**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**



**Informe de Tesis**

**BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA Y UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PRIVADA DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA**

**Autoras:**

Diana Milusca Sánchez Perfecto.

Reyna Yasmin Lucero Tello Rodríguez.

**Asesor:**

Mg. Luis Fernando Guerra Peralta.

**Cajamarca – Perú**

**Agosto – 2020.**

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**



**BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA Y UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PRIVADA DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA**

Tesis presentada en cumplimiento parcial de los requerimientos para optar el título de Licenciadas en Psicología.

**Bachilleres:**

Diana Milusca Sánchez Perfecto.

Reyna Yasmin Lucero Tello Rodríguez.

**Asesor:**

Mg. Luis Fernando Guerra Peralta.

**Cajamarca – Perú**

**Agosto – 2020.**

COPYRIGTH © 2019 by

SÁNCHEZ PERFECTO DIANA MILUSCA.

TELLO RODRÍGUEZ REYNA YASMIN LUCERO.

Todos los derechos reservados

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**APROBACIÓN DE TESIS PARA OPTAR POR EL TÍTULO PROFESIONAL**

**“BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA Y UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PRIVADA DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA”**

**Presidente:** Ps. Gianina Calderón Pérez

**Secretaria:** Patricia Gómez Vargas

**Asesor:** Mg Luis Fernando Guerra Peralta

# **DEDICATORIA:**

El presente trabajo investigativo lo dedicamos principalmente a Dios, por ser el inspirador y darnos fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de los anhelos más deseados.

A nuestros padres, por su amor, trabajo y sacrificio en todos estos años, gracias a ellos hemos logrado llegar hasta aquí́ y convertirnos en lo que somos.   
A nuestros hermanas (os) por estar siempre presentes, acompañándonos y por el apoyo moral, que nos brindaron a lo largo de esta etapa de nuestras vidas.  
A todas las personas que nos han apoyado y han hecho que el trabajo se realice con éxito en especial a aquellos que nos abrieron las puertas y compartieron sus conocimientos.

*Diana y Reyna.*

# **AGRADECIMIENTO:**

Agradecemos a Dios por bendecirnos la vida, por guiarnos a lo largo de nuestra existencia, por ser el apoyo y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y de debilidad.

Agradecemos a todos los docentes que, con su sabiduría, conocimiento y apoyo, nos motivaron a desarrollarnos como personas y profesionales en la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.

# **RESUMEN:**

La presente investigación tuvo como objetivo determinar los niveles de bienestar psicológico en una Institucion Educativa secundaria Pública y una Institucion Educativa. secundaria Privada de la ciudad de Cajamarca; asimismo, identificar los niveles de bienestar psicológico de acuerdo a variables sociodemográficas (sexo y grado) y finalmente determinar los niveles de las dimensiones de la escala de bienestar psicológico de Ryff. Siendo nuestro estudio de tipo básico y comparativo; con un diseño descriptivo, no experimental y de corte trasversal con una muestra conformada por 224 alumnos de ambos sexos; para recolectar la información se utilizó la escala de bienestar psicológico de Ryff. Nuestros principales resultados evidenciaron que el nivel predominante en ambas Instituciones Educativas. fue el alto; asimismo se evidenció que el sexo femenino presenta niveles altos con mayores puntuaciones con respécto al sexo masculino. finalmente, se probó que el nivel predominante en las dimensiones de la escala de bienestar psicologíco fue el alto.

***Palabras Clave:*** Bienestar Psicológico, Adolescentes, Institución Educativa Pública, Institución Educativa Privada.

# **ABSTRACT:**

The main propouse research was to determine the levels of psychological well-being in a public I. and a private I. in the city of Cajamarca; also, identify the levels of psychological well-being according to sociodemographic variables (sex and grade) and finally determine the levels of the dimensions from Ryff's psychological well-being scale. The study was basic and comparative; with a descriptive, non-experimental and cross-sectional design with a sample made up of 224 students of both sexes; to collect the information was used psychological well-being scale from Ryff., the main results show that the predominant level in both I. E. was the stop; It is also evident that the female sex has high levels with higher scores with respect to the male sex. Finally, it is evident that the predominant level in the dimensions of the psychological well-being scale was high.

***Keywords*:** Psychological well-being, adolescents, state educational institution, private educational institution.

# **ÍNDICE**

[DEDICATORIA: v](#_Toc24328024)

[AGRADECIMIENTO: vi](#_Toc24328025)

[RESUMEN: vii](#_Toc24328026)

[ABSTRACT: viii](#_Toc24328027)

[ÍNDICE ix](#_Toc24328028)

[ÍNDICE DE TABLAS xi](#_Toc24328029)

[INTRODUCCIÓN xiii](#_Toc24328030)

[CAPÍTULO I 15](#_Toc24328031)

[**1.1.** **Planteamiento del problema:** 16](#_Toc24328032)

[**1.2.** **Enunciado del Problema:** 18](#_Toc24328033)

[**1.3.** **Objetivos de la Investigación:** 18](#_Toc24328034)

[**1.3.1.** **Objetivo General:** 18](#_Toc24328035)

[**1.3.2.** **Objetivos Específicos:** 18](#_Toc24328036)

[**1.4.** **Justificación:** 19](#_Toc24328037)

[CAPÍTULO II 20](#_Toc24328038)

[**2.1.** **Antecedentes de la Investigación:** 21](#_Toc24328039)

[ **Internacional:** 21](#_Toc24328040)

[ **Nacional:** 25](#_Toc24328041)

[ **Local:** 27](#_Toc24328042)

[**2.2.** **Bases Teóricas:** 28](#_Toc24328043)

[**2.2.1.** **Bienestar Psicológico:** 28](#_Toc24328044)

[**2.2.2.** **Adolescencia:** 36](#_Toc24328045)

[**2.3.** **Definición de términos Básicos:** 37](#_Toc24328046)

[**2.4.** **Definición Operacional de Variables:** 37](#_Toc24328047)

[CAPÍTULO III 40](#_Toc24328048)

[**3.1.** **Tipo de investigación:** 41](#_Toc24328049)

[**3.2.** **Diseño de investigación:** 41](#_Toc24328050)

[**3.3.** **Población, muestra y unidad de análisis:** 41](#_Toc24328051)

[**3.4.** **Instrumentos de Recolección de Datos:** 44](#_Toc24328052)

[**3.5.** **Procedimiento de Recolección de Datos:** 45](#_Toc24328053)

[**3.6.** **Análisis de datos:** 46](#_Toc24328054)

[**3.7.** **Consideraciones éticas** 47](#_Toc24328055)

[CAPÍTULO IV 48](#_Toc24328056)

[**4.1. Análisis de Resultados:** 49](#_Toc24328057)

[**4.2. Discusión de resultados:** 54](#_Toc24328058)

[CAPÍTULO V 59](#_Toc24328059)

[**Conclusiones:** 60](#_Toc24328060)

[**Recomendaciones:** 61](#_Toc24328061)

[REFERENCIAS: 62](#_Toc24328062)

[ANEXOS 68](#_Toc24328063)

[**ANEXO A:** 69](#_Toc24328064)

[**ANEXO B** 72](#_Toc24328065)

[**ANEXO C** 74](#_Toc24328066)

[**ANEXO D** 76](#_Toc24328067)

[**ANEXO E** 78](#_Toc24328068)

**ÍNDICE DE TABLAS**

[Tabla 1: Operacionalización de variables de investigación: 37](#_Toc24328069)

[Tabla 2: Datos sociodemográficos de los estudiantes de una Institucion Educativa Secundaria Publica y una Institucion Educativa Secundaria Privada de la ciudad de Cajamarca: 42](#_Toc24328070)

[Tabla 3: Confiabilidad con Alfa de Cronbach de la Escala de bienestar psicológico: 44](#_Toc24328071)

[Tabla 4: Niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institucion Educativa Secundaria. Privada: 48](#_Toc24328072)

[Tabla 5: : Niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institucion Educativa Secundaria Pública: 48](#_Toc24328073)

[Tabla 6: Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Privada de acuerdo al sexo: 49](#_Toc24328074)

[Tabla 7: Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Pública de acuerdo al sexo: 49](#_Toc24328075)

[Tabla 8: Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Privada de acuerdo al grado 50](#_Toc24328076)

[Tabla 9: Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Pública de acuerdo al grado 51](#_Toc24328077)

[Tabla 10: Niveles de las Dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Privada: 52](#_Toc24328078)

[Tabla 11: Niveles de las Dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Pública: 52](#_Toc24328079)

# **INTRODUCCIÓN**

El Bienestar Psicológico, desde muchos años atrás ha sido considerado y definido con el sentirse bien, con que las personas se sientan bien consigo mismas y con el entorno que los rodea, siendo esta una lucha constante en todos los seres humanos ya que muchos autores que han investigado esta variable consideran al Bienestar Psicológico como un sinónimo de felicidad en las personas, y todos los seres humanos se encuentran continuamente en busca de la felicidad, lo que hace importante a esta investigación ya que además de aportar nuevos conocimientos para nuestra realidad cajamarquina, aportara también nuevos conocimientos en ámbitos clínicos y educativos en adolescentes, teniendo así un conjunto de antecedentes e investigaciones previas las que se relacionan con nuestra variable de estudio, en los niveles internacionales, nacionales y locales, mencionando en sus conclusiones que el bienestar psicológico de las personas es consecuencia de las emociones que los individuos experimentan a lo largo de su vida, si estas suelen ser positivas llevan una vida tranquila, satisfactoria, llena de objetivos y metas, pero si por el contrario suelen tener emociones y pensamientos negativos estas influyen de manera negativa en su vida ya que sus relaciones son escasas y no llevaderas con las personas que lo rodean, con su entorno en general.

Por lo que la presente investigación, tuvo como objetivo general determinar los niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Pública y una Institución Educativa Secundaria Privada de la ciudad de Cajamarca.

En el presente informe de tesis, la información es presentada por capítulos resaltando y relatando la importancia de cada uno; para su mejor comprensión ha sido dividida de la siguiente manera:

El Capítulo I; nombrado El Problema de Investigación, que se encuentra conformado por el planteamiento del problema; asimismo enmarca los objetivos tanto generales como específicos y la justificación de la investigación.

El Capítulo II; nombrado Marco Teórico, que se encuentran conformado por los principales estudios previos o antecedentes desarrollados dentro de los ámbitos: internacionales, nacionales y locales; al igual que las bases teóricas, la definición de términos básicos y la matriz de operacionalización de variables de estudio.

El Capítulo III; nombrado Método de Investigación, que se encuentra conformado y describe el tipo, diseño, muestreo y características de la muestra que conforma la investigación, los instrumentos de medición utilizados; así también el procedimiento de recolección y análisis de datos.

En el Capítulo IV; nombrado Análisis y Discusión de Resultados en el cual se detalla el análisis de resultados por tablas de acuerdo a los objetivos establecidos y la discusión de resultados de acuerdo a los objetivos, antecedentes y bases teóricas.

En el Capítulo V; nombrado Conclusiones y Recomendaciones se enumeran las conclusiones y recomendaciones generales de la investigación.

Finalmente, se encuentran detallados los anexos necesarios como matriz de consistencias, consentimiento y asentimiento informado, instrumentos aplicados y fichas técnicas con las que se desarrolló la investigación.

# **CAPÍTULO I**

**EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

## **Planteamiento del problema:**

El bienestar psicológico en un primer momento estaba asociado con el sentirse bien con la apariencia física. Casullo (2002) refiere que el bienestar es definido por las personas de acuerdo a la percepción que tienen de sus vidas.

Comprender este aspecto del ser humano es de importancia, sobre todo actualmente donde el hedonismo y la inmediatez dirigen el comportamiento, causando daño al bienestar personal de los individuos. Sin embargo, cabe indicar que el nivel en que una persona se ve afectada dependerá de diversos factores internos y de los tipos de vínculos que ha establecido a lo largo de su vida, específicamente en la infancia y adolescencia.

Según autores como Coppari (2012), estudiar el bienestar psicológico en adolescentes es importante ya que se busca promover estilos de vida saludables enfocados desde el punto de mejorar la cantidad de sentimientos positivos en ellos mismos y que se encuentren satisfechos con su vida. De igual forma su estudio menciona la importancia de realizar esta investigación en dos poblaciones diferentes, en este caso, una institución educativa privada y una institución educativa pública, para así poder determinar las diferencias del nivel psicológico en ambas poblaciones.

Los bajos niveles de bienestar psicológico predisponen al adolescente a numerosas conductas de riesgo tales como suicidio y depresión (Casullo 2002; citado en Guerrero, Requena y Torrealba, 2016).

En el año 2014, la OMS emitió un informe titulado “Health for the world’s adolescents” donde menciona a la depresión como la causa principal de enfermedad y discapacidad en adolescentes y dentro de las tres principales causas de mortalidad al suicidio. Asimismo, en el año 2012 perecieron 1,3 millones de adolescentes en todo el mundo, recomendando planificar estrategias para responder de forma más eficaz a las necesidades físicas y de salud mental de esta población.

De acuerdo a la problemática causada por los bajos niveles de bienestar psicológico expuesta por Casullo (2002), en el Perú el Instituto Nacional de Salud Mental (INSM, 2012) señaló como causa predominante del suicidio en un 80% a la depresión y que un tercio de la población adolescente alguna vez intentó acabar con su vida o aún considera al suicidio como una solución a sus problemas, dándose la mayor prevalencia en mujeres. El Ministerio de Salud (MINSA, 2009), reporta que el 3,6% de adolescentes en Lima ha intentado suicidarse, en la sierra 2.9%, en la selva 1.7%, siendo los motivos en su mayoría los problemas con los padres (55%) y otros parientes (22%), por lo que surge la necesidad de estudiar a fondo el tema y conocer acerca del bienestar psicológico.

Ante esta problemática psicosocial se debe realizar acciones y tomar medidas para generar niveles altos de bienestar psicológico en los adolescentes con el fin de generar una mayor cantidad de emociones positivas que los ayuden a sentirse bien consigo mismos y a sentir satisfacción con la vida, pues en efecto y como mencionan las diversas autoridades, la adolescencia es una etapa crucial en la vida de una persona por lo que se genera la siguiente pregunta de investigación.

## **Enunciado del Problema:**

¿Cuáles son los niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Pública y una Institución Educativa Secundaria Privada de la Ciudad de Cajamarca?

## **Objetivos de la Investigación:**

* + 1. **Objetivo General:**

Determinar los niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Pública y una Institución Educativa Secundaria Privada de la ciudad de Cajamarca.

* + 1. **Objetivos Específicos:**

Determinar los niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Pública y una Institución Educativa Secundaria Privada de la ciudad de Cajamarca de acuerdo al sexo.

Determinar los niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Pública y una Institución Educativa Secundaria Privada de la ciudad de Cajamarca de acuerdo al grado.

Determinar los niveles de cada dimensión (Auto aceptación, relaciones positivas, dominio del entorno, crecimiento personal, propósito de vida y autonomía) de la Escala de Bienestar Psicológico (SPWB) de acuerdo al tipo de Institución Educativa.

* 1. **Justificación:**

La presente investigación se encontró en la línea de investigación de bienestar, desarrollo social y familiar de acuerdo a los lineamientos de la Facultad de Psicología de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, ya que con los resultados obtenidos se podrá brindar nuevos aportes para mejorar el desarrollo y bienestar psicológico de los adolescentes a nivel personal, familiar y social.

La investigación justifica su importancia desde diferentes puntos; desde el punto teórico permitió aportar actuales y verídicos conocimientos acerca de la realidad Cajamarquina, con respecto a los adolescentes, para así poder conocer sobre la variable de investigación (Bienestar Psicológico), ya que no ha sido estudiada únicamente, al igual que a sus niveles de manera comparativa en el grupo de adolescentes, sino que se ha visto enmarcada en distintas investigaciones correlacionada con otras variables psicológicas.

Desde el plano metodológico la investigación contribuyó en la salud mental dentro del ámbito educativo y clínico debido a que el tema sobre el bienestar psicológico viene siendo de interés en las diferentes ramas de las ciencias sociales.

Desde el ámbito social, la necesidad de estudiar los niveles de bienestar psicológico para la prevención de problemáticas psicosociales como depresión y suicidio que como se sabe son causas principales en las estadísticas de muerte en adolescentes; de este modo, al crearse programas de promoción y charlas informativas sobre el bienestar psicológico se disminuirán los niveles de depresión que generan suicidio en la población adolescente que como se sabe es una de las más vulnerables y propensas que tenemos.

# **CAPÍTULO II**

**MARCO TEÓRICO**

* 1. **Antecedentes de la Investigación:**
* **Internacional:**

En el estudio de Figueroa et al. (2005), realizado en México denominado estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar psicológico con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucuman; el estudio fue de tipo cuantitativo, básico y empírico, con un diseño descriptivo correlacional, no experimental y de corte trasversal con una muestra conformada por 150 adolescentes cuyas edades oscilan entre los 14 a 18 años de edad, la información se recolecto a través de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (TEA) y la Escala de bienestar psicológico de Casullo. Los principales resultados evidencian diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento en adolescentes (34%). Los adolescentes con bajo bienestar psicológico (38%) utilizaron estrategias de afrontamiento como auto culpabilidad (24%) y la reducción de tensión (30%), sin embargo, los adolescentes con alto nivel de bienestar psicológico (62%) utilizaron estrategias de afrontamiento dirigidas a la solución del problema (48%). Asimismo, los varones presentan niveles más altos (45%) de bienestar psicológico que las mujeres (39%).

La investigación de Chávez (2006), en México denominada bienestar psicológico y su influencia en el nivel académico de estudiantes del nivel medio superior, cuyo objetivo fue determinar la relación existente entre bienestar psicológico y rendimiento académico; el estudio fue básico, empírico y cuantitativo, de diseño descriptivo correlacional, no experimental y de corte trasversal con una muestra conformada por 92 participantes (46 hombres y 46 mujeres) de edades entre los 17 y 18 años. Se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico en Jóvenes Adolescentes (BIEPS-J) y las calificaciones de los estudiantes. Los resultados de la investigación muestran que existe una correlación positiva entre ambas variables (r=,869); sin embargo, no se puede establecer una relación causal entre ambas variables.

Gómez y Cogollo (2010) en una investigación realizada en Colombia, denominada factores predictores relacionados con el Bienestar general en Adolescentes, cuyo objetivo fue determinar qué factores causaban bienestar en los adolescentes; el estudio fue de tipo empírico, básico y cuantitativo, de diseño descriptivo correlacional, no experimental y de corte trasversal con una muestra que estuvo conformada por 1 152 estudiantes de colegios públicos y privados cuyas edades oscilaban entre los 11 y 17 años. Para la recolección de información se utilizó la Escala de Rosenberg y el Índice de Bienestar General. Los principales resultados evidencian que ambas instituciones presentan bienestar psicológico en nivel alto; colegio privado 56% y colegio estatal 53%, con respecto al sexo se aprecia que en ambas instituciones el bienestar psicológico se presenta en nivel alto con predominancia en las mujeres; colegio privado: sexo femenino 45%; colegio estatal: sexo femenino: 53%. Se concluye que no existen diferencias significativas con respecto al bienestar psicológico con respecto al tipo de institución educativa.

García (2010) en un estudio realizado en Argentina, denominado estilos de vida y Bienestar Psicológico en Adolescentes del Valle de Uco, que tuvo como objetivo describir el estilo de vida de los adolescentes y su relación con los niveles de bienestar psicológico; el estudio fue de tipo básico, empírico y cuantitativo, de diseño descriptivo correlacional, no experimental y de corte trasversal; con una muestra conformada por 90 adolescentes de ambos sexos cuyas edades estaban entre los 15 y 19 años, se utilizaron Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y el Cuestionario de estilos de vida del adolescente. Los principales resultados muestran que los adolescentes presentan un nivel alto de bienestar psicológico (45%), De acuerdo a los niveles de las dimensiones, se observa que el nivel predominante fue el alto en todas las dimensiones: Autoaceptación 56%, Relaciones positivas 43%. Dominio del entorno 39%, Crecimiento personal 67%, Propósito de vida 48% y Autonomía 58%. Se concluye que los adolescentes al presentar un nivel alto de bienestar psicológico y al estar relacionado directamente con los estilos de vida se sienten satisfechos con la vida que mantienen.

Coppari et al. (2012) en un estudio realizado en Paraguay denominado niveles de Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria de dos instituciones (Pública y privada), cuyo objetivo fue determinar los niveles de bienestar psicológico presente en los adolescentes; el estudio fue de tipo empírico, básico y cuantitativo, de diseño descriptivo, no experimental y de corte trasversal; con una muestra conformada por 180 estudiantes (de tercero a quinto de secundaria); la información se recolectó a través de la Escala de Bienestar Psicológico de Sánchez Canova. Los resultados muestran que los adolescentes presentan un nivel alto de bienestar psicológico en ambas instituciones educativas: Privada 56% y Pública 52%. Con respecto al sexo se observa que en ambas Instituciones Educativas predomina el nivel alto en el sexo femenino: Privada 48% y Pública 56%. Finalmente, con respecto al grado, se evidencia que en ambas Instituciones Educativas predomina el nivel alto de la siguiente manera: Privada: Tercero de secundaria 45%, cuarto de secundaria 57% y quinto de secundaria 46%; Pública: Tercero de secundaria 41%, cuarto de secundaria 59% y quinto de secundaria 52%. Se concluye que no se observan diferencias significativas en cuanto al nivel de bienestar psicológico con respecto al tipo de Institución Educativa.

La investigación realizada por Del Valle y Hormachea (2015) en Argentina, denominada el bienestar psicológico: diferencias según sexo en estudiantes universitarios y diferencias con población general, la cual tuvo como finalidad determinar las diferencias de acuerdo al sexo en los universitarios participantes de la investigación; el estudio fue de tipo básico, empírico y cuantitativo, de diseño descriptivo, no experimental y de corte trasversal, con una muestra conformada por 654 estudiantes. Se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en su versión española para la recolección de datos. Los resultados arrojan que las mujeres presentan puntuaciones más elevadas que los varones en las dimensiones de Propósito de vida (67%), relacionamiento positivo (43%) y crecimiento personal (59%); sin embargo, los hombres obtuvieron puntajes más altos en la dimensión de autonomía (54%). Se concluye que las dimensiones de relaciones positivas y crecimiento personal presentaron niveles más altos y la dimensión de autonomía presento niveles de puntuación más bajo.

* **Nacional:**

Cornejo, Pérez y Santiago (2015) en un estudio realizado en Huancayo denominado bienestar psicológico, metas de estudio e identidad institucional en jóvenes universitarios, con el objetivo de describir y analizar la relación del bienestar psicológico, las metas de estudio y la identidad en jóvenes universitarios; el estudio fue de tipo cuantitativo, empírico y básico con diseño descriptivo correlacional, no experimental y de corte trasversal con una muestra conformada por 905 estudiantes de 1°, 3°, 5°, 7° y 9° ciclo entre los 16 y 28 años de una universidad pública y una universidad privada de la ciudad de Huancayo recopilando la información a través de la Escala de bienestar psicológico de Ryff, la Escala de metas de estudio y la Escala gráfica de identidad institucional. Los principales resultados muestran que mayor nivel de bienestar psicológico se presenta mayores metas de estudio, evidenciando una relación directa (r=,781). Se concluye que no se evidencian diferencias significativas entre el tipo de institución a la que pertenecían los estudiantes.

El estudio de Velásquez et al. (2008) en Lima denominado bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios, con el objetivo de determinar la relación entre el bienestar psicológico, la asertividad y el rendimiento académico; el estudio fue de tipo básico, cuantitativo y empírico, con un diseño descriptivo correlacional, no experimental y de corte trasversal con una muestra conformada por 1 244 estudiantes de las Facultades de: Medicina, Derecho, Educación, Matemáticas, Ing. Industrial y Administración, se utilizó la Escala de bienestar psicológico de Ryff y el Inventario de asertividad de Raihus. Los resultados evidencian que existe una correlación significativa positiva entre bienestar psicológico y asertividad (r =,869), con índices altos tanto en varones como en mujeres. Se concluye que se evidencia que los adolescentes presentan nivel alto de bienestar psicológico (56%).

El estudio de Campos (2018) en Lima denominado bienestar psicológico en estudiantes (según semestre y género) de una universidad privada de Lima, cuyo objetivo fue determinar la relación entre el bienestar psicológico y las variables sociodemográficas género y semestre de estudio. El estudio fue de tipo básico y cuantitativo, con un diseño descriptivo, no experimental y de corte trasversal con una muestra de 104 estudiantes; los resultados se recopilaron a través de la Escala de bienestar psicológico de Ryff. Los resultados evidencian que existe un nivel alto de bienestar psicológico con 48%; asimismo evidencia que de acuerdo al sexo las mujeres presentaron un nivel de bienestar psicológico alto con 45% mientras que los varones presentaron un nivel medio con 35%.; finalmente, en cuanto al semestres no se observaron diferencias significativas. Se concluye que el bienestar psicológico presenta diferencias significativas de acuerdo al sexo; no obstante, no existen diferencias significativas de acuerdo al semestre.

El estudio de López (2018) en Moyobamba en una investigación denominada bienestar psicológico y acoso escolar en adolescentes, cuya finalidad fue determinar la relación entre el bienestar psicológico y el acoso escolar en adolescentes del distrito de Moyobamba. El estudio fue de tipo básico y cuantitativo, con un diseño descriptivo correlacional, no experimental y de corte trasversal con una muestra conformada por 200 alumnos cuyas edades oscilan entre los 14 y 17 años, para la recolección de información se utilizó la escala de bienestar psicológico Ryff y la escala de acoso escolar CVICO-A. Los principales hallazgos arrojan que existe una relación inversa entre bienestar psicológico y acoso escolar, (r=-,874); asimismo se indica que el nivel de bienestar psicológico es de 56% en nivel bajo y el nivel de acoso escolar es de 45% en nivel alto; finalmente, se observa que no existen diferencias significativas entre sexo de acuerdo al bienestar psicológico; sin embargo, se indica que los varones presentan acoso escolar en nivel alto con 45% mientras que las mujeres presentan un nivel medio de acoso escolar con 32%. Se concluye que los niveles de bienestar psicológico percibidos en la institución educativa; en este caso, va a depender de los niveles de acosos escolar.

* **Local:**

El estudio de Cruzado y Gálvez (2018), denominado bienestar psicológico y religiosidad en jóvenes; se desarrolló con el objetivo de determinar la relación entre el bienestar psicológico y la religiosidad en jóvenes universitarios. El estudio fue cuantitativo y básico, con un diseño descriptivo correlacional, no experimental y de corte trasversal con una muestra conformada por 269 cuyas edades oscilan entre los 18 y 30 años. Los resultados indican que existe una correlación alta y significativa entre el bienestar psicológico y la religiosidad (r=,917). Con respecto a los niveles de bienestar psicológico se obtuvo que el 48% presenta un nivel alto, no se aprecian diferencias significativas de acuerdo al sexo. Se concluye que los niveles de bienestar psicológico se encuentran afectados por los niveles de religiosidad en estudiantes universitarios de la ciudad de Cajamarca, cabe mencionar que el tipo de religión no fue un factor resaltante.

El estudio de Sánchez (2019), denominado bienestar psicológico en adolescentes de una Institución Educativa. secundaria, se desarrolló con el objetivo de determinar los niveles de bienestar psicológico en adolescentes. El estudio fue básico y cuantitativo; con un diseño descriptivo, no experimental y de corte trasversal, con una muestra conformada por 376 estudiantes del nivel secundario para recolectar la información se utilizó la escala de bienestar psicológico de Ryff. Los principales resultados indican que el nivel de bienestar psicológico es de 45% en nivel medio; de acuerdo al sexo no se evidencian diferencias significativas. Finalmente, de acuerdo a las dimensiones se aprecia que las dimensiones de autonomía y relaciones positivas presentaron un nivel alto con 45% y 48% respectivamente.

* 1. **Bases Teóricas:**
     1. **Bienestar Psicológico:**
* **Definiciones:**

Ryff (1989) menciona que el bienestar psicológico es el resultado de una evaluación que produce mayor cantidad de emociones positivas en función a lo que la persona ha vivido consigo misma y con su entorno.

Para Veenhoven (1991), el bienestar psicológico es el grado en que la persona evalúa su vida de manera global, es decir en qué medida se encuentra satisfecho con la vida que lleva, además menciona que la persona que presenta un nivel adecuado de bienestar psicológico presenta satisfacción con su vida, emociones positivas frecuentes y en ocasiones emociones negativas. Sin embargo, si la persona presenta insatisfacción con su vida, experimenta pocas emociones positivas y frecuentemente emociones negativas.

Según Diener (1994), son 3 las características del bienestar psicológico: 1) Subjetividad, 2) Presencia de indicadores positivos y ausencia de factores negativos y 3) Valoración global de la vida; el bienestar psicológico en niveles altos depende de una apreciación positiva de la vida sostenida durante un largo periodo de tiempo, mientras que los bajos bienestares psicológicos dependen de un desequilibrio entre expectativas y logros.

Diener, Suh y Oishi (1997, citado por Coronel de Pace S/F) el término bienestar psicológico nace en los Estados Unidos a partir del desarrollo de las sociedades con la aparición de las industrias, inicialmente se enfocaba el sentirse bien con los aspectos materiales y físicos, pero hoy en día, el bienestar psicológico no se relaciona solamente con éstas variables sino también con la subjetividad de cada persona.

Para Lawton (1991 - 1993, citado por Liberalesso, 2001), el bienestar psicológico es la evaluación personal sobre el conjunto de las relaciones sociales, competencias, condiciones del ambiente y la calidad de vida percibida. Se refiere a que es el bienestar psicológico es una evaluación de las expectativas y valores de cada persona, así como de las metas deseadas y las metas obtenidas.

Ryff y Keyes (1995) expresan que el bienestar psicológico se presenta como un constructo multidimensional, puesto que es un concepto complejo que ha sido empleado de un modo impreciso en relación con otros como el de calidad de vida.

Según Casullo (2002), refiere que el bienestar psicológico es un constructo de 3 componentes: 1) Estados emocionales (Positivo y negativo), 2) El comportamiento cognitivo (Pensamientos, creencias) y 3) La interacción entre ambos componentes, menciona que tener afectividad elevada no implica la ausencia de afectividad negativa.

Díaz y Sánchez (2002) definen al bienestar psicológico como una evaluación de las personas hacia su vida, abarca las dimensiones: Cognitiva y afectiva; las interacciones de estas dimensiones generan estados que van desde la agonía hasta el éxtasis en el individuo.

Chávez (2006) menciona que la relación entre el ámbito cognitivo y afectivo de una persona determina su bienestar psicológico, es decir el bienestar psicológico es la valoración de puntos específicos o globales de la vida de una persona en los que predominan estados de ánimo positivos expresando su satisfacción con los mismos.

Leal y Silva (2010) menciona que el bienestar psicológico ha sido conceptuado como el grado en que un individuo juzga su vida en términos favorables y satisfactorios, y asociándolo con estados de humor positivos, alta autoestima y baja sintomatología depresiva.

* **Bienestar Psicológico y Variables Sociodemográficas:**
* Bienestar Psicológico y Edad:

Según Ryff (1989), autor de la Escala SPWB, las puntuaciones en las siguientes dimensiones: 1) Domino del entorno aumentaban según la edad (adultos medios: 30 - 64 años y adultos mayores: 65 años a más), 2) Autonomía aumentaba en jóvenes y adultos medios; Sin embargo, las puntuaciones disminuían en las dimensiones de: 1) Propósito de vida y 2) Crecimiento personal. Refiere adicionalmente, que no se evidencian diferencias significativas entre jóvenes, adultos medios y adultos mayores en las dimensiones de: 1) Autoaceptación y 2) Relaciones positivas.

* Bienestar Psicológico y Sexo:

Según Ryff (1989), las mujeres, de todas las edades, presentaban puntuaciones significativamente más altas que los varones en las dimensiones de: 1) relaciones positivas y 2) crecimiento personal; sin embargo, en las siguientes cuatro dimensiones que conforman la escala las diferencias en puntuaciones no fueron significativas. Por su parte Ryff y Keyes (1995) evidencian que las mujeres puntuaban más alto en las dimensiones: Propósito de vida, relaciones positivas y autonomía.

Zubieta y Delfino (2010) en Argentina, hallaron que las mujeres presentan puntuaciones significativamente más altas que los hombres en las dimensiones: 1) Dominio del Entorno y 2) Propósito en la Vida, por lo que experimentan una mayor capacidad para elegir entornos favorables y para controlar o influir en su contexto.

Velásquez et al. (2008) en una investigación en Perú demostró que las mujeres alcanzan puntuaciones más altas con respecto a la puntuación global.

* **Teorías Explicativas sobre el Bienestar Psicológico:**

Diener, Sandvik y Pavot (1991 citado por Leal y Silva, 2010=) desarrollaron dos modelos psicológicos con los que intentan explicar el bienestar psicológico: 1) El Modelo Abajo-arriba (bottom-up) y 2) El Modelo Arriba-abajo (top-down). Estos modelos se distinguen en la forma de comprender el bienestar psicológico y en cuando a los determinantes.

- El modelo Abajo-arriba (bottom-up) menciona que el bienestar psicológico es la suma de experiencias agradables y desagradables, o entendido también como la suma de satisfacción percibida en diferentes momentos, por lo que se entiende que una persona está satisfecha si experimenta más momentos satisfactorios que insatisfactorios.

- El modelo Arriba-abajo (top-down) menciona que las personas presentan una predisposición natural de reaccionar negativamente frente a las circunstancias de la vida. Por lo que, en este modelo, las personas son felices porque buscan constantemente la felicidad y placer y no porque están en todo momento satisfechas. Gummins (2000, citado por Moreno, 2003) menciona que las bases del modelo arriba-abajo están en el modelo homeostático del bienestar psicológico donde se menciona que el bienestar está integrado por un sistema primario y un sistema protector secundario. El sistema primario, que proporciona el rango genéticamente determinado de la percepción del bienestar, incluye las características de la personalidad, la extraversión; el sistema protector secundario incluye: La percepción de control, la autoestima y el optimismo vital.

Por otro lado, Lance, Lautenschlager, Sloan y Varca (1989) proponen un modelo bidireccional donde se exponen ideas de ambos modelos anteriores, al mencionar que la satisfacción de la vida puede producirse a una combinación de diferentes áreas de la misma provocando de esta forma la satisfacción global.

Chávez (2006) menciona que Maslow y Murray en sus teorías de satisfacción de necesidades refieren que las personas debemos tratar de cubrir las carencias presentes o al menos no sentir malestar por su ausencia para así lograr un bienestar psicológico.

* **Estructura del Bienestar Psicológico:**

García - Viniegras y Gonzáles (2000, citados por Leal y Silva, 2010) mencionan dos componentes: 1) El componente cognitivo y 2) El componente emocional o afectivo. Veenhoven (1984) refiere que las personas se evalúan a través de estos dos componentes.

* El componente cognitivo representa la discrepancia percibida entre sus aspiraciones y sus logros, cuya evaluación va desde la realización personal hasta la experiencia de fracaso o frustración. Sin embargo, el elemento afectivo es el que contiene la experiencia de emociones, sentimientos y estado de ánimo.

Cummins (1996, citado en Moreno, 2003) estableció seis dominios o áreas relevantes en este proceso de valoración: bienestar material, salud, productividad, intimidad, seguridad, comunidad y bienestar emocional.

García (2002) menciona cuatro ejes para definir la estructura del bienestar psicológico: 1) Eje afecto-cognitivo, que hace una evaluación entre las emociones (valoración afectiva) y los pensamientos (valoración cognitiva), 2) Eje positivo-negativo, la principal dimensión de la experiencia afectiva, 3) Eje frecuencia-intensidad, que valora que tanto ocurre y en qué medida y 4) Eje interno-externo.

Ryff (1989), que plantea una estructura de seis factores propios del bienestar psicológico, obtenidos mediante análisis exploratorios y confirmatorios, y en diversas versiones de distintas escalas.

Keyes, Shmotkin y Ryff (2002) mencionan que en la base de estos seis factores de primer orden se encontrarían dos constructos de nivel superior; bienestar subjetivo y bienestar psicológico. Para este modelo toman los seis factores como indicadores observables, y realizaron un nuevo análisis factorial confirmatorio con estos dos como factores latentes.

El modelo de las seis dimensiones de Ryff aborda aspectos tales como la aceptación personal del individuo y la adaptación e integración en su ambiente social (1989; citado en Liberalesso, 2001). Dicha estructura integrada del bienestar psicológico.

* **Dimensiones del Bienestar Psicológico:**

Ryff (1989) menciona seis dimensiones, las cuales a la vez conforman la escala de bienestar psicológico del mismo autor:

- Autoaceptación: Característica de la salud mental, crecimiento personal y madurez (Díaz et al. 2006 y Ryff, 1989). Esta dimensión menciona que las personas tratan de sentirse bien consigo mismas aun siendo conscientes de sus limitaciones. Como mencionan Keyes, Shmotki y Ryff (2002), tener actitudes positivas hacia uno mismo es reflejo de un funcionamiento psicológico positivo.

- Relaciones sociales positivas: Para Baumeister y Leary (1995), las personas necesitan mantener relaciones estables y de confianza para así poder configurar su identidad estableciendo semejanzas y diferencias con otras personas. Son las relaciones de confianza las que desarrollan la capacidad de amar disminuyendo el estrés e incrementando el bienestar psicológico.

- Autonomía: Ryff y Singer (1995) mencionan que las personas con autonomía resisten en mayor medida la presión social y regulan su comportamiento. Las personas necesitan mantener sus propias convicciones para poder mantener altos niveles de bienestar psicológico, de lo contrario si sacrifican su autonomía presentan bajos niveles de bienestar psicológico.

- Dominio del entorno: participación en el medio que permite funciones a nivel psicológico positivo. Un bajo dominio del control se asocia a mayores niveles de estrés y formas de estrés menos adaptativas.

- Crecimiento personal: Según Ryff (1989), la persona presenta una apertura hacia nuevas experiencias, obteniendo logros y enfrentándose a los retos cotidianos de la vida, por lo que se entiende como el esfuerzo de las personas por desarrollar sus potencialidades para su máximo logro.

- Propósito de vida: Ryff (1989) menciona que el bienestar psicológico se determina incluyendo la búsqueda y logro de objetivos de vida, metas que ayuden a la persona a brindar un sentido a su existencia.

Para el presente proyecto de investigación se toma como base a Carol Ryff, puesto que se hará uso de su base teórica y la Escala de Bienestar Psicológico SPBW, adaptada por Briones (2019) a la realidad cajamarquina.

* + 1. **Adolescencia:**
* **Definiciones:**

Iglesias (2013) menciona que la adolescencia es un periodo de tiempo que se encuentra entre el comienzo de la pubertad y el final del desarrollo, considerado una etapa de diversos cambios físicos y del sentido de la realidad por lo que considera a la adolescencia como un periodo crítico.

Para Casas y Ceñal (2005), es en la etapa de la adolescencia donde las funciones físicas como psicológicas se desarrollan en plenitud. Considerada además como la etapa donde la persona disfruta más de su cuerpo y de mayor importancia a las actividades que suponen retos progresivos.

* 1. **Definición de términos Básicos:**
     1. Bienestar Psicológico:

El bienestar psicológico es el resultado de una evaluación que produce mayor cantidad de emociones positivas en función a lo que la persona ha vivido consigo mismo y con su entorno (Ryff, 1989).

* + 1. Adolescencia:

Periodo de tiempo que se encuentra entre el comienzo de la pubertad y el final del desarrollo, considerado una etapa de diversos cambios físicos y del sentido de la realidad por lo que considera a la adolescencia como un periodo crítico (Iglesias, 2013).

* 1. **Definición Operacional de Variables:**

A continuación presentamos la tabla donde se indica la operacionalización de la variable de estudio, sus dimensiones e indicadores, así tenemos:

Tabla 1: Operacionalización de variables de investigación:

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Variable** | **Definición Conceptual** | **Tipo de Escala** | **Dimensiones** | **Indicadores** | **Ítems** | **Instrumento** |
| Bienestar Psicológico | El bienestar psicológico es el resultado de una evaluación que produce mayor cantidad de emociones positivas en función a lo que la persona ha vivido consigo mismo y con su entorno. (Ryff, 1989). | Variable Nominal | Autoaceptación | Seguridad, comodidad  y aceptación de sí  mismo | 4, 7 y 15. | Escala de Bienestar Psicológico (SPWB) |
| Relaciones Positivas | Considerar que las  personas a su alrededor  son valiosas y que él es valioso para ellas | 5, 12 y 16. |
| Dominio del Entorno | Controla sus acciones  teniendo en cuenta su  bienestar | 1, 9 y 13. |
| Crecimiento Personal | Sentimiento de mejora  Continua | 2, 10 y 14. |
| Propósito en la vida | Sabe qué hacer en el presente y el futuro. | 3, 6 y 11. |
| Autonomía | No le preocupa lo que  otros piensen sobre su  persona | 8, 17 y 18. |

# **CAPÍTULO III**

**MÉTODO DE INVESTIGACIÓN**

* 1. **Tipo de investigación:**

Según Fideli (1998), el presente proyecto fue comparativo ya que se comparó la propiedad enunciada (Bienestar psicológico) en dos instituciones para hallar similitudes y diferencias.

Según McMillan y Schumacher (2005), el presente estudio fue de tipo básico, ya que pretendió buscar conocimiento mediante la recolección de información de la

realidad para enriquecer el conocimiento científico.

* 1. **Diseño de investigación:**

De diseño no experimental ya que se describió los resultados sin manipular las condiciones ambientales ni muéstrales (McMillan y Schumacher, 2005).

De diseño transversal debido a que se recolectaron datos en un solo momento, en un tiempo único y de diseño descriptivo debido a que se describieron los resultados obtenidos (McMillan y Schumacher, 2005).

* 1. **Población, muestra y unidad de análisis:**
     1. **Población:** Estuvo constituida por los alumnos del nivel secundario de dos Instituciones Educativas (privada y pública) de la ciudad de Cajamarca.
     2. **Muestra:** Conformada por 224 alumnos de secundaria de dos Instituciones Educativas, evaluando en la Institución Educativa Publica a 40 alumnos de tercer grado, a 39 alumnos de cuarto grado y 43 alumnos de quinto grado, siendo 112 en total los adolescentes evaluados en esta Institución. Así como también se evaluaron en la Institución Educativa Privada a 35 alumnos de tercer grado, a 39 alumnos de cuarto grado y 38 alumnos de quinto grado, completando así los 112 adolescentes evaluados en la Institución.

El muestreo fue no probabilístico de tipo intencionado, por lo que las investigadoras, escogieron la muestra con la que deseaban trabajar, en este caso la cantidad total de la Institución Educativa Privada fue de 112 por lo que se tomó la misma cantidad de alumnos de la Institución Educativa Publica siendo 112; logrando un total de 224 alumnos de ambos sexos cuyas edades fluctuaron entre los 13 y 17 años.

* + 1. **Unidad de Análisis:** Un alumno de tercero a quinto grado de secundaria de dos instituciones educativas (privada y pública) de la ciudad de Cajamarca.

Se utilizó un muestreo no probabilístico de tipo intencionado (McMillian y Schumacher 2005), ya que la muestra estuvo establecida por las investigadoras y por los lineamientos de las dos instituciones educativas secundarias de la ciudad de Cajamarca.

La población estuvo conformada por 224 alumnos de tercero a quinto grado de secundaria de dos instituciones educativas secundarias, por lo que se realizará la descripción de la muestra de acuerdo al tipo de Institución Educativa

Con respecto a la Institución, Educativa Pública se indica que se aplicó la escala a 40 alumnos de tercer grado, a 39 alumnos de cuarto grado y 43 alumnos de quinto grado, siendo 112 en total los adolescentes evaluados en esta Institución, también se evidencio que el 54% de la muestra estuvo conformada por mujeres y el 46% por varones; asimismo, se evidencio que el 20% de la muestra evaluada tenía 14 años, el 48% tenía 15 años, el 27% tenía 16 años y el 5% tenía 17 años; finalmente de acuerdo al grado se apreció que el 41% pertenecía al tercer grado de secundaria, el 14% al cuarto grado de secundaria y el 45% al quinto grado de secundaria.

Con respecto a la Institución Educativa Privada se indica que se evaluaron a 40 alumnos de tercer grado, a 39 alumnos de cuarto grado de y 43 alumnos de quinto grado de secundaria, siendo 112 en total los adolescentes evaluados en esta Institución. Donde se evidencio que el 27% de la muestra estuvo conformada por mujeres y el 43% por varones; asimismo, se evidencio que el 2% de la muestra evaluada tenía 13 años, el 16% tenía 14 años, el 34% tenía 15 años, el 41% tenía 16 años y el 7% tenía 17 años; finalmente de acuerdo al grado se aprecia que el 18% pertenecía al tercer grado de secundaria, el 45% al cuarto grado de secundaria y el 38% al quinto grado de secundaria.

**Institución Educativa Pública:**

*Tabla 2:* Datos sociodemográficos de los estudiantes de una Institución Educativa Privada y una Institución Educativa Publica de la ciudad de Cajamarca:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Variable | Frecuencia | % |
| Sexo |  |  |
| Femenino | 60 | 54 |
| Masculino | 52 | 46 |
| Total | 112 | 100 |
| Edad |  |  |
| 14 años | 22 | 20 |
| 15 años | 54 | 48 |
| 16 años | 30 | 27 |
| 17 años | 6 | 5 |
| Total | 112 | 100 |
| Grado |  |  |
| Tercer grado | 46 | 41 |
| Cuarto grado | 50 | 45 |
| Quinto grado | 16 | 14 |
| Total | 112 | 100 |

**Institución Educativa Privada:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Variable | Frecuencia | % |
| Sexo |  |  |
| Femenino | 30 | 27 |
| Masculino | 82 | 73 |
| Total | 112 | 100 |
| Edad |  |  |
| 13 años | 2 | 2 |
| 14 años | 18 | 16 |
| 15 años | 38 | 34 |
| 16 años | 46 | 41 |
| 17 años | 8 | 7 |
| Total | 112 | 100 |
| Grado |  |  |
| Tercer grado | 20 | 18 |
| Cuarto grado | 50 | 45 |
| Quinto grado | 42 | 38 |
| Total | 112 | 100 |

* 1. **Instrumentos de Recolección de Datos:**

Se utilizó la escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada por Briones (2019). La escala en su versión original estaba constituida por el mismo número de ítems y dimensiones, al ser estandarizada se configuraron los baremos de acuerdo a la realidad cajamarquina.

La escala integra conocimientos teóricos como empíricos. Es un instrumento confiable y válido con una confiablidad con Alfa de Cronbach de 0,83.

La escala SPWB\_LS está conformada por 18 ítems y 6 dimensiones. La escala se encuentra en una escala de Lickert del 1 al 4 con alternativas de respuesta: 1 = siempre, 2 = casi siempre, 3 = casi nunca y 4 = nunca.

Para el presente estudio se encontró la siguiente confiabilidad con Alfa de Cronbach. (Ver Tabla 3).

Tabla 3: Confiabilidad con Alfa de Cronbach de la Escala de bienestar psicológico:

**Institución Educativa Privada:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Estadísticas de fiabilidad** | |
| Alfa de Cronbach | N de elementos |
| ,850 | 18 |

**Institución Educativa Estatal:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Estadísticas de fiabilidad** | |
| Alfa de Cronbach | N de elementos |
| ,840 | 18 |

* 1. **Procedimiento de Recolección de Datos:**

Para la investigación primero se realizó la solicitud correspondiente a través de un oficio dirigido a los directores de las Instituciones Educativas (pública y privada) de la ciudad de Cajamarca.

Luego de contar con el permiso necesario se procedió a hacer las coordinaciones con la finalidad de obtener los horarios correspondientes para las fechas de aplicación del instrumento.

De igual forma, se brindó la información necesaria a la población estudiantil y se les entregaron un consentimiento informado y a sus padres se les hizo entrega de un asentimiento informado donde aceptaron su participación en la investigación, a través de esta ficha también se recogió datos sociodemográficos necesarios para la investigación. Luego de esto se procedió a entregar el test correspondiente para la recopilación de datos.

* 1. **Análisis de datos:**

Se utilizó el Alfa de Cronbach para calcular la confiabilidad de la Escala de bienestar psicológico de Ryff y a la vez, se aplicó la estadística descriptiva para obtener los resultados finales, todo esto con ayuda del programa estadístico para ciencias sociales SPSS en la versión 25.

* 1. **Consideraciones éticas**

Tomando en cuenta a American Psychological Association APA (2010), se consideraron los principios y normas éticas descritas a continuación:

* Beneficencia y no maleficencia: La investigación se realizó para el bien con la muestra que se va a tomar en cuenta puesto que los resultados obtenidos serán objetivo de mejora para los estudiantes.
* Integridad: Se habló de manera clara y precisa.
* Respeto por los derechos y la dignidad de las personas: Se respetó el derecho de privacidad de los participantes, además el cuestionario fue aplicado de forma anónima.
* Investigación y publicación: Se solicitó la autorización de la directora de Estudios Generales de una Universidad Privada de Cajamarca. De igual forma, los estudiantes que participaron firmaron un consentimiento informado.

# **CAPÍTULO IV**

**ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

## **4.1. Análisis de Resultados:**

De acuerdo a los resultados obtenidos, se evidencio que en la Institución. Educativa. Privada, el 50% presenta un nivel alto, el 18% presenta un nivel medio y el 32% un nivel bajo. De igual forma en la Institución. Educativa Pública, se observó que el 43% presenta un nivel alto, el 27% un nivel medio y finalmente el 30% un nivel bajo (Ver Tabla 4) (Ver Tabla 5).

Tabla 4: Niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institución. Educativa Privada:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Privada** | | |
|  | Ƒ | % |
| Alto | 56 | 50 |
| Medio | 20 | 18 |
| Bajo | 36 | 32 |
| Total | 112 | 100 |

Tabla 5: Niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institución. Educativa Publica:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Publica** | | |
|  | *F* | % |
| Alto | 48 | 43 |
| Medio | 30 | 27 |
| Bajo | 34 | 30 |
| Total | 112 | 100 |

De acuerdo a los resultados obtenidos con respecto al nivel de bienestar psicológico y al sexo, en una Institución Educativa Privada de la ciudad de Cajamarca se evidencio que en el sexo femenino el 54% presenta nivel alto, el 29% nivel medio y el 17% nivel bajo; mientras que en el sexo masculino se indica que el 36% presenta nivel alto, el 36% nivel medio y el 28% nivel bajo. En una Institución Educativa Publica se observa que en el sexo femenino el 33% presenta nivel alto, el 42% nivel medio y el 25& nivel bajo; mientras que, en el sexo masculino, el 42% presenta nivel alto, el 26% nivel medio y el 26% nivel bajo (Ver Tabla 6) (Ver Tabla 7).

Tabla 6: Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Privada de acuerdo al sexo:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Privada de acuerdo al sexo** | | | |
|  | Alto | Medio | Bajo |
| Femenino % | 54 | 29 | 17 |
| Masculino % | 36 | 36 | 28 |
| Total % | 47 | 31 | 22 |

Tabla 7: Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Publica de acuerdo al sexo:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Publica de acuerdo al sexo** | | | |
|  | Alto | Medio | Bajo |
| Femenino % | 33 | 42 | 25 |
| Masculino % | 42 | 29 | 29 |
| Total % | 38 | 36 | 26 |

De acuerdo a los resultados obtenidos con respecto a los niveles de bienestar psicológico y el grado, en una Institución. Educativa Privada se evidencio que con respecto al tercer grado de secundaria el 21% presenta nivel alto, el 14% nivel medio y el 6% nivel bajo; en cuarto grado de secundaria el 29% presenta nivel alto, el 9% nivel medio y el 7% nivel bajo; finalmente en quinto grado el 9% presenta nivel alto, el 3% nivel medio y el 2% nivel bajo. En una Institución. Educativa Publica, se observa que con respecto al tercer grado de secundaria el 7% presenta nivel alto, el 5% nivel medio y el 6% nivel bajo; en cuarto grado de secundaria el 25% presenta nivel alto, el 15% nivel medio y el 5% nivel bajo; finalmente, en quinto grado de secundaria, el 20% presenta nivel alto, el 25% nivel medio y el 12% nivel bajo (Ver Tabla 7) (Ver Tabla 8).

Tabla 8: Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Privada de acuerdo al grado

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Privada de acuerdo al grado** | | | |
|  | Alto | Medio | Bajo |
| Tercer Grado % | 21 | 14 | 6 |
| Cuarto Grado % | 29 | 9 | 7 |
| Quinto Grado % | 9 | 3 | 2 |
| Total % | 59 | 26 | 15 |

Tabla 9: Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Publica de acuerdo al grado

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Bienestar Psicológico de los estudiantes de una Institución Educativa Publica de acuerdo al grado** | | | |
|  | Alto | Medio | Bajo |
| Tercer Grado % | 7 | 5 | 6 |
| Cuarto Grado % | 25 | 15 | 5 |
| Quinto Grado % | 20 | 5 | 12 |
| Total % | 52 | 25 | 23 |

Con respecto a los niveles de las dimensiones de la escala de bienestar psicológico podemos mencionar que en ambas Instituciones Educativas el nivel con mayor predominio fue el alto en todas las dimensiones; por lo que en una Institución Educativa Privada de la ciudad de Cajamarca se indica que en la dimensión auto aceptación el 70% presento nivel alto, en la dimensión relaciones positivas el 50% presento nivel alto, en la dimensión dominio del entorno el 75% presento nivel alto, en la dimensión crecimiento personal el 64% presento nivel alto, en la dimensión propósito de vida el 68% presento nivel alto y finalmente en la dimensión autonomía el 56% presento nivel alto.

Con respecto a la Institución. Educativa Publica de la ciudad de Cajamarca se observó que en la dimensión auto aceptación el 60% presento nivel alto, en la dimensión relaciones positivas el 45% presento nivel alto, en la dimensión dominio del entorno el 67% presento nivel alto, en la dimensión crecimiento personal el 73% presento nivel alto, en la dimensión propósito de vida el 60% presento nivel alto y por último, en la dimensión autonomía el 48% presento nivel alto (Ver Tabla 10) (Ver Tabla 11).

Tabla 10: Niveles de las Dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Privada:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Niveles de las Dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Privada** | | | |
|  | Alto % | Medio % | Bajo % |
| Autoaceptación | 70 | 28 | 2 |
| Relaciones Positivas | 50 | 32 | 28 |
| Dominio del Entorno | 75 | 15 | 10 |
| Crecimiento Personal | 64 | 20 | 16 |
| Propósito de Vida | 68 | 20 | 12 |
| Autonomía | 56 | 30 | 14 |

Tabla 11: Niveles de las Dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Publica:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Niveles de las Dimensiones de Bienestar Psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Publica** | | | |
|  | Alto % | Medio % | Bajo % |
| Autoaceptación | 60 | 18 | 22 |
| Relaciones Positivas | 45 | 38 | 17 |
| Dominio del Entorno | 67 | 18 | 15 |
| Crecimiento Personal | 73 | 15 | 12 |
| Propósito de Vida | 60 | 22 | 18 |
| Autonomía | 48 | 30 | 22 |

## **4.2. Discusión de resultados:**

Al hablar de bienestar psicológico hablamos de la evaluación que realiza el sujeto con respecto a su propia vida, considerando todos los ámbitos en los que se desarrolla, de acuerdo a ello, los niveles altos de bienestar psicológico evidencian que el sujeto se siente satisfecho con su vida; sin embargo, los niveles bajos de bienestar psicológico indican un cierto grado de insatisfacción del sujeto con su vida (Ryff, 1989).

Así pues, el presente informe de investigación tuvo como objetivo principal determinar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes, tanto de una institución educativa privada como de una institución educativa pública, del nivel secundario; de la ciudad de Cajamarca, Siendo los resultados obtenidos en nuestra población evaluada, se observó que en la Institución Educativa Publica se obtuvo un nivel alto de bienestar psicológico con 48% y en la Institución Educativa privada se obtuvo un nivel alto con un 50%,

Los resultados obtenidos guardan relación con el estudio realizado por Gómez y Cogollo (2010) en Colombia, en donde se indica que los estudiantes obtuvieron un nivel alto de bienestar psicológico en ambas instituciones educativas (56% en la Institución Educativa. privada y 53% en la Institución Educativa. pública); asimismo, guardan relación con el estudio de Coppari et al. (2012) en Paraguay donde se evidencia que los estudiantes de las Instituciones Educativas presentan un nivel alto de bienestar psicológico, expresado de la siguiente manera: 56% en la Institución Educativa pública y 52% en la Institución Educativa estatal; finalmente, los resultados guardan relación con el estudio de Campos (2018) en Lima, donde se encontró que la población evaluada presenta un nivel alto de bienestar psicológico con 48%.

Al respecto Ryff (1989), indica que el bienestar psicológico es el resultado de la evaluación que realiza el sujeto sobre su vida, lo cual da como resultados niveles altos, medios y bajos dentro de los cuales se presentan distintas características; por lo que Veenhoven (1991), menciona que las personas que presentan altos niveles de bienestar psicológico se encuentran satisfechas con su vida, presentan además más emociones positivas que negativas; sin embargo las personas que presentan bajos niveles de bienestar psicológico se caracterizan por presentar insatisfacción con la vida y por la presencia de sentimientos y emociones negativas.

Asimismo, se identificaron los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de una Institución Educativa secundaria Pública y una Institución Educativa secundaria privada de la ciudad de Cajamarca de acuerdo al sexo, donde los resultados de la investigación fueron, Con respecto a los niveles de bienestar psicológico y el sexo, los resultados obtenidos guardan relación con el estudio realizado por Gómez y Cogollo (2010) en Colombia en donde se indica que el nivel predominante es el alto en ambas instituciones educativas en el sexo femenino de la siguiente manera: Institución Educativa privada con 45% en la Institución Educativa. pública con 53% y de igual forma los resultados obtenidos guardan relación con el estudio realizado por Coppari (2012) en Paraguay en donde se evidencia que en ambas instituciones educativas el nivel predominante de bienestar psicológico fue el alto en el que se confirman con los obtenidos en la presente investigación que muestra que el nivel predominante es el nivel alto en el sexo femenino de la siguiente manera: En la Institución Educativa Privada las mujeres obtuvieron un 54% mientras que los varones obtuvieron un 36% y en la Institución Educativa Pública las mujeres obtuvieron un 33% y los varones un 42%. Sexo femenino presentándose de la siguiente manera: 48% en la Institución Educativa. Privada y 42% en la Institución Educativa Publica.

Al respecto Zelada y Delfino (2010) y Ryff y Keyes (1995), indican que el bienestar psicológico se presenta en puntuaciones más altas en el sexo femenino debido a que las mujeres presentan mayor capacidad para elegir entornos favorables y para controlar e influenciar en el entorno.

Asimismo, se identificaron los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de una Institución Educativa secundaria Pública y una Institución Educativa secundaria privada de la ciudad de Cajamarca de acuerdo al grado, Datos que se confirmaron con los obtenidos en la presente investigación en donde se indica que los alumnos presentaron un nivel de bienestar psicológico alto en ambas Instituciones Educativas de la siguiente manera: En la Institución Educativa Privada los alumnos de tercer grado de secundaria presentaron un 7% en nivel alto, en cuarto grado de secundaria los alumnos presentaron un 25% en nivel alto y en quinto grado de secundaria los alumnos presentaron un 20% en nivel alto; asimismo, en la Institución Educativa Pública, los alumnos de tercer grado de secundaria presentaron un 21%, los alumnos de cuarto grado de secundaria presentaron un 29% y finalmente los alumnos de quinto grado de secundaria presentaron un 9%..

Con respecto a los niveles de bienestar psicológico y el grado, los resultados guardaron relación con los obtenidos en la investigación realizada por Coppari et al. (2012) en Paraguay, donde se indicó que tanto en ambas Instituciones Educativas los alumnos obtuvieron un nivel de bienestar psicológico alto que se manifiesta de la siguiente manera: En la Institución Educativa Privada los alumnos de tercer grado de secundaria presentaron un 45% en nivel alto, en cuarto grado de secundaria los alumnos presentaron un 57% en nivel alto y en quinto grado de secundaria los alumnos presentaron un 46% en nivel alto; asimismo, en la Institución Educativa Pública, los alumnos de tercer grado de secundaria presentaron un 47%, los alumnos de cuarto grado de secundaria presentaron un 59% y finalmente los alumnos de quinto grado de secundaria un 56%.

Al respecto Ryff (1989), indica que los niveles de bienestar psicológico en los jóvenes y adultos tienden a fluctuar, mencionando que los niveles de dominio del entorno aumentan de acuerdo a la edad al igual que los niveles de autonomía; por lo que el bienestar psicológico viene a ser el resultado de la evaluación del sujeto sobre su vida, este se va consolidando de acuerdo a las experiencias; asimismo, indica que no existen diferencias significativas dentro del grupo de jóvenes y adolescentes.

Finalmente el nivel de las dimensiones de la escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los datos que se confirmaron con los resultados obtenidos en la presente investigación en donde se evidencio que en ambas Instituciones Educativas los niveles de las dimensiones de la escala de bienestar psicológico de Ryff fueron altos. Ryff (1989), indica que el nivel de bienestar psicológico aumenta o disminuye de acuerdo a la edad, debido a las experiencias por la que pasa la persona, asimismo menciona que los niveles altos en las dimensiones determinan las características personales tales como: las personas con nivel alto en la dimensión de auto aceptación se caracteriza por presentar una adecuada salud mental, madurez y crecimiento personal lo que le permite ser consciente de sus limitaciones; del mismo modo la persona que presenta altos niveles en la dimensión relaciones sociales positivas se caracteriza por mantener relaciones estables donde el factor fundamental es la confianza lo que le ayuda a configurar su identidad; del mismo modo, las personas que presentan niveles alto en la dimensión de autonomía se caracterizan por resistir a la presión social tomando sus propias decisiones, así también se observó que las personas con puntajes altos en la dimensión dominio del entorno se caracterizaron por presentar bajos niveles de estrés en su interacción social, del mismo modo las personas con nivel alto en la dimensión crecimiento personal se caracterizaron por experimentar y enfrentar adecuadamente los retos cotidianos, finalmente las personas que presentaron nivel alto en la dimensión propósito de vida se caracteriza por la búsqueda y cumplimiento de logros y objetivos brindando así un sentido a su vida.

Del mismo modo, con respecto al nivel de las dimensiones del bienestar psicológico, los resultados encontrados concuerdan con los obtenidos en el estudio de García (2010) en Argentina donde se indica que el nivel predominante en las 6 dimensiones que componen la escala de bienestar psicológico de Ryff fue el nivel alto.

Cabe mencionar que, dentro de las limitaciones para realizar el presente estudio de investigación, encontramos la negativa de la Institución Educativa Privada para la evaluación de los alumnos de primer y segundo grado de secundaria, por lo que se optó por centrar el estudio en los alumnos de tercero a quinto grado en ambas instituciones; asimismo, en la aplicación del instrumento, algunos alumnos optaron por no participar del mismo por indicaciones de sus padres; finalmente es necesario indicar que el estudio no es concluyente por lo que se recomienda realizar estudios futuros con poblaciones más amplias.

# 

# **CAPÍTULO V**

**CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## **Conclusiones:**

Se determinó que el nivel de bienestar psicológico en una Institución Educativa Publica fue un nivel Alto

De igual forma, se determinó que en una Institución Educativa Privada el nivel de bienestar psicológico también fue Alto.

Asimismo, se identificó que en una Institución Educativa Publica de acuerdo al sexo, el sexo femenino obtuvo un nivel alto y con respecto al sexo masculino también se obtuvo un nivel alto; en una Institución Educativa Privada de acuerdo al sexo el resultado que se obtuvo con respecto al sexo femenino fue un nivel Alto y el sexo masculino obtuvo un nivel Medio.

De igual forma, se identificó que en una Institución Educativa Publica de acuerdo al grado fue: En tercer grado se obtuvo un nivel alto, en cuarto grado también se obtuvo un nivel alto y en quinto grado un nivel alto; asimismo en una Institución Educativa Privada de la ciudad de Cajamarca de acuerdo al grado fue: en tercer grado un nivel alto, en cuarto grado un nivel alto y finalmente, en quinto grado un nivel alto.

De acuerdo a los niveles de las dimensiones de la escala de bienestar psicológico el nivel predominante fue el alto en ambas Instituciones Educativas en la ciudad de Cajamarca.

## **Recomendaciones:**

Al Decanato de la Facultad de Psicología de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, a través de las áreas de investigación, se recomienda ampliar la información mediante charlas acerca del tema de bienestar psicológico debido a que es un tema poco conocido y abordado.

A los Directores de las Instituciones Educativas Secundarias, se les recomienda brindar información a los padres de familia acerca del bienestar psicológico con el fin de que permitan realizar el estudio en toda la población estudiantil.

Así como también, se les recomienda poder capacitar a los docentes y tutores en temas relacionados al bienestar psicológico

Del mismo modo, se les recomienda realizar charlas informativas para los padres de familia donde puedan conocer sobre el tema para que desde el hogar puedan ayudar a la intervención con los adolescentes.

A los estudiantes de pregrado se sugiere elaborar programas de intervención para promover el desarrollo de las dimensiones en las que los estudiantes se encuentren más bajos.

También se sugiere elaborar programas de prevención sobre Bienestar Psicológico, para que los estudiantes conozcan más sobre el tema

Finalmente, se recomienda seguir promoviendo las variables de estudio en diversas poblaciones con el fin de obtener mayores resultados.

# **REFERENCIAS:**

American Psychological Association [APA]. (2010). *Principios éticos de los psicólogos y código de conducta.* Recuperado de www.uhu.es/susana\_paino/EP/CcAPA.pdf

Baumeister, R. y Leary, M. (1995). La necesidad de pertenecer: El deseo de los apegos interpersonales como una motivación humana fundamental. *Psychological Bulletin, 117*(3), 497-529.

Briones, K. (2019). *Propiedades Psicométricas de la escala de bienestar psicológico (SPWB) de Ryff versión abreviada en adolescentes de la ciudad de Cajamarca.* (Tesis de Licenciatura). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Cajamarca.

Campos, D. (2018). *Bienestar psicológico en estudiantes (según semestre y género) de una universidad privada de Lima.* (Tesis de Licenciatura). Universidad Ricardo Palma. Lima.

Casas, J. y Ceñal, M. (2005) Desarrollo del adolescente: Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Unidad de Medicina del Adolescente. 9*(1), 20 - 24.

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

Casullo, M. (2002). *Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica.* Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Chávez, A. (2006) *Bienestar Psicológico y su Influencia en su Rendimiento Académico de Estudiantes de Nivel Medio Superior.* (Tesis de Maestría). Universidad de Colima. México.

Coppari, N., Argaña, B., Bartels, D., Bilbao, A., Bittar, L., Díaz, A., Díaz, L., Garay, F., Gómez, J. Paiva, V. y Paredes, L. (2012). Niveles de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de dos instituciones (Pública y privada) de Asunción. *Eureka, 9*(1). Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S222090262012000100006

Cornejo, W., Pérez, B. y Santiago, L. (2015). Bienestar psicológico, metas de estudio e identidad institucional en jóvenes universitarios. *Horizonte de la Ciencia, 5*(9), 161- 182.

Coronel de Pace, C. (S/F). *Bienestar Psicológico. Consideraciones teóricas.* Disponible en: www.psicologia.unt.edu.ar/index.php?option=com\_docman.

Cruzado, A. y Gálvez, J. (2018). Bienestar psicológico y religiosidad en jóvenes de una universidad de la ciudad de Cajamarca. (Tesis de Licenciatura). Universidad privada Antonio Guillermo Urrelo, Perú.

Cuenca, L. y Marquina, Y. (2013). *Relación entre los estilos de crianza y el bienestar psicológico en los adolescentes de 3° y 4° grado de educación secundaria de la ciudad de Cajamarca.* (Tesis de Licenciatura). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca

Del Valle, M., y Hormaechea, F. (2015). El Bienestar Psicológico: Diferencia según sexo en estudiantes universitarios y diferencias con población general. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento, 7(3)*, 6-13.

Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. y Van Dierendonck. D. (2006). Adaptación española de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff. *Psicothema, 18*(3), 572-577.

Díaz, J., y Sánchez, M. (2002). Relaciones entre estilos de personalidad y satisfacción auto percibida en diferentes áreas vitales. *Psicothema, 14,* 100-105.

Diener, E. (1994). *El bienestar subjetivo.* Paidós: Barcelona.

Fideli, R. (1998). *La comparazione.* Milán: Agneli.

Figueroa, M., Contini, N., Lacunza, A. Estévez, A., y Levin, M. (2005). *Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico: Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucuman*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Tucumán. Argentina.

García, M. (2002). *Desde el concepto de felicidad al abordaje de las variables implicadas en el bienestar subjetivo: un análisis conceptual.* Universidad de Málaga: Málaga.

García, C. (2010). *Estilos de vida y bienestar psicológico en adolescentes del valle de UCO.* (Tesis de Licenciatura). Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina.

Gómez E. y Cogollo Z. (2010). Factores predictores relacionados con el bienestar genera en adolescentes estudiantes de Cartagena, Colombia. *Revista de salud pública, 12*(1), 61–70.

Guerrero, J., Requena, N. y Torrealba, M. (2016). Bienestar psicológico, autoeficacia, estilos de humor y su relación con la salud. *Revista Electrónica Medicina, Salud y Sociedad, 6*(2), 122-138.

Iglesias, J. (2013). Desarrollo del adolescente: Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pedriatr Integral, 17*(2), 88 - 93.

Instituto Nacional de Salud Mental (INSM, 2012). *Estadísticas de Salud Mental.* Recuperado de: http://www.insm.gob.pe/direcciones/colectiva/saludmental.html

Keyes, C., Shmotkin, D., y Ryff, C. (2002). Optimización del bienestar: el encuentro empírico de dos tradiciones. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*, 1007-1022.

Lance, C., Lautensclilager, G., Sloan, E. y Varca, P. (1989). Una comparación entre los modelos ascendentes, descendentes y bidireccionales de las relaciones entre la satisfacción global y la faceta de la vida. Journal of Personality, 57, 601-624.

Leal, R. y Silva, R. (2010). *Bienestar psicológico del adolescente cajamarquino*. Cajamarca: UPAGU.

Liberalesso, A. (2001). *Bienestar subjetivo en la vida adulta y en la vejez: rumbo a una psicología positiva en América Latina.* Universidad Estatal de Campiñas: Campiñas.

López, I. (2018). *Bienestar psicológico y acoso escolar en adolescentes del distrito de Moyobamba* (Tesis de Licenciatura).Universidad César Vallejo, Moyobamba.

McMillan, J. y Schumacher, S. (2005). Investigación educativa. Madrid: Pearson.

Ministerio de Salud. [MINSA]. (2009). *Análisis sobre la situación de los adolescentes en el Perú.* Grupo la república digital.

Moreno, M. (2003). *Bienestar Psicológico y dependencia interpersonal en estudiantes locales y foráneos de la UDLA.* (Tesis de Licenciatura). Universidad las Américas Campus Puebla. Puebla.

Organización mundial de la Salud [OMS]. (2014). *La OMS pide que se preste mayor atención a la salud de los adolescentes.* Centro de Prensa. Ginebra.

Ryff, C. (1989). ¿La felicidad lo es todo, o lo es? Exploraciones sobre el significado del bienestar psicológico. Journal of Personality and Social Psychology, 57, 1069-1081.

Ryff, C. y Keyes, C. (1995). La estructura del bienestar psicológico revisado. Journal of Personality and Social Psychology, 69(4), 719 - 727.

Ryff, C., y Singer, B. (2002). De la estructura social a la biología. Londres: Oxford University Press.

Sánchez, M. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca. (Tesis de Licenciatura). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Perú.

Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya R., Dioses A., Velásquez, N., Araki, R. y Reynoso, D. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios Sanmarquinos. *Revista de Investigación en Psicología, 11*(2), 139–152.

Zubieta, M., y Delfino, G. (2010). Satisfación con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones*, 277-283.

# **ANEXOS**

**ANEXO A:**

**MATRIZ DE CONSISTENCIA**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Planteamiento del problema** | **Objetivos** | **Variables** | **Diseño de investigación** | **Población muestra** |
| **PROBLEMA GENERAL:**  ¿Cuáles son los niveles de Bienestar Psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Publica y una Institución Educativa Secundaria Privada de la Ciudad de Cajamarca? | **OBJETIVO GENERAL:**  Determinar los niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Publica y una Institución Educativa Privada de la ciudad de Cajamarca.  **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**  **OE1:**  Determinar los niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Publica y una Institución Educativa Secundaria Privada de la ciudad de Cajamarca de acuerdo al sexo.  **OE2**  Determinar los niveles de Bienestar Psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Publica y una Institución Educativa Secundaria Privada de la ciudad de Cajamarca de acuerdo al grado.  **OE3**  Determinar los niveles de cada dimensiones de la Escala de Bienestar Psicológico  SPWB\_LS de acuerdo al tipo de Institución Educativa | **VARIABLE NOMINAL**  Bienestar Psicológico | **TIPO DE INVESTIGACION:**  Aplicada, cuantitativa  **NIVEL DE INVESTIGACION:** Descriptivo  **DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**  No experimental  **METODO**  Estadístico. | **POBLACIÓN Y MUESTRA**  **Población**:  Todos los estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Publica y una Institución Educativa Secundaria Privada de la ciudad de Cajamarca.  **MUESTRA**:  Los estudiantes de tercero a quinto grado de una Institución Educativa Secundaria Publica y una Institución Educativa Privada de la ciudad de Cajamarca.  **TÉCNICAS O INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS**  Para el recojo de la información se hará uso de instrumentos psicométricos:   1. Escala de Bienestar Psicológico (SPWB)   **TÉCNICAS ESTADÍSTICAS DE ANALISIS DE DATOS**  Se hará uso de la hoja de cálculo de Excel, el paquete estadístico SPSS versión 25. |

## **ANEXO B**

**ASENTIMIENTO INFORMADO**

El objetivo de este consentimiento es de informar a los padres de familia referente a esta investigación. La presente investigación es conducida por las Bachilleres en Psicología Reyna Yasmín Lucero Tello Rodríguez y Diana Milusca Sánchez Perfecto de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. El objetivo de este estudio es determinar el bienestar psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria Pública y una Institución Educativa Privada de la ciudad de Cajamarca, para la obtención del título profesional de Licenciadas en Psicología.

La participación es este estudio es voluntaria, asimismo la información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación.

Por la presente doy mi autorización para la realización de los procesos de investigación que realizarán las Bachilleres en Psicología Reyna Yasmín Lucero Tello Rodríguez y Diana Milusca Sánchez Perfecto de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo de la ciudad de Cajamarca a:

(Indicar Nombres y Apellidos del alumno(a))

En mi Condición de:

FIRMA

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo, del ……. Grado de secundaria, con ........... años de edad, acepto de manera voluntaria participar en la investigación sobre Bienestar Psicológico en adolescentes denominada: BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA Y UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PRIVADA DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA, la investigación será realizada por las Bachilleres en Psicología Reyna Yasmín Lucero Tello Rodríguez y Diana Milusca Sánchez Perfecto de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo

Los resultados obtenidos servirán estrictamente para fines académicos salvaguardando la confidencialidad de los mismos.

-------------------------------------

N° DNI:

## **ANEXO C**

**ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (SPWB)**

Lee cuidadosamente las siguientes oraciones y coloca un aspa (x) en el casillero cuyo significado refleje tu manera de ser más frecuente. Responde TODOS los ítems.

**NOTA: No existen respuestas buenas o malas, los resultados obtenidos se utilizarán con fines netamente académicos.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Siempre** | **Casi Siempre** | **Casi Nunca** | **Nunca** |
| 1 | Expreso mis ideas incluso cuando estas sean  diferentes al de la mayoría. |  |  |  |  |
| 2 | Me resulta difícil organizar mi vida de un modo que me sienta satisfecho(a). |  |  |  |  |
| 3 | Me encanta hacer planes para mi futuro y me  esfuerzo por cumplirlos. |  |  |  |  |
| 4 | Me siento seguro(a) con lo que soy. |  |  |  |  |
| 5 | Siento que las personas que aprecio me brinda  cosas muy valiosas. |  |  |  |  |
| 6 | Las cosas que he hecho en mi pasado, hago en mi presente y haré en mi futuro le dan sentido a mi vida. |  |  |  |  |
| 7 | Me agrada mi forma de ser, en gran medida. |  |  |  |  |
| 8 | Siento que continuamente estoy desarrollando mis  Capacidades |  |  |  |  |
| 9 | Confío en mis opiniones, incluso si son contrarias a los de la mayoría. |  |  |  |  |
| 10 | Los deberes que tengo en mi vida diaria me  generan gran malestar. |  |  |  |  |
| 111 | Tengo claro cuál es mi objetivo y metas en la vida. |  |  |  |  |
| 112 | Cuento con personas que me brindan su confianza. |  |  |  |  |
| 13 | Me es difícil expresar mis opiniones con la gente que tienen un tema en discusión. |  |  |  |  |
| 14 | Soy bueno(a) manejando y aprovechando las  oportunidades que me ofrece mi entorno. |  |  |  |  |
| 15 | Me siento orgulloso(a) de la vida que llevo. |  |  |  |  |
| 116 | Mis amigos(as) saben que pueden confiar en mí. |  |  |  |  |
| 17 | En los últimos años he rechazado o evitado asumir nuevas responsabilidades para mi vida. |  |  |  |  |
| 18 | A lo largo de mi vida he aprendido he cambiado y he desarrollado mis habilidades. |  |  |  |  |

## **ANEXO D**

**FICHA TÉCNICA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (SPWB\_LS)**

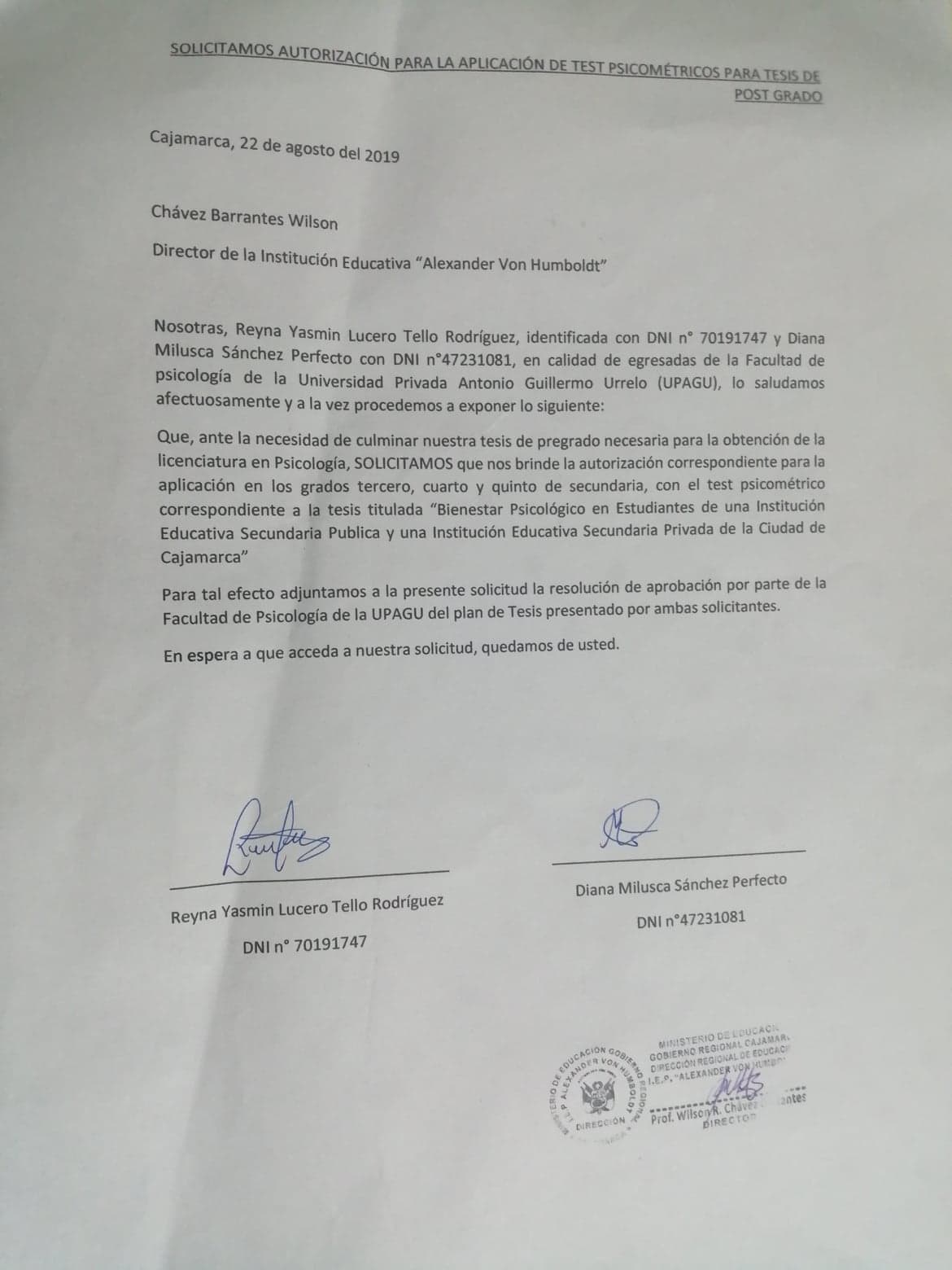
|  |  |
| --- | --- |
| Nombre Original | Escala de Bienestar Psicológico de Ryff |
| Autor | Carol Ryff (1995) |
| Procedencia | Estados Unidos |
| Adaptación Peruana | Katherine Vanessa Briones Herrera (2019). |
| Confiabilidad | 0,83 con Alfa de Cronbach. |
| Administración | Individual y colectiva. |
| Duración | 10 – 15 minutos aproximadamente |
| Aplicación | Adolescentes en adelante. |
| Puntuación | Escala de Lickert del 1 al 4. |
| Significación | Evaluación de la percepción de bienestar personal. |
| Tipificación | Baremos Peruanos: ciudades andinas del norte del país. |
| Usos | Educacional, clínico y en la investigación. Son usuarios potenciales aquellos profesionales que se desempeñan como psicólogos, psiquiatras médicos, trabajadores sociales, consejeros, tutores. |

Según Briones (2019), las siguientes son las puntuaciones para la Escala de Bienestar Psicológico (SPWB) de forma global y en sus seis dimensiones:

Niveles Generales Escala de Bienestar Psicológico (SPWB)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Bienestar psicológico | BAJO  18 a 57 | MEDIO  58 a 63 | ALTO  más de 64 |
| Autoaceptación | 3 a 10 | 11 | 12 |
| Relaciones positivas Dominio de entorno Propósito de vida | 3 a 9  3 a 7  3 a 9 | 10 a 11  8 a 9  10 | 12  10 a 12  11 a 12 |
| Autonomía | 3 a 8 | 9 | 10 a 12 |
| Crecimiento personal | 3 a 8 | 9 a 10 | 11 a 12 |
| Niveles para el sexo masculino | | | |
|  | BAJO | MEDIO | ALTO |
| Bienestar psicológico | 18 a 58 | 57 a 63 | más de 64 |
| Autoaceptación | 3 a 10 | 11 | 12 |
| Relaciones positivas | 3 a 9 | 10 a 11 | 12 |
| Dominio de entorno | 3 a 7 | 8 a 9 | 10 a 12 |
| Propósito de vida | 3 a 9 | 10 | 11 a 12 |
| Autonomía | 3 a 8 | 9 | 10 a 12 |
| Crecimiento personal | 3 a 8 | 9 a 10 | 11 a 12 |
| Niveles para el sexo femenino | | | |
|  | BAJO | MEDIO | ALTO |
| Bienestar psicológico | 18 a 56 | 58 a 62 | Más de 63 |
| Autoaceptación | 3 a 9 | 10 a 11 | 12 |
| Relaciones positivas | 3 a 10 | 11 | 12 |
| Dominio de entorno | 3 a 7 | 8 a 9 | 10 a 12 |
| Propósito de vida | 3 a 8 | 10 | 11 a 12 |
| Autonomía | 3 a 7 | 8 a 9 | 10 a 12 |
| Crecimiento personal | 3 a 8 | 9 | 10 a 12 |

## **ANEXO E**

**DOCUEMNTOS DE LA INSTITUCIÓN ECUCATIVA**

