17	5	2	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	30	21	
280	2	16	5	1	1	1	4	2	1	1	2	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	33	25	
281	2	18	5	2	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	30	13	
282	1	16	5	1	2	2	1	2	1	1	3	2	2	1	1	4	1	2	1	4	2	1	1	35	22	
283	1	16	5	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2	2	1	4	1	2	1	2	1	2	1	33	18	
284	1	18	5	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	26	13	
285	2	19	5	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	30	15	
286	1	16	5	1	1	1	1	3	2	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	4	1	2	2	34	22	
287	2	16	5	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	1	4	2	2	4	2	3	3	44	19	
288	1	17	5	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	20	
289	2	16	5	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	4	4	1	2	1	1	1	1	1	4	1	35	25
290	2	16	5	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	27	14	
291	1	17	5	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	1	49	22	
292	1	16	5	1	1	1	4	2	1	1	2	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	33	17	
293	2	16	5	2	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	30	13	
294	1	15	5	1	2	2	1	2	1	1	3	2	2	1	1	4	1	2	1	4	2	1	1	35	18	
295	1	16	5	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2	2	1	4	1	2	1	2	1	2	1	33	20	
296	2	16	5	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1	28	25	
297	2	16	5	2	1	1	1	4	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	1	2	1	4	1	35	14	
298	1	18	5	1	1	1	1	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1	2	1	3	1	29	22	
299	2	17	5	1	1	1	1	3	2	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	4	1	2	2	34	18	
300	1	16	5	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	13	
301	2	16	5	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	4	4	1	2	1	1	1	1	4	1	35	16	
302	2	16	5	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	27	22	

303	1	17	5	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	1	49	19
304	2	17	5	1	1	1	4	2	1	1	2	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	33	19
305	1	16	5	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	26	25
306	1	17	5	2	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	30	13
307	1	16	5	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	30	22
308	2	17	5	1	1	1	1	3	2	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	4	1	2	2	34	16
309	1	16	5	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	1	4	2	2	4	2	3	3	44	13
310	2	16	5	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	29	19
311	1	17	5	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	4	4	1	2	1	1	1	1	4	1	35	20
312	2	16	5	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	27	25
313	2	15	5	1	3	1	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	4	1	49	13
314	1	16	5	1	1	1	4	2	1	1	2	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	33	19
315	2	17	5	2	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	30	16
316	1	15	5	1	2	2	1	2	1	1	3	2	2	1	1	4	1	2	1	4	2	1	1	35	13
317	1	16	5	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2	2	1	4	1	2	1	2	1	2	1	33	15
318	2	16	5	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1	28	22
319	2	17	5	2	1	1	1	4	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	1	2	1	4	1	35	16

BIENESTAR PSICOLOGICO

	D1				D2				D3				D4						
	1	5	10	13	2	8	11		3	6	12		4	7	9				
1	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	2	2	5	1	2	1	4	18	28
2	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	56
3	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	3	3	7	1	2	1	4	18	31
4	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	63
5	1	3	2	2	8	1	3	3	7	2	1	1	4	1	2	1	4	23	26
6	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	25
7	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	3	3	7	1	1	1	3	17	34
8	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	3	3	7	1	1	1	3	17	33
9	2	1	3	1	7	1	1	1	3	1	3	3	7	1	1	1	3	20	23
10	3	3	3	1	10	2	3	3	8	2	3	3	8	3	3	1	7	33	23
11	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	32
12	1	2	1	1	5	2	2	1	5	1	3	3	7	2	1	1	4	21	28
13	1	2	1	2	6	3	2	3	8	1	3	3	7	1	2	1	4	25	26
14	1	2	2	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	44
15	2	2	1	1	6	1	1	2	4	1	1	3	5	1	2	1	4	19	27
16	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	15	60
17	1	2	2	2	7	1	1	2	4	2	1	1	4	1	2	1	4	19	28
18	3	2	2	1	8	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	17	61
19	1	1	1	3	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	65
20	3	3	2	3	11	3	3	1	7	1	1	1	3	3	3	1	7	28	56
21	2	2	1	3	8	1	1	1	3	3	2	3	8	1	1	1	3	22	23
22	2	2	2	2	8	1	1	1	3	1	2	3	6	1	2	1	4	21	27
23	1	1	1	1	4	2	1	1	4	3	3	3	9	1	2	1	4	21	23
24	2	1	1	1	5	2	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	34

25	2	2	1	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	29
26	2	2	2	2	8	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	1	4	19	40
27	1	2	2	1	6	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	1	3	17	43
28	2	2	1	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	43
29	1	1	1	1	4	1	2	2	5	3	3	3	9	1	1	1	3	21	27
30	3	2	3	3	11	3	2	3	8	3	3	2	8	3	3	1	7	34	23
31	2	1	1	1	5	1	1	1	3	3	3	3	9	1	1	1	3	20	31
32	1	1	2	1	5	1	1	2	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	75
33	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	3	5	1	1	1	3	15	78
34	1	1	2	1	5	1	1	1	3	2	2	3	7	1	1	1	3	18	40
35	1	1	1	1	4	1	3	3	7	1	1	1	3	1	3	1	5	19	21
36	2	2	2	1	7	1	1	2	4	2	1	1	4	1	2	1	4	19	37
37	1	2	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	65
38	1	3	1	1	6	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	3	16	71
39	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	31
40	3	3	3	1	10	3	3	1	7	3	1	3	7	3	3	1	7	31	74
41	2	1	2	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	78
42	1	1	1	1	4	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	1	3	15	77
43	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	72
44	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	76
45	1	2	3	1	7	1	1	1	3	1	1	2	4	1	2	1	4	18	25
46	2	1	3	1	7	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	3	5	19	24
47	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	57
48	1	1	2	1	5	1	1	1	3	2	1	1	4	1	2	1	4	16	55
49	2	1	3	1	7	1	2	1	4	1	1	1	3	1	2	1	4	18	20
50	1	2	2	2	7	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	3	17	33
51	2	1	2	1	6	3	1	2	6	1	1	1	3	1	1	1	3	18	22
52	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	78

53	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	79
54	3	1	1	1	6	1	3	3	7	1	1	1	3	1	1	1	3	19	25
55	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	33
56	1	1	2	1	5	2	1	2	5	1	1	1	3	1	2	1	4	17	38
57	1	1	2	1	5	2	1	1	4	2	1	1	4	1	1	2	4	17	43
58	2	2	2	1	7	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	16	29
59	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	34
60	2	1	1	1	5	2	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	70
61	1	2	1	1	5	2	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	42
62	1	1	2	2	6	3	3	2	8	1	1	1	3	2	2	1	5	22	34
63	1	3	2	2	8	2	2	1	5	1	2	1	4	2	2	3	7	24	29
64	1	1	1	1	4	2	2	2	6	1	1	1	3	1	2	1	4	17	25
65	2	1	1	1	5	3	2	3	8	3	3	3	9	1	3	1	5	27	24
66	1	1	1	1	4	3	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	15	29
67	1	2	2	1	6	2	2	2	6	2	2	2	6	1	2	1	4	22	30
68	1	1	2	1	5	2	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	31
69	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	1	3	14	31
70	2	2	2	1	7	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	1	4	18	34
71	3	1	1	1	6	2	1	2	5	1	1	1	3	1	2	1	4	18	27
72	1	1	1	1	4	3	1	2	6	1	1	1	3	1	2	1	4	17	49
73	2	2	1	1	6	1	2	1	4	1	2	1	4	1	1	1	3	17	38
74	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	15	61
75	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	75
76	2	2	3	1	8	1	2	2	5	1	1	2	4	1	2	1	4	21	29
77	1	1	1	1	4	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	1	4	15	28
78	1	1	1	1	4	2	2	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	15	26
79	2	2	2	2	8	2	2	2	6	2	2	2	6	2	2	2	6	26	36
80	2	1	1	1	5	1	2	1	4	2	2	2	6	1	2	2	5	20	26

81	1	2	2	1	6	2	1	3	6	1	3	2	6	3	1	2	6	24	22
82	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	29
83	2	2	1	2	7	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	3	6	20	30
84	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	32
85	1	1	1	1	4	2	1	1	4	2	1	1	4	3	2	1	6	18	28
86	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	78
87	3	1	1	1	6	1	3	3	7	1	1	1	3	1	1	1	3	19	21
88	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	52
89	1	1	2	1	5	1	1	1	3	2	2	1	5	1	1	1	3	16	49
90	1	1	1	1	4	1	3	3	7	1	1	1	3	1	3	1	5	19	32
91	2	2	2	1	7	1	1	2	4	2	1	1	4	1	2	1	4	19	25
92	1	2	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	40
93	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	74
94	1	1	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	5	1	1	1	3	15	77
95	2	2	1	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	72
96	1	1	1	1	4	1	2	2	5	1	1	2	4	1	1	1	3	16	50
97	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	2	2	5	1	2	1	4	18	27
98	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	29
99	1	1	2	1	5	1	1	2	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	42
100	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	77
101	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	76
102	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	29
103	3	1	1	1	6	1	3	3	7	1	1	1	3	1	1	1	3	19	24
104	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	32
105	1	1	2	1	5	2	1	2	5	1	1	1	3	1	2	1	4	17	29
106	1	1	1	1	4	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	1	3	15	36
107	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	29
108	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	43

109	1	2	3	1	7	1	1	1	3	1	1	2	4	1	2	1	4	18	38
110	2	1	3	1	7	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	3	5	19	28
111	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	27
112	1	1	2	1	5	1	1	1	3	2	1	1	4	1	2	1	4	16	20
113	2	1	3	1	7	1	2	1	4	1	1	1	3	1	2	1	4	18	30
114	1	2	2	2	7	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	3	17	29
115	2	2	1	1	6	1	1	2	4	1	1	3	5	1	2	1	4	19	25
116	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	15	24
117	1	2	2	2	7	1	1	2	4	2	1	1	4	1	2	1	4	19	29
118	3	2	2	1	8	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	17	30
119	1	1	2	1	5	2	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	31
120	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	1	3	14	31
121	2	2	2	1	7	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	1	4	18	34
122	3	1	1	1	6	2	1	2	5	1	1	1	3	1	2	1	4	18	27
123	1	1	1	1	4	3	1	2	6	1	1	1	3	1	2	1	4	17	26
124	2	2	1	1	6	1	2	1	4	1	2	1	4	1	1	1	3	17	25
125	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	15	31
126	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	29
127	2	2	3	1	8	1	2	2	5	1	1	2	4	1	2	1	4	21	22
128	1	1	1	1	4	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	1	4	15	27
129	1	1	1	1	4	2	2	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	15	75
130	1	2	3	1	7	1	1	1	3	1	1	2	4	1	2	1	4	18	33
131	2	1	3	1	7	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	3	5	19	23
132	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	61
133	1	1	2	1	5	1	1	1	3	2	1	1	4	1	2	1	4	16	47
134	2	1	3	1	7	1	2	1	4	1	1	1	3	1	2	1	4	18	28
135	1	2	2	2	7	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	3	17	44
136	2	1	2	1	6	3	1	2	6	1	1	1	3	1	1	1	3	18	36

137	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	62
138	1	1	2	2	6	3	3	2	8	1	1	1	3	2	2	1	5	22	27
139	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	75
140	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	77
141	3	1	1	1	6	1	3	3	7	1	1	1	3	1	1	1	3	19	30
142	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	26
143	1	1	2	1	5	2	1	2	5	1	1	1	3	1	2	1	4	17	31
144	1	1	1	1	4	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	1	3	15	76
145	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	65
146	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	58
147	1	2	3	1	7	1	1	1	3	1	1	2	4	1	2	1	4	18	38
148	2	1	3	1	7	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	3	5	19	31
149	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	34
150	1	1	2	1	5	1	1	1	3	2	1	1	4	1	2	1	4	16	27
151	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	80
152	1	3	2	2	8	1	3	3	7	2	1	1	4	1	2	1	4	23	39
153	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	33
154	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	29
155	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	34
156	2	1	3	1	7	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	16	32
157	1	2	3	1	7	2	2	2	6	1	1	1	3	1	2	1	4	20	42
158	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	25
159	1	1	2	1	5	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	1	4	16	38
160	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	2	2	5	1	2	1	4	18	27
161	1	1	1	1	4	1	3	3	7	1	1	1	3	1	3	1	5	19	37
162	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	26
163	2	2	2	1	7	1	1	2	4	2	1	1	4	1	2	1	4	19	26
164	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	2	2	5	1	1	1	3	15	27

165	2	1	3	1	7	1	2	1	4	1	1	1	3	1	2	1	4	18	30
166	1	2	2	2	7	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	3	17	31
167	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	27
168	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	30
169	1	2	3	1	7	1	1	1	3	1	1	2	4	1	2	1	4	18	28
170	2	1	2	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	31
171	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	20
172	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	27
173	1	1	2	1	5	1	1	2	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	31
174	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	3	1	5	1	2	1	4	16	31
175	1	1	2	1	5	1	1	1	3	2	1	1	4	1	2	1	4	16	30
176	2	2	2	1	7	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	16	32
177	1	1	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	5	1	1	1	3	15	34
178	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	22
179	1	1	2	1	5	2	1	2	5	1	1	1	3	1	2	1	4	17	36
180	1	3	1	1	6	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	3	16	41
181	2	1	2	1	6	3	1	2	6	1	1	1	3	1	1	1	3	18	32
182	1	1	2	1	5	1	1	1	3	2	2	1	5	1	1	1	3	16	23
183	2	1	3	1	7	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	3	5	19	26
184	1	2	1	1	5	2	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	34
185	2	1	1	1	5	2	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	34
186	1	3	2	2	8	1	3	3	7	2	1	1	4	1	2	1	4	23	47
187	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	29
188	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	27
189	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	33
190	1	2	2	1	6	2	2	2	6	2	2	2	6	1	2	1	4	22	32
191	1	2	2	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	36
192	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	31

193	2	2	1	1	6	1	1	2	4	1	1	3	5	1	2	1	4	19	29
194	1	2	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	35
195	3	1	3	1	8	1	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	5	19	27
196	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	15	49
197	2	2	2	1	7	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	1	4	18	33
198	1	1	2	2	6	3	3	2	8	1	1	1	3	2	2	1	5	22	42
199	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	2	2	5	1	2	1	4	18	28
200	1	2	2	2	7	1	1	2	4	2	1	1	4	1	2	1	4	19	37
201	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	24
202	3	2	2	1	8	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	17	42
203	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	35
204	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	29
205	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	29
206	2	2	1	2	7	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	1	3	17	35
207	1	1	1	1	4	3	1	2	6	1	1	1	3	1	2	1	4	17	27
208	1	2	2	2	7	1	1	2	4	2	1	1	4	1	2	1	4	19	49
209	2	1	3	1	7	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	16	29
210	1	1	1	1	4	3	1	2	6	1	1	1	3	1	2	1	4	17	35
211	1	1	1	1	4	2	2	2	6	1	1	1	3	1	2	1	4	17	27
212	1	2	3	1	7	2	2	2	6	1	1	1	3	1	2	1	4	20	49
213	1	1	1	1	4	3	1	2	6	1	1	1	3	1	2	1	4	17	33
214	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	33
215	2	1	1	1	5	3	2	3	8	3	3	3	9	1	3	1	5	27	28
216	1	2	1	1	5	2	2	1	5	1	1	1	3	2	1	1	4	17	35
217	1	2	2	2	7	1	1	2	4	2	1	1	4	1	2	1	4	19	29
218	1	2	1	2	6	3	2	3	8	1	1	1	3	1	2	1	4	21	35
219	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	27
220	1	1	1	1	4	3	1	2	6	1	1	1	3	1	2	1	4	17	49

221	1	1	1	1	4	3	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	15	33
222	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	28
223	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	14	26
224	1	1	2	1	5	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	1	3	15	37
225	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	30
226	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	33
227	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	44
228	1	2	2	1	6	2	2	2	6	2	2	2	6	1	2	1	4	22	29
229	1	2	2	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	35
230	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	27
231	2	2	1	1	6	1	1	2	4	1	1	3	5	1	2	1	4	19	49
232	1	2	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	32
233	3	1	3	1	8	1	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	5	19	30
234	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	15	35
235	2	2	2	1	7	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	1	4	18	33
236	1	1	2	2	6	3	3	2	8	1	1	1	3	2	2	1	5	22	28
237	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	2	2	5	1	2	1	4	18	35
238	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	30
239	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	34
240	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	29
241	1	2	2	1	6	2	2	2	6	2	2	2	6	1	2	1	4	22	34
242	1	2	2	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	26
243	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	47
244	2	2	1	1	6	1	1	2	4	1	1	3	5	1	2	1	4	19	32
245	1	2	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	26
246	3	1	3	1	8	1	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	5	19	29
247	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	15	35
248	2	2	2	1	7	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	1	4	18	34

249	1	1	2	2	6	3	3	2	8	1	1	1	3	2	2	1	5	22	28
250	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	2	2	5	1	2	1	4	18	32
251	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	29
252	1	2	1	1	5	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	1	3	15	33
253	3	1	1	1	6	2	1	2	5	1	1	1	3	1	2	1	4	18	28
254	3	1	1	1	6	3	1	2	6	1	1	1	3	1	2	1	4	19	49
255	1	1	1	1	4	3	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	15	32
256	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	15	29
257	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	14	27
258	1	2	2	1	6	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	1	3	16	38
259	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	33
260	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	42
261	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	29
262	1	2	2	1	6	2	2	2	6	2	2	2	6	1	2	1	4	22	33
263	1	2	2	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	26
264	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	46
265	1	1	2	1	5	1	1	1	3	1	2	1	4	1	1	1	3	15	32
266	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	27
267	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	36
268	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	33
269	1	2	2	1	6	2	2	2	6	2	2	2	6	1	2	1	4	22	29
270	1	2	2	1	6	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	1	4	17	35
271	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	30
272	2	2	1	1	6	1	1	2	4	1	1	3	5	1	2	1	4	19	35
273	1	2	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	30
274	1	1	3	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	5	17	33
275	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	15	27
276	2	2	2	1	7	1	1	2	4	1	1	1	3	1	2	1	4	18	49

277	1	1	2	2	6	3	3	2	8	1	1	1	3	2	2	1	5	22	33
278	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	2	2	5	1	2	1	4	18	26
279	3	2	1	1	7	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	21	30
280	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	33
281	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	30
282	1	2	2	1	6	2	2	2	6	2	2	2	6	1	2	1	4	22	35
283	3	2	2	1	8	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	18	33
284	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	26
285	1	1	2	1	5	2	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	30
286	1	1	2	2	6	3	3	2	8	1	1	1	3	2	2	1	5	22	34
287	1	2	2	1	6	1	2	1	4	1	2	2	5	1	2	1	4	19	44
288	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	29
289	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	35
290	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	2	4	14	27
291	1	2	2	1	6	2	2	2	6	2	2	2	6	1	2	1	4	22	49
292	1	2	2	1	6	2	1	1	4	1	1	1	3	1	2	1	4	17	33
293	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	30
294	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	2	2	5	1	2	1	4	18	35
295	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	33
296	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	28
297	1	2	1	1	5	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	14	35
298	1	2	2	1	6	2	2	2	6	2	2	2	6	1	2	1	4	22	29
299	3	2	2	1	8	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	18	34
300	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	29
301	2	1	2	1	6	2	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	16	35
302	1	1	2	2	6	3	3	2	8	1	1	1	3	2	2	1	5	22	27
303	1	2	1	1	5	1	2	1	4	2	2	2	6	1	2	1	4	19	49
304	2	2	1	1	6	2	1	2	5	2	1	1	4	1	2	1	4	19	33

305	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	26
306	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	30
307	1	2	2	1	6	2	2	2	6	2	2	2	6	1	2	1	4	22	30
308	1	2	2	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	34
309	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	44
310	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	2	2	5	1	2	2	5	19	29
311	2	2	1	1	6	2	2	2	6	2	1	1	4	1	2	1	4	20	35
312	3	2	2	2	9	1	2	2	5	2	2	2	6	2	1	2	5	25	27
313	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	49
314	1	2	2	1	6	2	1	2	5	2	1	2	5	1	1	1	3	19	33
315	1	2	2	1	6	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	4	16	30
316	1	1	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	13	35
317	1	1	2	1	5	2	1	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	15	33
318	1	1	2	2	6	3	3	2	8	1	1	1	3	2	2	1	5	22	28
319	1	1	1	1	4	1	2	1	4	1	1	2	4	1	2	1	4	16	35

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo 11 de setiembre 2020

Estimado (a) señor (a): **Miriam Jacqueline Doza Damian.**

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento **ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (BIEPS-J)**, el cual tiene como objeto obtener la validación de los cuestionarios.

Recurrimos a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradecemos su valioso aporte y cooperación

Atentamente,



Ma. Psic. Miriam J. Doza Damian
DNI: 21139134
Juez



Romina Andrea Palomino Cuadra
DNI:76672438



Amelia Yessenia Ponce Zevallos
DNI: 70854839

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Miriam Jacqueline Doza Damian.
TÍTULO PROFESIONAL : Lic. en Psicología.
ESPECIALIDAD : PSICÓLOGA.
AÑOS DE EXPERIENCIA : 17 años.
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : Centro Emergencia Mujer.
POST GRADO : Maestría en Gerencia Social.
OTROS MERITOS :

.....

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....NINGUNA.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Ma. Psic. Miriam J. Doza Damian
DNI: 21139134

Constancia

Juicio de experto

Quien suscribe, **Miriam Jacqueline Doza Damian**, con Documento Nacional de Identidad N° 21139134 hago constar que realicé el juicio de experto al instrumento de **ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (BIEPS-J)**, presentado por las estudiantes de la Universidad Peruana los Andes, Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología: Romina Andrea, Palomino Cuadra y Amelia Yessenia, Ponce Zevallos Escala de autoevaluación de la ansiedad de autovaloración de Zung

Huancayo, 11 de setiembre del 2020



Ma. Psic. Miriam J. Doza Damian
DNI: 21139134

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo, 11 de setiembre del 2020

Estimado (a) señor (a): Mg. **Miriam Jacqueline Doza Damian**.

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento, **ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD DE AUTOVALORACIÓN DE ZUNG**, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurrimos a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradecemos su valioso aporte y cooperación

Atentamente,



Ma. Psic. Miriam J. Doza Damian
DNI: 21139134
Juez



Romina Andrea Palomino Cuadra
DNI:76672438



Amelia Yessenia Ponce Zevallos
DNI: 70854839

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Miriam Jacqueline Doza Damian
TÍTULO PROFESIONAL : Lic. en Psicología.
ESPECIALIDAD : Psicología comunitaria.
AÑOS DE EXPERIENCIA : 17 años.
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : Centro Emergencia Mujer.
POST GRADO : Maestría en Gerencia Social.
OTROS MERITOS :

.....

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Ma. Psic. Miriam J. Doza Damian
DNI: 21139134

Constancia

Juicio de experto

Quien suscribe **Miriam Jacqueline Doza Damian**, con Documento Nacional de Identidad N° **21139134**, hago constar que realicé el juicio de experto al instrumento **ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD DE AUTOVALORACIÓN DE ZUNG** de presentado por la estudiante de la Universidad Peruana los Andes, Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología: Romina Andrea Palomino Cuadra y Amelia Yessenia Ponce Zevallos.

Huancayo 11 de setiembre 2020



Ma. Psic. Miriam J. Doza Damian
DNI: 21139134

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo 11 de setiembre 2020

Estimado (a) señor (a): Mg. Mg. **Miriam Jacqueline Doza Damian.**

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento, **ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD DE AUTOVALORACIÓN DE ZUNG**, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurrimos a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradecemos su valioso aporte y cooperación

Atentamente,



Ma. Psic. Miriam J. Doza Damian
DNI: 21139134
Juez



Romina Andrea Palomino Cuadra
DNI:76672438



Amelia Yessenia Ponce Zevallos
DNI: 70854839

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ANSIEDAD

Nº	#Ítems	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia1		Relevancia2		Claridad3		Sugerencias
			Si	No	Si	No	Si	No	
		DIMENSIÓN 1: Subjetivo	Si	No	Si	No	Si	No	
1	1	Me siento más intranquilo(a) y nervioso(a) que de costumbre.	X		X		X		
2	2	Me siento atemorizado(a) sin motive.	X		X		X		
3	3	Me altero o agito con rapidez.	X		X		X		
4	4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.	X		X		X		
5	5	Creo que todo está bien y que no va a pasar nada malo.	X		X		X		
6	6	Tengo pesadillas.	X		X		X		
		DIMENSIÓN 2: SOMÁTICO	Si	No	Si	No	Si	No	
7	7	Sufro dolores de cabeza, cuello y de espalda.	X		X		X		
8	8	Me siento débil y me canso fácilmente.	X		X		X		
9	9	Me siento tranquilo(a) y me es fácil estarme quieto(a).	X		X		X		
10	10	Siento que el corazón me late a prisa.	X		X		X		
11	11	Sufro de mareos (vértigos).	X		X		X		
12	12	Me desmayo o siento que voy a desmayarme.	X		X		X		
13	13	Puedo respirar fácilmente.	X		X		X		
14	14	Se me duermen o me hormiguean los dedos de las manos y pies.	X		X		X		
15	15	Sufro dolores de estómago e indigestión.	X		X		X		
16	16	Orino con mucha frecuencia	X		X		X		
17	17	Por lo general tengo mis manos secas y calientes.	X		X		X		
18	18	La cara se me pone caliente y roja.	X		X		X		
21	19	Duermo fácilmente y Descanso bien por la noche.	X		X		X		
22	21	Me tiemblan las manos, los brazos y las piernas.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Si hay suficiencia en el test.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Ma. Psic. Miriam Jacqueline Doza Damian

DNI: 21139134

Especialidad del validador: Psicología comunitaria.

Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

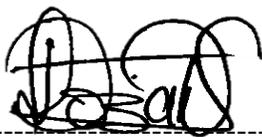
Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

La validación se realiza por dos especialistas temáticos y metodólogos

Huancayo 11 de diciembre del 2020



Ma. Psic. Miriam J. Doza Damian

DNI: 21139134

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: BIENESTAR PSICOLÓGICO

N°	#Items	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia1		Relevancia2		Claridad3		Sugerencias
			Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN: CONTROL DE SITUACIONES			Si	No	Si	No	Si	No	
1	13	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.	X		X		X		
2	5	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.	X		X		X		
3	10	Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.	X		X		X		
4	1	Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.	X		X		X		
DIMENSIÓN: CALIDAD DE RELACIONES INTERPERSONALES			Si	No	Si	No	Si	No	
5	8	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito	X		X		X		
6	2	Tengo amigos/as en quienes confiar.	X		X		X		
7	11	Creo que en general me llevo bien con la gente.	X		X		X		
DIMENSIÓN: PROYECTOS			Si	No	Si	No	Si	No	
8	12	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.	X		X		X		
9	6	Me importa pensar que haré en el futuro.	X		X		X		
10	3	Creo que sé lo que quiero hacer en mi vida.	X		X		X		
DIMENSIÓN: ACEPTACIÓN DE SÍ MISMO			Si	No	Si	No	Si	No	
11	9	Estoy bastante conforme con mi forma de ser.	X		X		X		
12	4	En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.	X		X		X		
13	7	Generalmente le caigo bien a la gente.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Si hay suficiencia en el test.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Ma. Psic. Miriam Jacqueline Doza Damian

DNI: 21139134

Especialidad del validador: Psicología comunitaria.

Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

La validación se realiza por dos especialistas temáticos y metodólogos

Huancayo 11 de diciembre del 2020



Ma. Psic. Miriam J. Doza Damian

DNI: 21139134

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo 11 de setiembre 2020

Estimado (a) señor (a): Mg. Annabella Llanos Villadoma

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento **ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (BIEPS-J)**, el cual tiene como objeto obtener la validación de los cuestionarios.

Recurrimos a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradecemos su valioso aporte y cooperación

Atentamente, Atentamente,



Mg. Annabella Llanos Villadoma
DNI: 22486156
Juez



Romina Andrea Palomino Cuadra
DNI:76672438



Amelia Yessenia Ponce Zevallos
DNI: 70854839

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Mg. Annabella Llanos Villadoma
TÍTULO PROFESIONAL : Lic. en Psicología.
ESPECIALIDAD : Clínica y educativa
AÑOS DE EXPERIENCIA : 25 años.
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : Universidad Peruana los Andes
POST GRADO : MAESTRIA en Problemas de Aprendizaje
OTROS MÉRITOS : Doctorado concluido en Psic. Educativa.

.....

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1

MEDIANAMENTE ADECUADO 2

INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....


Mg. Annabella Llanos Villadoma
DNI: 22486156
C.P.P.4493
Juez

Constancia

Juicio de experto

Quien suscribe, **Mg. Annabella Llanos Villadoma**, con Documento Nacional de Identidad N° **22486156**, hago constar que realicé el juicio de experto al instrumento de **ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (BIEPS-J)**, presentado por las estudiantes de la Universidad Peruana los Andes, Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología: Romina Andrea, Palomino Cuadra y Amelia Yessenia, Ponce Zevallos Escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung

Huancayo, 11 de setiembre del 2020



Mg. Annabella Llanos Villadoma

DNI: 22486156

C.P.P.4493

Juez

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo, 11 de setiembre del 2020

Estimado (a) señor (a): **Mg. Annabella Llanos Villadoma.**

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento, **ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD DE AUTOVALORACIÓN DE ZUNG**, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurrimos a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradecemos su valioso aporte y cooperación

Atentamente,



Mg. Annabella Llanos Villadoma
DNI: 22486156
Juez



Romina Andrea Palomino Cuadra
DNI:76672438



Amelia Yessenia Ponce Zevallos
DNI: 70854839

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Mg. Annabella Llanos Villadoma
TÍTULO PROFESIONAL : Lic. en Psicología.
ESPECIALIDAD : Clínica y educativa
AÑOS DE EXPERIENCIA : 25 años.
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : Universidad Peruana los Andes
POST GRADO : MAESTRIA en Problemas de Aprendizaje
OTROS MÉRITOS : Doctorado concluido en Psic. Educativa.

.....

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1

MEDIANAMENTE ADECUADO 2

INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



Mg. Annabella Llanos Villadoma
DNI: 22486156
C.P.P.4493
Juez

Constancia

Juicio de experto

Quien suscribe, **Mg. Annabella Llanos Villadoma**, con Documento Nacional de Identidad N° **22486156**, hago constar que realicé el juicio de experto al instrumento **ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD DE AUTOVALORACIÓN DE ZUNG** de presentado por la estudiante de la Universidad Peruana los Andes, Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología: Romina Andrea Palomino Cuadra y Amelia Yessenia Ponce Zevallos.

Huancayo 11 de diciembre 2020



Mg. Annabella Llanos Villadoma
DNI: 22486156
C.P.P.4493
Juez

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo 11 de diciembre 2020

Estimado (a) señor (a): **Mg. Annabella Llanos Villadoma.**

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento, **ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD DE AUTOVALORACIÓN DE ZUNG**, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurrimos a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradecemos su valioso aporte y cooperación

Atentamente,



Mg. Annabella Llanos Villadoma
DNI: 22486156
Juez



Romina Andrea Palomino Cuadra
DNI:76672438



Amelia Yessenia Ponce Zevallos
DNI: 70854839

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ANSIEDAD

Nº	#Ítems	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia1		Relevancia2		Claridad3		Sugerencias
			Si	No	Si	No	Si	No	
		DIMENSIÓN 1: Subjetivo							
1	1	Me siento más intranquilo(a) y nervioso(a) que de costumbre.	X		X		X		
2	2	Me siento atemorizado(a) sin motive.	X		X		X		Dejar en claro el significado de atemorizado, sin motivo
3	3	Me altero o agito con rapidez.	X		X		X		Dejar en claro el significado de la palabra agito.
4	4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.	X		X		X		
5	5	Creo que todo está bien y que no va a pasar nada malo.	X		X		X		
6	6	Tengo pesadillas.	X		X		X		
		DIMENSIÓN 2: SOMÁTICO	Si	No	Si	No	Si	No	
7	7	Sufro dolores de cabeza, cuello y de espalda.	X		X		X		
8	8	Me siento débil y me canso fácilmente.	X		X		X		
9	9	Me siento tranquilo(a) y me es fácil estarme quieto(a).	X		X		X		
10	10	Siento que el corazón me late a prisa.	X		X		X		
11	11	Sufro de mareos (vértigos).	X		X		X		
12	12	Me desmayo o siento que voy a desmayarme.	X		X		X		
13	13	Puedo respirar fácilmente.	X		X		X		
14	14	Se me duermen o me hormiguean los dedos de las manos y pies.	X		X		X		Dejar en claro el significado de la palabra hormiguean
15	15	Sufro dolores de estómago e indigestión.	X		X		X		
16	16	Orino con mucha frecuencia	X		X		X		
17	17	Por lo general tengo mis manos secas y calientes.	X		X		X		
18	18	La cara se me pone caliente y roja.	X		X		X		
21	19	Duermo fácilmente y Descanso bien por la noche.	X		X		X		
22	21	Me tiemblan las manos, los brazos y las piernas.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Si hay suficiencia en el test, sin embargo, se recomienda que las palabras puestas en sugerencias deben de aclararse su significado, ya que algunos estudiantes podrían no entender la magnitud del significado y ello podría distorsionar el resultado de la investigación.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Mg: Annabella Llanos Villadoma

DNI: 22486156

Especialidad del validador: Educativo y clínico

Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

La validación se realiza por dos especialistas temáticos y metodólogos

Huancayo 11 de diciembre del 2020



Mg. Annabella Llanos Villadoma

DNI: 22486156

C.P.P.4493

Juez

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: BIENESTAR PSICOLÓGICO

N°	#Items	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia1		Relevancia2		Claridad3		Sugerencias
			Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN: CONTROL DE SITUACIONES			Si	No	Si	No	Si	No	
1	13	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.	X		X		X		
2	5	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.	X		X		X		
3	10	Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.	X		X		X		
4	1	Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.	X		X		X		
DIMENSIÓN: CALIDAD DE RELACIONES INTERPERSONALES			Si	No	Si	No	Si	No	
5	8	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito	X		X		X		
6	2	Tengo amigos/as en quienes confiar.	X		X		X		
7	11	Creo que en general me llevo bien con la gente.	X		X		X		
DIMENSIÓN: PROYECTOS			Si	No	Si	No	Si	No	
8	12	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.	X		X		X		
9	6	Me importa pensar que haré en el futuro.	X		X		X		
10	3	Creo que sé lo que quiero hacer en mi vida.	X		X		X		
DIMENSIÓN: ACEPTACIÓN DE SÍ MISMO			Si	No	Si	No	Si	No	
11	9	Estoy bastante conforme con mi forma de ser.	X		X		X		
12	4	En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.	X		X		X		
13	7	Generalmente le caigo bien a la gente.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Si hay suficiencia en el test.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Mg: Annabella Llanos Villadoma

DNI: 22486156

Especialidad del validador: Educativo y clínico

Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

La validación se realiza por dos especialistas temáticos y metodólogos

Huancayo 11 de setiembre del 2020



Mg. Annabella Llanos Villadoma
DNI: 22486156
C.P.P.4493
Juez

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo, 20 de enero 2021

Estimado (a) señor (a): Dr. Moises Huamancaja Espinoza

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento **ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (BIEPS-J)**, el cual tiene como objeto obtener la validación de los cuestionarios.

Recurro a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradezco su valioso aporte y cooperación

Atentamente,



Romina Andrea Palomino Cuadra
DNI: 70854839



Amelia Yessenia Ponce Zevallos
DNI 76672438

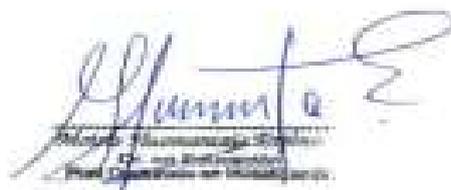
CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Moises Huamancaja Espinoza
TÍTULO PROFESIONAL : Licenciado
ESPECIALIDAD : Educación
AÑOS DE EXPERIENCIA : 23 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : INCP – Facultad Sociología EPG
POST GRADO : Doctor en educación
OTROS MERITOS : Pos doctor en Investigación. autor de libros de investigación y estadística para la investigación

EN RESUMEN CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....NINGUNA.....
.....
.....
.....
.....
.....



Moises Huamancaja Espinoza
Prof. Investigador en Sociología

Dr. Moises Huamancaja Espinoza
DNI: 19838175

Constancia

Juicio de experto

Quien suscribe, Dr. Moises Huamancaja Espinoza, con Documento Nacional de Identidad N° _____ hago constar que realicé el juicio de experto al instrumento de **ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (BIEPS-J)**, presentado por las estudiantes de la Universidad Peruana los Andes, Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología: Romina Andrea Palomino Cuadra y Amelia Yessenia Ponce Zevallos Escala de autoevaluación de la ansiedad de autovaloración de Zung

Huancayo, 20 de enero del 2021



Moises Huamancaja Espinoza
Psicólogo
Prof. Especialista en Psicología

Dr. Moises Huamancaja Espinoza
DNI: 19838175

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo 20 de enero 2021

Estimado (a) señor (a): Dr. MOISES HUAMANCAJA ESPINOZA.....

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento, **ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD DE AUTOVALORACIÓN DE ZUNG**, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurro a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradezco su valioso aporte y cooperación

Atentamente,



Moises Huamancaja Espinoza
Dr. en Psicología
Escuela Profesional de Psicología

Dr. Moises Huamancaja Espinoza
DNI:
Juez



Romina Andrea Palomino Cuadra
DNI:76672438



CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : MOISES HUAMANCAJA ESPINOZA
TÍTULO PROFESIONAL : Licenciado
ESPECIALIDAD : Educación
AÑOS DE EXPERIENCIA : 23 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : UNCP Facultad de sociología EPG
POST GRADO : Doctor en educación
OTROS MERITOS : Pos doctor en investigación. autor de libro de metodología y estadística

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES: aplicable



Moises Huamancaja Espinoza
Dr. en Educación
Post Doctorado en Investigación

Dr. Moises Huamancaja Espinoza
DNI: 19838175

Constancia

Juicio de experto

Quien suscribe Dr. Moises Huamancaja Espinoza, con Documento Nacional de Identidad N° , hago constar que realicé el juicio de experto al instrumento **ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD DE AUTOVALORACIÓN DE ZUNG** de presentado por la estudiante de la Universidad Peruana los Andes, Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología: Romina Andrea Palomino Cusdra y Amelia Yessenia Ponce Zevallos.

Huancayo, 20 de enero del 2021



Dr. Moises Huamancaja Espinoza
DNI: 19838175

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Huancayo 20 de enero 2021

Estimado (a) señor (a): Dr. MOISES HUAMANCAJA ESPINOZA

Por medio del presente solicito su valiosa colaboración en la revisión del instrumento, **ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD DE AUTOVALORACIÓN DE ZUNG**, el cual tiene como objeto obtener la validación del cuestionario.

Recurso a usted debido a sus años de instrucción y de experiencia en la materia, los cuales aportarían una eficaz y completa información para la culminación exitosa del presente trabajo de investigación.

Sin más agradezco su valioso aporte y cooperación

Atentamente,



Dr. Moises Huamancaja Espinoza
Escuela Profesional de Psicología
Universidad Peruana Los Andes



Dr. Moises Huamancaja Espinoza
DNI: 19838175
Juez

Romina Andrea Palomino Cuadra
DNI: 76672438



Amelia Yessenia Ponce Zevallos
DNI: 70854839

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ANSIEDAD

N° ítem	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia1		Relevancia2		Claridad3		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1: Subjetivo							
1	Me siento más intranquilo(a) y nervioso(a) que de costumbre.	X		X		X		
2	Me siento atemorizado(a) sin motivo.	X		X		X		
3	Me altero o agito con rapidez.	X		X		X		
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedruzos.	X		X		X		
5	Creo que todo está bien y que no va a pasar nada malo.	X		X		X		
6	Tengo pesadillas.	X		X		X		
	DIMENSIÓN 2: SOMÁTICO	Si	No	Si	No	Si	No	
7	Sufro dolores de cabeza, cuello y de espalda.	X		X		X		
8	Me siento débil y me canso fácilmente.	X		X		X		
9	Me siento tranquilo(a) y me es fácil estar tranquilo(a).	X		X		X		
10	Siento que el corazón me late a prisa.	X		X		X		
11	Sufro de mareos (vértigos).	X		X		X		
12	Me desmayo o siento que voy a desmayarme.	X		X		X		
13	Puedo respirar fácilmente.	X		X		X		
14	Se me dormien o me hormiguean los dedos de las manos y pies.	X		X		X		
15	Sufro dolores de estómago e indigestión.	X		X		X		
16	Orino con mucha frecuencia	X		X		X		
17	Por lo general tengo mis manos secas y calientes.	X		X		X		
18	La cara se me pone caliente y roja.	X		X		X		
21	Dormo fácilmente y D escanso bien por la noche.	X		X		X		
22	Me tiemblan las manos, los brazos y las piernas.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

BUENA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador, Dr. Moises Huamancaja Espinoza

DNI: 19838175

Especialidad del validador: P

Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

La validación se realiza por dos especialistas temáticos y metodólogos

Huancayo 20 de Enero del 2021.



Moises Huamancaja Espinoza
DNI: 19838175
Prof. Dependiente en Intelectual

Dr. Moises Huamancaja Espinoza

DNI:19838175

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: BIENESTAR PSICOLÓGICO

N° ítem	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN: CONTROL DE SITUACIONES							
1	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.	X		X		X		
2	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.	X		X		X		
3	Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.	X		X		X		
4	Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.	X		X		X		
	DIMENSIÓN: CALIDAD DE RELACIONES INTERPERSONALES							
5	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito	X		X		X		
6	Tengo amigos/as en quienes confiar.	X		X		X		
7	Creo que en general me llevo bien con la gente.	X		X		X		
	DIMENSIÓN: PROYECTOS							
8	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.	X		X		X		
9	Me importa pensar que haré en el futuro.	X		X		X		
10	Creo que sé lo que quiero hacer en mi vida.	X		X		X		
	DIMENSIÓN: ACEPTACIÓN DE SI MISMO							
11	Estoy bastante conforme con mi forma de ser.	X		X		X		
12	En general, estoy conforme con el cuerpo que tengo.	X		X		X		
13	Generalmente le caigo bien a la gente.	X		X		X		

CAPTURAS DEL GOOGLE FORMULARIO



 **Gracias.**

La respuesta se ha enviado.

[Enviar otra respuesta](#)

 **Gracias.**

La respuesta se ha enviado.

[Enviar otra respuesta](#)

[Crear mi propio formulario](#)

[Con tecnología de Microsoft Forms](#) | [Privacidad y cookies](#) | [Términos de uso](#)



 **Gracias.**

La respuesta se ha enviado.

[Enviar otra respuesta](#)

 **Gracias.**

La respuesta se ha enviado.

[Enviar otra respuesta](#)

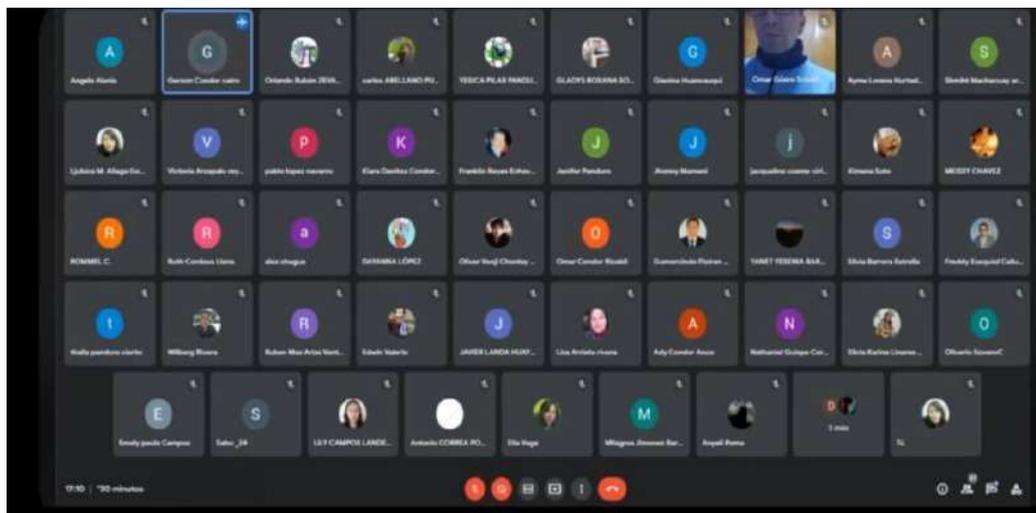
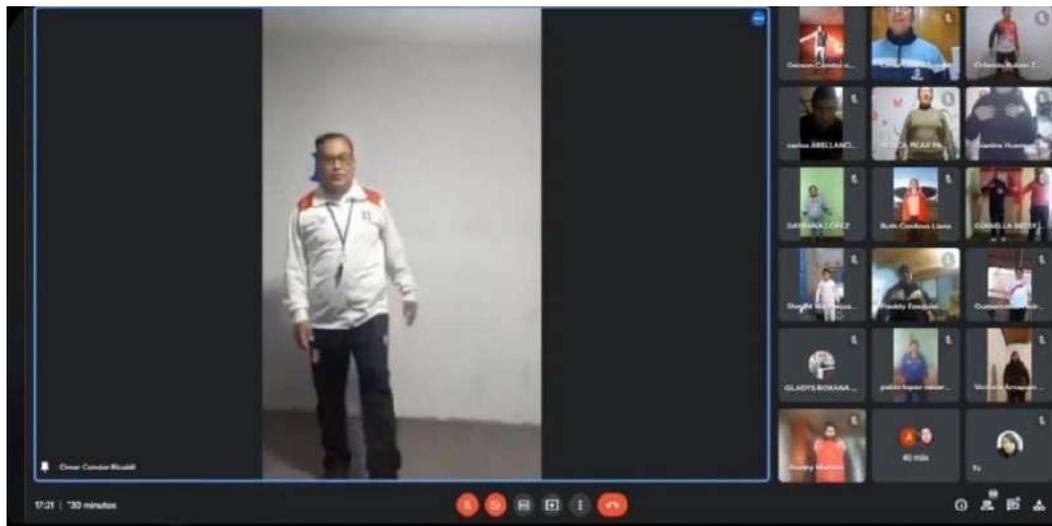
[Crear mi propio formulario](#)

[Con tecnología de Microsoft Forms](#) | [Privacidad y cookies](#) | [Términos de uso](#)

[Crear mi propio formulario](#)

[Con tecnología de Microsoft Forms](#) | [Privacidad y cookies](#) | [Términos de uso](#)

- REUNIÓN CON EL CORDINADOR DE TOE PARA INFORMAR RESPECTO A LA EVALUACIÓN VIRTUAL



MUESTRA TOTAL DE EVALUADOS:

1. ESCALA BIEPS-J

Preguntas Respuestas **119** Configuración

Sección 1 de 2

ESCALA BIEPS - J

Por favor lee con atención las siguientes oraciones y marca tu respuesta según lo que pienses y sientas durante este último mes. No hay respuestas buenas o malas, así que no dejes oraciones sin responder. Marca tu respuesta con un equis(X)
Las opciones de respuesta son: DE ACUERDO, NI DEACUERDO NI EN DESACUERDO Y EN DESACUERDO

2. ESCALA AUTOEVALUACIÓN ZUNG

Preguntas Respuestas **119** Configuración

Sección 1 de 3

ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE ANSIEDAD

La Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA) comprende un cuestionario de 20 informes o relatos, cada uno referido a manifestaciones características de ansiedad, como síntomas o signos.