

**UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**



**TESIS**

---

**“Bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar “Leoncio Prado”, Huánuco - 2023”**

---

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

**AUTORA: Visag Aparcana, Grace Stefanie**

**ASESORA: Fernández Dávila Alfaro, Julita del Pilar**

**HUÁNUCO – PERÚ**

**2024**



# U

### TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis ( X )
- Trabajo de Suficiencia Profesional ( )
- Trabajo de Investigación ( )
- Trabajo Académico ( )

**LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN:** Psicología Educativa  
**AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2020)**

### CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

**Área:** Ciencias sociales

**Sub área:** Psicología

**Disciplina:** Psicología (incluye terapias de aprendizaje, habla, visual y otras discapacidades físicas mentales)

### DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título Profesional de licenciada en psicología

Código del Programa: P05

Tipo de Financiamiento:

- Propio ( X )
- UDH ( )
- Fondos Concursables ( )

### DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 72506848

### DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 41906174

Grado/Título: Maestro en psicología con mención en prevención e intervención en niños y adolescentes

Código ORCID: 0000-0002-7333-5683

### DATOS DE LOS JURADOS:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Portocarrero Zevallos, Judith Martha	Doctora en educación	06650813	0000-0003-2025-3286
2	Miraval Tarazona, Lincoln Abraham	Magister en psicología educativa	22404062	0000-0003-0269-8599
3	Diestro Caloretti Karina Vanessa	Maestra en administración de la educación	25769441	0000-0002-0497-1889

# D

# H



**Facultad de Ciencias de la Salud**  
**Programa Académico Profesional de Psicología**



*"Psicología, la fuerza que mueve al mundo y lo cambia"*

**"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA  
INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE  
JUNÍN Y AYACUCHO"**

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Huánuco, siendo las 03:00 P.M horas del día 16 del mes de mayo del año dos mil veinticuatro, en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud de la ciudad universitaria La Esperanza en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el **Jurado Calificador** integrado por los docentes:

- DRA. JUDITH MARTHA PORTOCARRERO ZEVALLOS **PRESIDENTA**
- MG. LINCOLN ABRAHAM MIRAVAL TARAZONA **SECRETARIO**
- DR. JOSE LUIS MALPARTIDA REPETTO **VOCAL**
- MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI **(JURADO ACCESITARIO)**
- **ASESOR DE TESIS. MG. JULITA DEL PILAR FERNÁNDEZ DÁVILA ALFARO.**

Nombrados mediante Resolución N°871-2024-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada. **"BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA GRAN UNIDAD ESCOLAR "LEONCIO PRADO" - HUANUCO 2023"**; Presentado por el Bachiller en Psicología, Sra. GRACE STEFANIE, VISAG APARCANA, para optar el Título Profesional de LICENCIADA EN PSICOLOGÍA.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) APROBADO por UNANIMIDAD con el calificativo cuantitativo de 16 y cualitativo de BUENO

Siendo las, 4:11 Horas del día 16 del mes de MAYO del año 2024, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

-----  
DRA. JUDITH MARTHA PORTOCARRERO ZEVALLOS

Orcid.org/0000-0003-2025-3286 - DNI 06650813  
PRESIDENTA

-----  
MG. LINCOLN ABRAHAM MIRAVAL TARAZONA  
Orcid.org/0000-0003-0269-8599 - DNI - 24404062  
SECRETARIO

-----  
MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI  
Orcid.org/0000-0002-0497-1889 - DNI - 25769441  
(Jurado Accesitario)  
VOCAL



## UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

### CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: GRACE STEFANIE VISAG APARCANA, de la investigación titulada "Bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado", Huánuco - 2023", con asesora JULITA DEL PILAR FERNÁNDEZ DÁVILA ALFARO, designada mediante documento: RESOLUCIÓN N° 1087-2023-D-FCS-UDH del P. A. de PSICOLOGÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 25 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 07 de agosto de 2024



RICHARD J. SOLIS TOLEDO  
D.N.I.: 47074047  
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



FERNANDO F. SILVERIO BRAVO  
D.N.I.: 40618286  
cod. ORCID: 0009-0008-6777-3370

## 7. Visag Aparcana Grace Stefanie.docx

### INFORME DE ORIGINALIDAD

25%

INDICE DE SIMILITUD

26%

FUENTES DE INTERNET

9%

PUBLICACIONES

12%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

### FUENTES PRIMARIAS

1

[repositorio.udh.edu.pe](https://repositorio.udh.edu.pe)

Fuente de Internet

8%

2

[hdl.handle.net](https://hdl.handle.net)

Fuente de Internet

4%

3

Submitted to Universidad Cesar Vallejo

Trabajo del estudiante

2%

4

[repositorio.upao.edu.pe](https://repositorio.upao.edu.pe)

Fuente de Internet

2%

5

[repositorio.upagu.edu.pe](https://repositorio.upagu.edu.pe)

Fuente de Internet

1%



RICHARD J. SOLIS TOLEDO,  
D.N.I.: 47074047  
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



FERNANDO F. SILVERIO BRAVO  
D.N.I.: 40618286  
cod. ORCID: 0009-0008-6777-3370

## **DEDICATORIA**

A mis padres, quienes me han brindado su apoyo incondicional desde siempre, por seguir haciendo su mayor esfuerzo para lograr mis metas.

Y, finalmente, a los que no creyeron en mí, con su actitud, lograron que tomará más impulso.

## **AGRADECIMIENTOS**

A Dios quien me ha guiado en este camino y ha sido mi fortaleza en cada paso que he dado.

A mis padres por día a día motivarme a continuar con mis sueños y no permitir que me rinda.

## ÍNDICE

DEDICATORIA .....	II
AGRADECIMIENTOS.....	III
ÍNDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLA .....	VII
ÍNDICE DE FIGURAS.....	VIII
RESUMEN.....	IX
ABSTRACT.....	X
INTRODUCCIÓN.....	XI
CAPÍTULO I.....	13
DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA .....	13
1.1.    SITUACIÓN PROBLEMÁTICA .....	13
1.2.    FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	16
1.2.1. PROBLEMA GENERAL.....	16
1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....	16
1.3.    OBJETIVOS.....	16
1.3.1. OBJETIVO GENERAL .....	16
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	17
1.4.    JUSTIFICACIÓN.....	17
1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA .....	17
1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA.....	18
1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA.....	18
1.5.    LIMITACIONES.....	18
CAPÍTULO II.....	19
MARCO TEÓRICO .....	19
2.1.    ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES .....	19

2.1.2.	ANTECEDENTES NACIONALES .....	20
2.1.3.	ANTECEDENTES LOCALES.....	22
2.2.	MARCO CONCEPTUAL .....	23
2.2.1.	CONCEPTO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO.....	23
2.2.2.	ENFOQUES SOBRE EL BIENESTAR PSICOLÓGICO ...	24
2.2.3.	MODELOS TEÓRICOS SOBRE EL BIENESTAR PSICOLÓGICO.....	25
2.2.4.	IMPORTANCIA DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO .....	28
2.2.5.	FACTORES ASOCIADOS AL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LA ADOLESCENCIA .....	30
2.2.6.	CAUSAS QUE PROVOCAN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LOS ESTUDIANTES.....	31
2.2.7.	EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SU RELACIÓN CON LA EDUCACIÓN .....	32
2.3.	DEFINICIONES CONCEPTUALES .....	33
2.4.	HIPÓTESIS.....	34
2.4.1.	HIPÓTESIS GENERAL.....	34
2.4.2.	HIPÓTESIS ESPECÍFICAS .....	34
2.5.	VARIABLES.....	35
2.6.	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	36
CAPÍTULO III.....		37
METODOLOGÍA .....		37
3.1.	TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	37
3.1.1.	ENFOQUE .....	37
3.1.2.	ALCANCE O NIVEL.....	37
3.1.3.	DISEÑO .....	38
3.2.	POBLACIÓN Y MUESTRA .....	38
3.2.1.	POBLACIÓN .....	38

3.2.2. MUESTRA.....	39
3.2.3. CRITERIOS DE SELECCIÓN .....	40
3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	40
3.3.1. PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS .....	40
3.3.2. INSTRUMENTO.....	41
3.4. TÉCNICAS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS .....	44
3.5. TÉCNICAS PARA EL ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS.....	44
3.6. ASPECTOS ÉTICOS .....	45
CAPÍTULO IV.....	46
RESULTADOS.....	46
4.1. PROCESAMIENTO DE DATOS .....	46
4.2. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS .....	51
4.3. PRUBA DE HIPOTESIS.....	52
CAPÍTULO V.....	57
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	57
CONCLUSIONES .....	61
RECOMENDACIONES.....	62
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	64
ANEXOS.....	68

## ÍNDICE DE TABLA

Tabla 1	Operacionalización de variables .....	36
Tabla 2	Diseño .....	38
Tabla 3	Población .....	39
Tabla 4	39Muestra .....	39
Tabla 5	Expertos de la validación del instrumento .....	42
Tabla 6	Nivel de Bienestar Psicológico .....	46
Tabla 7	Nivel de Control de Situaciones .....	47
Tabla 8	Nivel de Aceptación .....	48
Tabla 9	49Nivel de Vínculos Psicosociales.....	49
Tabla 10	Nivel de Proyecto Personal.....	50
Tabla 11	Prueba de Normalidad .....	51
Tabla 12	Estadística para una muestra 1 .....	52
Tabla 13	Prueba para una muestra 1 .....	52
Tabla 14	Estadística para una muestra 2.....	53
Tabla 15	Prueba para una muestra 2.....	53
Tabla 16	Estadística para una muestra 3.....	54
Tabla 17	Prueba para una muestra 3.....	54
Tabla 18	Estadística para una muestra 3.....	55
Tabla 19	Prueba para una muestra 3.....	55
Tabla 20	Estadística para una muestra 3.....	56
Tabla 21	Prueba para una muestra 3.....	56

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Nivel de Bienestar psicológico .....	46
Figura 2 Nivel de Control de Situaciones .....	47
Figura 3 Nivel de Aceptación .....	48
Figura 4 49Nivel de Vínculos Psicosociales.....	49
Figura 5 Nivel de Proyecto Personal.....	50

## RESUMEN

En el presente estudio, el objetivo es determinar el nivel de Bienestar Psicológico manifestado por los estudiantes del nivel secundario en la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" en Huánuco durante el año 2023. La metodología adoptada es de tipo Básica, con un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo que busca proporcionar una visión detallada de la situación.

La muestra seleccionada para este análisis comprende un total de 312 estudiantes. Como instrumento de medición, se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS - J, reconocida por su capacidad para evaluar distintos aspectos relacionados con el bienestar emocional y mental de los individuos.

Los resultados obtenidos revelan que la mayoría de los estudiantes de secundaria en la mencionada institución educativa presentan un Nivel Alto de Bienestar Psicológico, alcanzando un porcentaje del 59.62%. En segundo lugar, se identifica un Nivel Moderado con un 33.01%, mientras que un porcentaje menor, correspondiente al 7.37%, exhibe un Nivel Bajo de Bienestar Psicológico.

En conclusión, se puede afirmar que la tendencia predominante entre los estudiantes de secundaria en la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" de Huánuco es la de poseer un nivel elevado de Bienestar Psicológico. Es importante destacar que este resultado no necesariamente indica una percepción positiva en cuanto a los logros individuales, la satisfacción consigo mismos o la valoración de sus capacidades. La evaluación se basa en un enfoque subjetivo e individual de cada estudiante en relación con su bienestar emocional y mental.

**Palabra Clave:** Bienestar psicológico, control de situaciones, aceptándose a sí mismo, vínculos psicosociales, proyecto personal.

## ABSTRACT

In this study, the objective is to determine the level of Psychological Well-being exhibited by high school students at the "Leoncio Prado" High School in Huánuco during the year 2023. The methodology employed is Basic, with a quantitative approach and a Descriptive design aimed at providing a detailed overview of the situation.

The selected sample for this analysis comprises a total of 312 students. The measurement instrument used is the Psychological Well-being Scale BIEPS - J, recognized for its ability to assess various aspects related to the emotional and mental well-being of individuals.

The results obtained reveal that the majority of high school students in the mentioned educational institution exhibit a High Level of Psychological Well-being, reaching a percentage of 59.62%. Secondly, a Moderate Level is identified at 33.01%, while a smaller percentage, corresponding to 7.37%, displays a Low Level of Psychological Well-being.

In conclusion, it can be affirmed that the predominant trend among high school students at the "Leoncio Prado" High School in Huánuco is to possess a high level of Psychological Well-being. It is important to note that this result does not necessarily indicate a positive perception regarding individual achievements, self-satisfaction, or the assessment of their capabilities. The evaluation is based on a subjective and individual approach of each student in relation to their emotional and mental well-being.

**Keyword:** Psychological well-being, control of situations, accepting oneself, psychosocial links, personal project.

## INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico en estudiantes de secundaria se erige como un tema central y preponderante en la discusión académica y social contemporánea. Durante la etapa de la adolescencia, los jóvenes experimentan una serie de cambios significativos que afectan su percepción del entorno y de sí mismos, marcando así una fase crucial en su desarrollo.

Esta investigación se enfoca en comprender a fondo el bienestar psicológico de los estudiantes de secundaria, centrándose especialmente en la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" de Huánuco. Desde la perspectiva académica, donde la salud emocional puede potenciar la concentración y comprensión de contenidos, hasta la esfera social, donde incide en la calidad de las relaciones interpersonales y en la adaptación al entorno escolar y extraescolar, la relevancia de este estudio se torna evidente.

Resultados de investigaciones previas han establecido una conexión directa entre el bienestar emocional y el rendimiento académico. Estudiantes que experimentan mayores niveles de bienestar no solo tienden a obtener mejores calificaciones, sino que también muestran una mayor motivación por aprender, contribuyendo a la creación de un ambiente escolar positivo, esencial para el proceso educativo.

En este contexto, al llevar a cabo un análisis exhaustivo del bienestar psicológico en la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado", esta investigación busca proporcionar una visión detallada de la situación actual. Como adelanto de los hallazgos, se puede afirmar que la tendencia predominante entre los estudiantes es la de poseer un nivel elevado de bienestar psicológico. Este resultado, sin embargo, no necesariamente indica una percepción positiva en cuanto a los logros individuales, la satisfacción consigo mismos o la valoración de sus capacidades. La evaluación se basa en un enfoque subjetivo e individual de cada estudiante en relación con su bienestar psicológico.

Así, desde esta perspectiva, la presente investigación, está estructurado en diversos capítulos que abarcan desde un origen de idea de investigación hasta la conclusión obtenida.

El primer capítulo describe el problema, plantea cuestiones relacionadas con el mismo en general y en detalle, y señala la justificación y objetivos.

El segundo capítulo examina el contexto internacional, nacional y local, así como el marco teórico, examinando el marco teórico y conceptual para la formulación de hipótesis de investigación generales y específicas, así como la operacionalización de la variable posteriormente.

El tercer capítulo está dedicado a la metodología de la investigación, con su nivel, enfoque y diseños. Recopila información sobre la población y la muestra y se culmina con el desarrollo de instrumentos y técnicas para la recopilación de datos adecuada.

El cuarto capítulo incluye los resultados obtenidos de las variables de la investigación, análisis, discusión y contraste del contexto, así como el marco teórico y conceptual.

Finalmente, se realizan hallazgos, recomendaciones y conclusiones con base a la evidencia y las herramientas de evaluación utilizadas.

# CAPÍTULO I

## DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

### 1.1. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

El bienestar psicológico abarca la salud integral del ser humano, destacando que hace algún tiempo, se relacionaba con contar con condiciones económicas favorables para el desarrollo personal. En la actualidad el bienestar psicológico está definida por un estilo de vida saludable y está íntimamente conectada con el mantenimiento de la salud mental, así como de la salud en general. Solo el 45% de personas en los países de Latinoamérica tiene practicas saludables y estilos de vida adecuados de la misma manera la OMS afirma que el 78% de personas practica alguna actividad física hecho que contribuye a su bienestar (Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) [OMS], 2023).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2023), resalta la importancia de que los países inviertan en la promoción y prevención de la salud mental a lo largo de la vida, ya que la crisis de la COVID-19 ha agravado los factores de riesgo para la salud mental, especialmente entre los jóvenes que acuden a recibir sus clases, resaltando que el 65% de estudiantes presentan problemas relacionados a la salud mental.

El concepto de bienestar psicológico ha evolucionado a lo largo del tiempo y tiene sus raíces en el término griego "Eudaimonía," que se traduce como felicidad y bienestar. Este concepto enfatiza el desarrollo del potencial humano y el funcionamiento psicológico positivo. El bienestar psicológico (BP) ha sido analizado desde diversas disciplinas como la Economía, la Sociología, el cuidado de la Salud y la Psicología. A menudo, se define como sinónimo de felicidad y satisfacción con la vida, y se asocia con todos los factores que determinan la calidad de vida humana (López, 2021).

De acuerdo con Sauleda (2022) un alto nivel de bienestar psicológico admite que surjan emociones positivas en los estudiantes de los diferentes niveles educativos, se presenta mejoras en su calidad de vida y el alumno logra establecer con sus pares relaciones interpersonales adecuadas y

positivas. Sumándole la posible relación significativa e importante entre el bienestar psicológico que presentan los alumnos y su relación directa con el éxito en su vida académica, un adecuado nivel de bienestar psicológico puede permitir al estudiante alcanzar los objetivos marcados y así obtener satisfacción de su implementación.

En lo relacionado a las diferencias culturales, el bienestar psicológico puede variar entre culturas, por ejemplo, en algunos países con culturas orientales el 42%, las personas expresan sus emociones positivas con moderación, mientras que en los países latinoamericanos y norteamericanos, se espera que las personas expresen y experimenten más emociones positivas y de una manera a otra repriman sus emociones negativas, como método de catarsis, es en este contexto que Ryff y Singer (1999), manifiestan de manera enfática que las formas en que se expresan las emociones y su impacto en la salud tienen una base cultural (Valladares, 2018).

Tomando en consideración a Coppari et al., (2019) las diferencias sociodemográficas que tienen los países que conforman los continentes, no sólo puede aportar diferentes niveles de bienestar y salud, además, existen diversas maneras de alcanzar el bienestar psicológico. Podemos anticipar que las causas del bienestar variarán según el ciclo de vida, las condiciones de vida, el nivel educativo, la ocupación o el grupo social. El bienestar es una experiencia humana que se relaciona tanto con el presente como con la proyección hacia el futuro, El bienestar surge precisamente a través de la adquisición de bienes, entendiendo que este bienestar se debe al equilibrio entre las expectativas (anticipación del futuro) y los logros (evaluación actual), lo que muchos denominan satisfacción. Esta satisfacción se manifiesta en áreas de interés personal como los estudios, el trabajo, la familia, las condiciones materiales de vida y las relaciones interpersonales. La satisfacción con la vida proviene de la interacción entre el individuo y su entorno micro y macro social, que incluye las condiciones sociales y materiales objetivas, que brindan a los estudiantes algunas oportunidades de superación personal.

Sánchez (2019), quien realizó estudios sobre el bienestar psicológico en diferentes zonas del Perú, los estudiantes de secundaria por lo general presentan niveles promedios de bienestar psicológico, hecho que lleva a inferir que solo el 35% de estudiantes logran un estado satisfactorio de bienestar, siendo los estudiantes de sexo masculino quienes presentan mejores condiciones de bienestar por lo cual plantea la importancia que los estudiantes aprendan a equilibrar lo académico con las redes de apoyo social y el cuidado personal. La falta de herramientas efectivas para manejar los cambios en la vida universitaria puede llevar a la insatisfacción.

A nivel local en el departamento de Huánuco, existe escasa información y datos actualizados sobre el estado del bienestar psicológico en estudiantes del nivel secundaria, sin embargo, la Dra. Lilia Lucy Campos Cornejo en su condición de Decana de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan de Huánuco, publicó un artículo científico en la Revista Inclusiones edición Octubre – Noviembre de 2020, dicho artículo que lleva por título Bienestar Y Afrontamiento Psicológico De Estudiantes Universitarios en Estado de Confinamiento por Covid-19, en donde la recolección de información a los estudiantes se realizó de manera virtual, logrando establecerse que la mayoría de estudiantes presentaban buen nivel de bienestar psicológico, que un 30 % presentaban bienestar psicológico a nivel medio, recalcando entre sus resultados que las estudiantes mujeres presentaron mejores puntuaciones de bienestar psicológico en relación con los varones (Campos, 2021).

La Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” de la ciudad de Huánuco, es una institución educativa pública, este innovador escuela que educó a miles de alumnos, fue fundada el 25 de febrero de 1828 por el Congreso Constitucional del Perú y proclamada por el presidente de la República, José de La Mar, el 4 de marzo de ese año. Sin embargo, recién inició su funcionamiento el 24 de mayo de 1829, tiene como visión la de fomentar la participación activa y la práctica de valores y relaciones en un ambiente de convivencia positiva en las escuelas con un alto espíritu de servicio desde la niñez, por lo que es necesario estudiar con mayor profundidad este tema para poder determinar con mayor precisión cómo es el bienestar psicológico de los

alumnos leonciopradinos para, de este modo, realizar sugerencias encaminadas a mejorar su situación emocional y afectiva, motivo por el cual planteo las siguientes interrogantes.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. PROBLEMA GENERAL**

¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023?

### **1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS**

¿Cuál es el nivel de la dimensión control de la situación que presentan los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023?

¿Cuál es el nivel de la dimensión aceptación de sí mismo que presentan los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023?

¿Cuál es el nivel de la dimensión vínculos psicosociales que presentan los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023?

¿Cuál es el nivel de la dimensión proyecto personal que presentan los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023?

## **1.3. OBJETIVOS**

### **1.3.1. OBJETIVO GENERAL**

Determinar el nivel de bienestar psicológico que presentan los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

### **1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Especificar el nivel de la dimensión control de situaciones que presentan los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

Analizar el nivel de la dimensión aceptación a sí mismo que presentan los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

Establecer el nivel de la dimensión vínculos psicosociales que presentan los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

Identificar el nivel de la dimensión proyecto personal que presentan los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

## **1.4. JUSTIFICACIÓN**

### **1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA**

La importancia de esta investigación radica en que proporcionó información para mejorar la situación emocional y afectiva de los estudiantes. Al alcanzar un mayor bienestar psicológico, los estudiantes podrán desarrollar sus capacidades intelectuales y resolver problemas que se presenten tanto en su vida académica como en sus actividades diarias de diversa índole.

Por lo tanto, después de revisar diversas fuentes teóricas, se observó la existencia de información científica periódica y actualizada en los repositorios institucionales de universidades públicas y privadas sobre la importancia del bienestar psicológico. También se han encontrado estudios de investigación realizados a nivel internacional y nacional, así como postulados teóricos que explican claramente el bienestar psicológico en estudiantes adolescentes. Estas consideraciones proporcionan el sustento necesario, cumpliendo con los criterios científicos, para elaborar y ejecutar el presente trabajo de investigación, justificando plenamente su implementación.

#### **1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA**

Desde el enfoque práctico, la investigación se justifica porque existe evidencia empírica de los efectos de las experiencias emocionales en el bienestar psicológico de la adolescencia, los cuales pueden ocasionar el abandono escolar o problemas en la salud mental aumentando la vulnerabilidad ante situaciones que no pueden controlar producto de su inexperiencia. Por ello, es necesario conocer y estudiar la presencia de los niveles de Bienestar Psicológico en estudiantes del nivel secundaria que asisten de manera constante a la gran unidad escolar "Leoncio Prado" de la ciudad de Huánuco; toda vez que un diagnóstico preciso y oportuno es una medida clave para impulsar e implementar programas de promoción e intervención preventiva que son de gran utilidad para evitar deserción estudiantil y mejorar la calidad de vida (Cornejo, 2015).

#### **1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA**

Con el objetivo de medir de manera objetiva los niveles de bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" de la ciudad de Huánuco, para obtener información confiable y válida durante la investigación se recolectará datos utilizando herramientas psicométricas con un grado de validez y confiabilidad adecuados para la investigación, siendo el instrumento:

Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) de Casullo y colaboradores, el mismo que contiene 13 ítems

#### **1.5. LIMITACIONES**

La complejidad del comportamiento adolescente (estado de ánimo variable) podría dificultar la aplicación del instrumento psicométrico siendo solucionado con el diálogo sobre el objetivo de la investigación.

La aplicación del instrumento psicométrico de manera grupal por falta de disponibilidad de tiempo del estudiante lo que conllevó a aplicar algunos de manera individualizada.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

##### **2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES**

Albertis et al. (2022) en su artículo titulado “Bienestar Psicológico en Estudiantes de Secundaria Chilenos” El cual tuvo por objetivo: Determinar la existencia del bienestar psicológico de los estudiantes de secundaria en Chile. Donde 350 estudiantes participaron como parte de la población en estudio. La investigación planteada fue de tipo Descriptivo Básica. Los investigadores concluyeron que las condiciones de salud mental destacan entre las mujeres de clases económicas más altas, lo que difiere de los informes nacionales. La baja incidencia de bienestar psicológico en estudiantes de estrato económico bajo llama la atención por su poca capacidad de resiliencia. Se determinó la relación inversa entre bienestar psicológico y los estados depresivos es consistente con los modelos teóricos que sugieren que estos dos constructos son dos extremos dentro de un continuo. De esta forma, la depresión puede estar directamente relacionada con la pérdida del bienestar psicológico.

Serafín y Valer (2021) en la revista científica indexada desarrollaron un estudio titulado “Influencia de las Redes Sociales y Bienestar Psicológico del Estudiante” El cual tuvo por objetivo principal Determinar la posible asociación entre el bienestar psicológico de los jóvenes estudiantes y la intensidad de uso de las redes sociales. El cual contó con la participación de 200 estudiantes. Siendo una investigación de tipo Correlacional. Los investigadores llegan a las siguientes conclusiones: la existencia de una relación negativa entre el número de horas empleadas en el uso de la red social conocida como Facebook y el bienestar psicológico subjetivo, así como el bienestar material, permite sustentar de manera objetiva el número de horas dedicadas es un indicador de la percepción negativa de bienestar de los estudiantes. La relación positiva entre la cantidad de fotos compartidas a través del

Facebook y el bienestar psicológico subjetivo nos permite demostrar que publicar fotografías es una forma que las personas tienen para comunicar sus logros y expresar su sentimiento de bienestar psicológico y la satisfacción con la vida.

Arnedo y Salgado (2021) en su artículo que lleva el título de “Bienestar Psicológico en Estudiantes Repitentes de Secundaria de un Colegio Estatal de La Habana.” El cual tuvo por objetivo primordial la de “Determinar el bienestar psicológico en jóvenes estudiantes repitentes de secundaria de un colegio estatal.” Donde la muestra estaba conformada por 112 alumnos. Siendo una investigación de tipo Descriptiva simple. Los investigadores establecieron las siguientes conclusiones: que el bienestar psicológico de los alumnos evaluados en sentido general, este es un nivel alto y positivo y la satisfacción general y la afectividad. En el transcurso de un año repetitivo, esta sensación de bienestar pasa de efectos y sentimientos negativos como depresión, malestar y frustración a un estado positivo. Además de la vida académica, existen otros escenarios vitales que influyen en esta satisfacción global, como la situación en el ámbito social, material y doméstico, ya que es posible invertir esfuerzo y tiempo en estos ámbitos en la repetición de curso. Por otro lado, la pérdida de un círculo de amigos es un factor importante que afecta el bienestar emocional. En resumen, se pueden identificar recursos personales de los estudiantes que contribuyen al bienestar psicológico, como la apertura a la experiencia y la tolerancia a la decepción, así como recursos subjetivos como las habilidades sociales.

### **2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES**

Condezo (2022) en su estudio de investigación titulado “Afrontamiento y Bienestar Psicológico en Estudiantes de una Institución Educativa Privada de Lima Metropolitana.” El cual tuvo por objetivo Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico en la población de estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Lima. Donde se pudo trabajar con una

población total de 148 estudiantes. Siendo una investigación de tipo Correlacional. El investigador llega a las siguientes conclusiones: los resultados establecen de manera clara la existencia de una relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico. Dependiendo de la estrategia utilizada, esta será positiva o negativa. Esta es la relación entre las estrategias de afrontamiento y el puntaje total de bienestar psicológico. Y de las estrategias de afrontamiento y las dimensiones del bienestar psicológico. De manera similar, se logra establecer que la planificación, también se relaciona con las dimensiones del bienestar psicológico de manejo del ambiente y crecimiento personal. La relación entre afrontamiento religioso y la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico se produce a causa de que la religión suele ser mayormente manifestada en una creencia con soporte social.

Talanca (2021) en su tesis denominada “Relación Entre el Bienestar Psicológico y el Funcionamiento Familiar en Estudiantes del Quinto de Secundaria del Colegio Santa María de Arequipa 2021”. El cual tuvo por objetivo primordial Determinar la relación entre el nivel bienestar psicológico y la funcionalidad familiar de dichos estudiantes. Siendo la población total en estudio de 64 estudiantes. Siendo una investigación de tipo correlacional. La investigadora llegó a las siguientes conclusiones: alrededor del 51% de estudiantes del quinto de secundaria del colegio Santa María de Arequipa provienen de una familia funcional. El nivel de Bienestar Psicológico en un poco más de la mitad de los estudiantes es alto. Estadísticamente, en la presente investigación, se ha podido comprobar que el funcionamiento familiar y el nivel de bienestar psicológico no presentan relación estadística significativa.

Chumpitaz (2021) en su tesis que lleva por nombre “Bienestar Psicológico en Mujeres Peruanas que cursan el nivel secundario de educación y pertenecientes a Minorías Sexuales.” El cual tuvo por objetivo Describir las consecuencias relativas al bienestar psicológico en mujeres que cursan el nivel secundario de educación pertenecientes a minorías sexuales peruanas. Donde se pudo trabajar con una población

total de 111 mujeres. Siendo una investigación de tipo Descriptivo Simple. Estableciéndose las siguientes conclusiones: los factores estresantes próximos, como la homofobia internalizada, las expectativas de rechazo y la negación de la orientación sexual estarían afectando a nuestra población en su bienestar psicológico y en su capacidad para alcanzar su máximo potencial. El impacto negativo puede estar relacionado con la experiencia subjetiva de la discriminación, es decir, ser percibida como mujer LGTB puede afectar el bienestar psicológico de la persona a través de la internalización de la violencia, creando mecanismos internos que le alejan de su bienestar

### **2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES**

Sanchez (2020) en su tesis titulada “Bienestar Psicológico y Desempeño Escolar en la Institución Educativa Integrada de Panao 2019.” El cual tuvo por objetivo principal Establecer la relación entre bienestar psicológico y desempeño escolar en la Institución Educativa Integrada de Panao 2019. Donde se pudo trabajar con una población total de 98 participantes. Siendo una investigación de tipo Correlacional. El investigador llega a las siguientes conclusiones: se acepta la hipótesis alterna, es que existe una correlación positiva significativa entre los coeficientes, por lo que hay datos suficientes para demostrar que existe en la correlación significativa entre el bienestar psicológico y el rendimiento escolar. Existe una correlación positiva y por lo tanto hay datos suficientes para mostrar una correlación significativa entre la dimensión de auto aceptación el rendimiento escolar. Se encontró una correlación positiva baja y por lo tanto hubo datos suficientes para demostrar que no existe una relación significativa entre la dimensión autonomía y el rendimiento escolar.

Álvarez (2020) en su tesis denominada “Bienestar Psicológico en Estudiantes de una Institución Educativa de la zona rural de Huánuco.” El cual tuvo por objetivo Determinar el nivel de bienestar psicológico en la población de estudiantes de una institución educativa de la zona rural de Huánuco. Se tuvo como población de estudio un total de 80

estudiantes. Siendo una investigación de tipo Descriptiva Básica. El investigador llega a las siguientes conclusiones: los resultados demuestran la presencia de un porcentaje mayoritario de bienestar psicológico en los estudiantes de la zona rural. Es así como se demuestra una relación adecuada entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico. También se logró determinar que la dimensión planificación del bienestar psicológico es una de las estrategias más utilizadas por los alumnos de la zona rural para lograr su bienestar psicológico.

## **2.2. MARCO CONCEPTUAL**

### **2.2.1. CONCEPTO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO**

Ryff (1999) nos menciona que el bienestar psicológico es el resultado de una evaluación cognitiva que realiza la persona; esta evaluación genera en ella la mayor cantidad de emociones positivas, según lo que la persona ha experimentado en su convivencia consigo misma y con su ambiente más cercano.

Para Veenhoven (1991) nos dice, el bienestar psicológico es la evaluación integral que una persona realiza sobre su vida, la cual implica la satisfacción con su existencia. Una persona con un nivel adecuado de bienestar psicológico también experimenta satisfacción con su vida, emociones positivas frecuentes y, en ocasiones, emociones negativas. Sin embargo, si una persona presenta insatisfacción con su vida, experimentará pocas emociones positivas.

También Diener (1994) nos dice, el bienestar psicológico muestra tres características importantes: 1) la subjetividad, 2) la presencia de indicadores positivos y la ausencia de factores negativos, y 3) la valoración global de la vida. Los altos niveles de bienestar psicológico dependen de una apreciación positiva de la vida sostenida durante un largo periodo de tiempo, mientras que los bajos niveles de bienestar psicológico dependen de un desequilibrio entre expectativas y logros.

Díaz et al., (2006) manifiestan que el bienestar psicológico está relacionado como la evaluación cognitiva que realizan las personas en relación a sus vivencias, esta evaluación comprende las dimensiones: cognitiva y afectiva; al interactuar ambas dimensiones van a propiciar estados que van desde la agonía hasta el éxtasis en una persona.

Chávez (2016) nos dice que es la valoración que hace una persona de temas relevantes de su vida, en los cuales predominan estados de ánimo positivos, expresando su satisfacción con los mismos, indica tácitamente que existe una relación entre el componente afectivo y el componente cognitivo que determina su bienestar psicológico.

Leal y Silva (2019), ambos estudiosos manifiestan al referirse al bienestar psicológico, que está relacionado al grado en que una persona evalúa su comportamiento cotidiano en términos favorables y satisfactorios, el cual está asociado con sus estados de humor positivos, alta autoestima y bajo nivel de indicadores de depresión.

### **2.2.2. ENFOQUES SOBRE EL BIENESTAR PSICOLÓGICO**

Tomando como referencia a Barrera et al. (2019) se puede afirmar que la evaluación que una persona hace de su vida en áreas particulares está relacionada con el bienestar psicológico. El estado emocional asociado con las experiencias de la persona determina esta evaluación. Además, esta evaluación varía de una persona a otra y cambia diariamente en la misma persona.

Es necesario resaltar que el bienestar psicológico se construye de manera gradual a medida que se produce el desarrollo psicológico del individuo. Este bienestar depende de cómo la persona enfrenta las diversas situaciones de la vida cotidiana. Es importante destacar que el bienestar psicológico está influenciado por el contexto sociocultural en el que el individuo se desenvuelve, lo que hace imprescindible considerar tanto los factores biológicos como los sociales. En este proceso, la personalidad desempeña un papel crucial al regular dichas interacciones.

También es necesario destacar las características principales del bienestar psicológico propuestas por (Diener 1991)

- Subjetividad: surge de las percepciones personales.
- Presencia de indicadores positivos: reacciones positivas frente a las situaciones de la vida cotidiana y ausencia de aspectos negativos.
- Valoración global de la vida: una evaluación integral de la vida en su conjunto

Es importante considerar el planteamiento de Chávez (2016) al referirse al bienestar psicológico, afirmaba que este no implica necesariamente la vivencia de emociones positivas, sino la congruencia de las emociones, las cuales deben ser gestionadas y controladas. Es crucial señalar que el bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundario está relacionado con la experimentación de emociones positivas, la capacidad de establecer vínculos cálidos con los demás y una autoevaluación positiva.

El concepto de Chávez (2016) presenta un énfasis importante en el bienestar social que los jóvenes estudiantes suelen necesitar para establecer su bienestar psicológico, lo cual es una característica de su madurez emocional.

### **2.2.3. MODELOS TEÓRICOS SOBRE EL BIENESTAR PSICOLÓGICO**

Modelo de bienestar psicológico de Ryff y Keyes (1995) ambos estudiosos plantean su teoría afirmando que el bienestar psicológico tiene que conceptualizarse, tomando en consideración los factores que no producen placer en la persona, destacando que el desarrollo personal adecuado es el que genera en buena medida la mayor parte de emociones positivas o de satisfacción.

De forma similar, la teoría plantea que cada dimensión debe considerarse como un indicador del bienestar personal, y no como un predictor del mismo. Estas dimensiones están vinculadas directamente

con un mayor nivel de satisfacción con la vida. Ryff introdujo seis indicadores de bienestar, proponiendo un modelo que abarca múltiples dimensiones.

- Autoaceptación: tener una actitud positiva hacia uno mismo.
- Relaciones positivas con los demás: mantener relaciones cálidas y de confianza.
- Autonomía: ser independiente y regular el propio comportamiento.
- Dominio del entorno: manejar de manera competente las responsabilidades diarias.
- Propósito en la vida: tener metas y un sentido de dirección.

#### **A. MODELO DE BIENESTAR SUBJETIVO DE DIENER**

Diener (2008) nos presenta un modelo teórico donde la felicidad se descompone en dos factores clave: el afectivo y el cognitivo. El componente afectivo está relacionado con la generación de emociones tanto positivas como negativas. Por otro lado, el componente cognitivo se refiere al nivel de satisfacción que una persona siente con su vida, cómo evalúa su autosatisfacción en diferentes aspectos de su existencia y la valoración general que realiza sobre su vida.

Diener y Biswas-Diener (2008) son los creadores de la escala de satisfacción con la vida. El cuestionario fue elaborado para medir y valorar la satisfacción que la persona presenta con la vida de manera general, ambos autores, proponen que el bienestar subjetivo presenta elementos permanentes y variables, es decir cómo valoramos los diferentes acontecimientos de la vida y como estas modifican nuestras emociones (Diener et al., 2009).

La teoría también sugiere que las emociones tienden a regresar a un punto de partida, lo cual se considera una estabilidad duradera. Aquellas personas con un alto nivel de bienestar subjetivo suelen gozar de mejor salud y tener un desempeño más efectivo en comparación con quienes experimentan estrés crónico, depresión o enojo.

## **B. MODELO PERMA DEL BIENESTAR SEGÚN MARTIN SELIGMAN**

Para Seligman (2011) nos menciona que es un grupo de elementos, diferentes que están relacionadas entre sí, propone el modelo PERMA, el cual considera que las virtudes personales ejercen influencia en las emociones y vivencias del ser humano, ayudan a establecer vínculos adecuadas con los demás, coadyuvan a establecer propósitos para vivir y propician el logro de resultados positivos a nivel personal. El fenómeno PERMA es un acrónimo que representa las iniciales en inglés de cada uno de los componentes del bienestar:

- La letra P se refiere a las diversas emociones positivas que contribuyen al equilibrio afectivo de una persona, siendo un componente esencial de la felicidad.
- La letra E denota el involucramiento personal en las actividades cotidianas, utilizando las fortalezas individuales para enfrentar nuevas situaciones en las relaciones interpersonales.
- La letra R se relaciona con el establecimiento de vínculos sociales y relaciones interpersonales.
- La letra M hace referencia a la percepción de la vida, la cual está estrechamente ligada al bienestar físico y psicológico.
- La letra A se refiere al logro, destacando que las personas que se fijan objetivos y los alcanzan tienden a experimentar niveles más altos de satisfacción.

## **C. MODELO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO SEGÚN CASULLO**

Este modelo propuesto por Casullo (2012) lo cual se basa en la presente investigación aún está vigente, los aportes teóricos de Casullo, utilizó el modelo multidimensional de Ryff como referencia para la teoría del bienestar psicológico y propuso una relación trídica basado en los sentimientos, pensamientos y estima, en sus inicios este modelo teórico se enfocaba en las expresiones de las emociones ya sean estas positivas como también negativos, también tomaba en consideración al componente cognitivo el cual lo conformada los pensamientos y creencias; de la misma manera consideraba la posible relación entre de

apego y comprensión. considerando fundamentalmente que el bienestar psicológico está constituido en un elemento cognitivo, que es la satisfacción que la persona percibe en relación con diferentes aspectos de su vida.

El bienestar de una persona está relacionado con la valoración de sus logros a través de una forma de vida específica. Las personas que se sienten más felices y satisfechas experimentan menos malestar, tienen una mejor comprensión de sí mismas, gestionan eficazmente su entorno y poseen las habilidades sociales necesarias para interactuar con los demás. Esto sugiere que la satisfacción y la felicidad son indicadores de un desarrollo psicológico saludable. (Casullo et al., 2012).

#### **2.2.4. IMPORTANCIA DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO**

La relevancia del bienestar psicológico radica en que se presenta como un indicador positivo de la conexión del individuo consigo mismo y con su entorno. El bienestar abarca diversos estados valorativos y afectivos que influyen en la percepción futura y el significado que cada persona otorga a su vida. Además, el bienestar impacta en las dimensiones sociales, subjetivas y morales de la vida de una persona, contribuyendo a su desarrollo positivo en la sociedad. (Casalino, 2017).

En ese sentido, el bienestar psicológico ayuda a enfrentar los desafíos que surgen en la vida cotidiana, que en ocasiones pueden generar experiencias abrumadoras y representar un riesgo para la vida. La adolescencia, considerada una de las etapas más cruciales del desarrollo humano, es un período en el que pueden surgir riesgos y peligros que pueden afectar significativamente el desarrollo biológico, psicológico y social de la persona (Cuenca, 2018).

De acuerdo con (Coppari et al., 2019) La importancia del bienestar psicológico implica la implementación de medidas de precaución y la educación en la promoción de la salud para fomentar estilos de vida más saludables. La relevancia del bienestar psicológico y subjetivo, enfocados en la felicidad, radica en los numerosos beneficios que aportan a la persona, tales como:

- Tienen mejor salud y viven más tiempo: las personas que expresan felicidad y optimismo presentan menos problemas cardíacos y adoptan mejores estrategias para proteger su salud. Tienden a realizar actividades saludables y, cuando es necesario, siguen las indicaciones médicas.
- Disfrutan de mejores interacciones sociales: las personas satisfechas consigo mismas son más reconocidas socialmente y establecen vínculos más duraderos y satisfactorios en sus relaciones interpersonales, mostrando mayor empatía.
- Son más productivos: estas personas se sienten más cómodas y muestran un buen desempeño laboral. Son seguras y tienen una gran capacidad para resolver conflictos. Además, los grupos laborales con mayor bienestar subjetivo tienden a ser más productivos.
- Son mejores ciudadanos: las personas felices a menudo donan parte de su tiempo a actividades sociales en beneficio de la comunidad y muestran una gran solidaridad.

Está claro que la salud mental es importante porque contribuye a la satisfacción emocional y a la forma de afrontar las nuevas situaciones que encontramos. Una persona que gusta de la salud mental se caracteriza por tener un auto concepto positivo que le motiva a esforzarse por alcanzar sus propias expectativas personales, sociales y económicas en todas las etapas de la vida y a continuar. La etapa crítica para lograr la independencia personal.

Sánchez (2019) también manifiesta de cuatro tareas psicosociales que se debe cumplidas en la adolescencia de la siguiente manera:

- Aceptar su tipo de cuerpo y usarlo de manera efectiva: los adolescentes son muy conscientes de los cambios en sus cuerpos durante esta etapa, preocupándose por su figura, imagen y apariencia corporal. La tarea del desarrollo es tomar

conciencia de su crecimiento saludable, aceptar su físico, cuidar su salud y utilizar su cuerpo de manera efectiva en actividades deportivas.

- Lograr independencia emocional de sus padres u otros adultos: algunos adolescentes dependen emocionalmente de sus padres, mientras que otros están distantes de ellos. La tarea del crecimiento es alcanzar la autonomía de los padres mientras se forma una relación interactiva adecuada.
- Lograr identificación social con su rol sexual: parte del proceso de maduración de los adolescentes implica reexaminar los roles sexuales asignados según su cultura y decidir cuáles adoptar.
- Establecer nuevas relaciones maduras con compañeros de ambos sexos: una característica de la adolescencia es la formación de amistades con el sexo opuesto, en contraste con las amistades del mismo sexo más comunes en la infancia. La madurez también implica desarrollar las habilidades sociales necesarias para llevarse bien con los demás y participar en grupos sociales.

### **2.2.5. FACTORES ASOCIADOS AL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LA ADOLESCENCIA**

Podemos enfatizar que el bienestar psicológico está relacionado con rasgos de personalidad, creencias y antecedentes socioculturales aproximadamente estables, y estos factores no siempre son determinantes de una alta salud mental, porque cada persona es considerada diferente y única y cada una es capaz de ello. (Rodríguez, 2020, p. 42)

Los adolescentes son un grupo de afrente de múltiples cambios físicos y psicológicos, durante esta etapa, experimentan las difíciles transiciones y ajustes que atraviesan los jóvenes, que muchas veces afectan su vida diaria. En esta etapa, la confianza en uno mismo es débil y no puede encontrar los recursos para enfrentar nuevos desafíos sociales y mantener el equilibrio interno y social. (Casalino, 2017, p. 42)

### **Las Interacciones familiares son:**

- Lazos familiares: La cantidad de tiempo que los padres dedican a sus hijos, junto con el sentido de compromiso y reciprocidad entre los miembros de la familia, es esencial para construir vínculos familiares sólidos (Domínguez, 2018).
- Relación padre-hijo: Las relaciones entre padres e hijos deben basarse no solo en el tiempo compartido, sino en ser coherentes y continuas. Es importante adaptarse a la necesidad de establecer conexiones mutuas y ayudar a los hijos a sentirse valorados y amados, creando así relaciones fortalecidas. Para ello, es crucial fomentar un clima comunicativo que refuerce los lazos entre padres e hijos (Domínguez, 2018).
- Socialización: La familia es el primer entorno donde formamos nuestras primeras relaciones e interacciones. A través de estas interacciones familiares, los hijos aprenden las reglas y normas fundamentales de la interacción social (Domínguez, 2018).

### **2.2.6. CAUSAS QUE PROVOCAN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LOS ESTUDIANTES**

Durante el desarrollo de la adolescencia se lleva a cabo el proceso de formación y/o fortalecimiento de la identidad de una persona. Para que esta se desarrolle positivamente, entran en juego factores como la confianza en uno mismo, la autonomía, la iniciativa y la dedicación. La identidad es el resultado de tres procesos: biológico, psicológico y social, cuyas partes interactúan continuamente y se rigen por la relatividad, haciendo que cada proceso dependa de los demás.

También debemos enfatizar que el aumento de las capacidades cognitivas y emocionales permitirá a los jóvenes comprender mejor sus situaciones, aceptar diferentes perspectivas y definir quiénes son y quieren ser. Farias (2019) la conclusión fue que la edad no afecta la felicidad de las personas, es decir, no se puede decir que los niños reporten más felicidad que los adultos o viceversa.

Tal como lo menciona Sánchez (2018) mantener la satisfacción con la vida durante muchos años muestra la tendencia natural de las personas a adaptarse a su entorno. Se ha sugerido que esto se debe a que las personas recalibramos nuestras metas o tareas en función de lo que es posible en cada edad.

El bienestar psicológico en la adolescencia está influenciado por la autoestima como uno de los predictores más fuertes y estables, las investigaciones muestran que los jóvenes satisfechos tienen una alta autoestima y se sienten en control. (Leal y Silva, 2019).

También se ha demostrado que el control percibido esta consistentemente asociado con el bienestar en la niñez, la adolescencia y la edad adulta. El entorno familiar tiene un impacto en la salud mental de los jóvenes, ya que la percepción que tiene los jóvenes de las relaciones familiares es más importante que la escuela, las amistades o la demografía. (González, 2004, citado en Leal y Silva, 2019).

Desde el punto de vista de la salud es importante identificar no solo los llamados factores de riesgo, sino también aquellos que protegen la salud (Castro Solano, 2020).

Por lo tanto, es de interés determinar que variables se asocian con altos niveles de salud mental e identificar dichas variables para poder sacar conclusiones sobre cuáles son factores protectores de la salud de los jóvenes.

### **2.2.7. EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SU RELACIÓN CON LA EDUCACIÓN**

De acuerdo con Osornio et al. (2019), el rendimiento académico está estrechamente relacionado con el disfrute de la vida y es un indicador esencial para la adaptación de los estudiantes al entorno, el apoyo de los docentes al aprendizaje independiente fortalecerá esta capacidad de adaptación y así afectará la motivación de aprendizaje de los estudiantes.

Asimismo, se puede afirmar que el bienestar psicológico influye positivamente en el rendimiento académico de los estudiantes, siendo un excelente predictor del éxito académico. La escuela se convierte en una experiencia crucial que organiza la vida de la mayoría de los jóvenes, brindándoles numerosas oportunidades para aprender y adquirir nuevas habilidades. Además, amplía las perspectivas intelectuales y sociales de los estudiantes.

Por lo tanto, las escuelas deben enfocarse en la educación integral de los estudiantes, ayudándolos a establecer sus propios estándares, tomar decisiones informadas, y aprender a enfocar sus vidas de manera positiva. Es fundamental que las escuelas proporcionen orientación para vivir bien y guiar a los estudiantes hacia una vida satisfactoria.

### 2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES

- **Aceptación de sí mismo:** Una puntuación positiva o alta significa que puedes aceptar muchos aspectos de ti mismo, tanto buenos como malos. Te sientes bien con el pasado. Las personas que están en el polo negativo o con puntuaciones bajas son personas que están decepcionadas de sus vidas pasadas.
- **Bienestar psicológico:** Es la visión que una persona tiene sobre sus logros en la vida y su satisfacción con lo que ha hecho o es capaz de hacer desde su perspectiva subjetiva o individual. Esta visión está compuesta por estados emocionales, comportamientos cognitivos y la interacción entre ambos.
- **Control de Situaciones:** En el lado positivo, una puntuación alta indica una sensación de control y auto-competencia, permitiendo a la persona crear o manipular contextos según sus necesidades e intereses. En el polo negativo, una puntuación baja se refiere a la dificultad para enfrentar los problemas cotidianos.
- **Estudiante del nivel Secundaria:** El estudiante de secundaria es aquel

sujeto cuya responsabilidad son las actividades de aprendizaje y esta actividad se percibe desde el ámbito académico. La función principal de un estudiante es adquirir nuevos conocimientos en diversas materias, ramas de las ciencias, el arte u otros campos de estudio (RAE, 2020)

- **Proyectos personales:** Es un plan a medio o largo plazo que una persona se traza para alcanzar objetivos en la vida. Esta herramienta poderosa ayuda a orientar a la persona en su proceso de desarrollar una profesión y canalizar sus intereses, inquietudes y capacidades en torno a su futuro.
- **Vínculos psicosociales:** son las relaciones entre personas, ya sean afectivas o laborales, impactan su bienestar y salud. Los vínculos afectivos, como los entre estudiantes, ayudan a equilibrar demandas académicas y vida personal. Los vínculos laborales, como los entre compañeros de trabajo, fortalecen la conexión con la empresa.

## 2.4. HIPÓTESIS

### 2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL

**Hi:** Existe un nivel alto de bienestar psicológico que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

**H0:** No existe un nivel alto de bienestar psicológico que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

### 2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

**Hi1:** Existe un nivel alto de la dimensión control de la situación que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

**H01:** No existe un nivel alto de la dimensión control de la situación que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

Hi2: Existe un nivel alto de la dimensión aceptación de sí mismo que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

H02: No existe un nivel alto de la dimensión aceptación de sí mismo que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

Hi3: Existe un nivel alto de la dimensión vínculos psicosociales que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

H03: No existe un nivel alto de la dimensión vínculos psicosociales que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

Hi4: Existe un nivel alto de la dimensión proyecto personal que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

H04: No existe un nivel alto de la dimensión proyecto personal que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

## **2.5. VARIABLES**

Bienestar psicológico

## 2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Tabla 1

Operacionalización de variables

Variable	Definiciones	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	
<b>BIENESTAR PSICOLÓGICO</b>	<b>Conceptual:</b>  El Bienestar psicológico es la percepción que un individuo tiene respecto a sus logros en la vida, nivel de satisfacción consigo mismo con lo que ha hecho o es capaz de hacer desde su enfoque subjetivo o individual. (Casullo, citado por Cortes 2016 p. 104)	<b>Operacional:</b>  Se obtendrá de la calificación e interpretación del puntaje total de la escala de bienestar psicológico <b>BIEPS-I</b>	Control de situaciones	Hacerse cargo de sus actos	1,5, 10, 13	Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)
			Aceptándose a sí mismo	Estar conforme consigo mismo	4, 7, 9	Elaborado por: Casullo (2012) Intervalos
			Vínculos Psicosociales	Contar con amigos en quien confiar	2, 8, 11	28-32 Bienestar Psicológico Bajo 33-38 Bienestar Psicológico Medio
			Proyecto personal	Tener objetivos personales	3, 6, 12	39 (+) Bienestar Psicológico Alto

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN**

De acuerdo con. Arias (2012) el tipo de investigación de acuerdo con la finalidad es fundamental, también conocida como investigación pura, esta investigación no se basa en resuelve ningún problema directo, sino que proporciona una base teórica para otro tipo de investigaciones. Las investigaciones pueden ser exploratorios, descriptivos o incluso correlacionales (p. 68).

En tal sentido el proyecto de investigación planteado responde a la interrogante general ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023?

##### **3.1.1. ENFOQUE**

Esta investigación fue realizó con métodos cuantitativos, es decir se fijan objetivos y se formulan hipótesis, para luego utilizar herramientas, se podrá interpretar los resultados obtenidos y presentarlos en tablas y gráficos como respuesta a lo propuesto.

Monje (2015) La investigación cuantitativa se basa en el positivismo, que sostiene la unidad de la ciencia, es decir, que debe utilizar el mismo método riguroso de las ciencias exactas y naturales. Según este enfoque, el conocimiento debe fundamentarse en el análisis de hechos reales, y su descripción debe ser lo más neutral, objetiva y completa posible (p. 11).

##### **3.1.2. ALCANCE O NIVEL**

Arias (2012) menciona, “El nivel o alcance hace referencia al grado de profundidad en que se aborda un fenómeno u objeto del estudio” (p. 23).

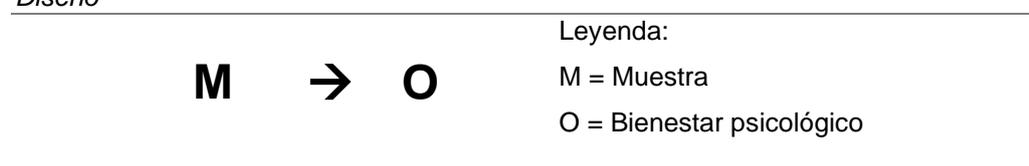
En la presente investigación el alcance fue descriptivo, en donde se recolectaron datos de encuestas en las que posteriormente se midió la variable. En este tipo de investigaciones se observan, describen y confirman varios aspectos del fenómeno. No hay manipulación de variables ni búsqueda de relaciones causales. (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018, p. 70).

En tal sentido, el proyecto recopiló información sobre el estado actual de los niveles de bienestar psicológico que presentan los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar Leoncio Prado de la ciudad de Huánuco del departamento de Huánuco.

### 3.1.3. DISEÑO

La presente investigación emplea un diseño descriptivo simple. Primero, se seleccionará el grupo de alumnos que conformará la muestra de estudio. Posteriormente, se aplicará la técnica psicométrica mediante un instrumento específico para la obtención de datos sobre el bienestar psicológico. El proceso se ilustra en el siguiente diagrama.

**Tabla 2**  
*Diseño*



## 3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

### 3.2.1. POBLACIÓN

La población fue de 1,635 alumnos del nivel secundaria, serán considerados en la población los alumnos del 2° al 5° grado de secundaria (por el rango de edad del instrumento psicométrico de 13 a 18 años) matriculados en el año escolar 2023 de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” de la ciudad de Huánuco, del distrito de Huánuco, de la Provincia de Huánuco, departamento de Huánuco, durante el tercer y cuarto trimestre (julio - diciembre) del año 2023.

**Tabla 3**  
*Población*

<b>Grado Escolar</b>	<b>Alumnos</b>
3° grado de secundaria sección A - L	545
4° grado de secundaria sección A - L	545
5° grado de secundaria sección A - L	545
<b>Total</b>	<b>1,635</b>

Para Hernández Sampieri (2010) una población es un conjunto de todas las instancias que cumplen un conjunto de especificaciones (p.65).

Es decir, el conjunto de fenómenos estudiados genera datos diferentes para la investigación.

### 3.2.2. MUESTRA

La investigación contó con una muestra de 312 estudiantes, utilizando un muestreo probabilístico de tipo aleatorio simple. Este enfoque permitió seleccionar los casos accesibles que aceptaron participar en el estudio, basado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos al investigador (Otzen y Manterola, 2017).

**Tabla 4**  
*Muestra*

<b>Grado Escolar</b>	<b>Alumnos</b>
3° grado de secundaria sección A - L	104
4° grado de secundaria sección A - L	104
5° grado de secundaria sección A - L	104
<b>Total</b>	<b>312</b>

### **Cálculo del Tamaño de la Muestra en población finita y conocida:**

$$n = \frac{N * z_{\alpha}^2 * p * q}{e^2(N - 1) + z_{\alpha}^2 * p * q}$$

**Donde:**

n = Tamaño muestral

N = Tamaño de la población

Z = Nivel de confianza (95%)

e = Margen de error (5%)

$p$  = Probabilidad de éxito (50%)

$q$  = Probabilidad de fracaso (50%)

### **3.2.3. CRITERIOS DE SELECCIÓN**

#### **I. CRITERIOS DE INCLUSIÓN**

- a. Alumnos matriculados en el año lectivo - escolar 2023
- b. Alumnos cuyas edades están comprendidas entre 12 y 17 años
- c. Alumnos que muestren su aceptación voluntaria de participar en la muestra y sus padres hallan firmado el consentimiento informado
- d. Alumnos del 3° grado de secundaria secciones A – L
- e. Alumnos del 4° grado de secundaria secciones A – L
- f. Alumnos del 5° grado de secundaria secciones A – L

#### **II. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN**

- a. Se excluirá a los alumnos que no estén matriculados en el año lectivo escolar 2023
- b. Alumnos del 1° y 2° grado de secundaria secciones A – L, por no estar comprendidos en el rango de edad de aplicación de la prueba (12 años)
- c. Alumnos que no muestren su aceptación voluntaria de participar de la muestra del estudio
- d. Alumnos cuyos padres de familia no hayan firmado el consentimiento informado.

### **3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

#### **3.3.1. PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS**

García (1993) define a la encuesta como una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación estandarizados para recopilar y analizar una serie de datos de una muestra de casos que es representativa de una población o universo más grande con el fin de estudiar, describir, predecir y/o predecir múltiples propiedades.

Variable	Técnica	Tipo	Instrumento	Autor
Bienestar Psicológico	Psicometría	Escala	Escala de Bienestar psicológico BIEPS - J	Casullo 2012

### 3.3.2. INSTRUMENTO

Para medir la variable Bienestar Psicológico se utilizó:

**ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO BIEPS – J**, Creado por Casullo y colaboradores (2012)

#### FICHA TÉCNICA

**Procedencia:** Argentina

**Objetivo:** Este instrumento es uno de los más utilizados para medir el nivel de bienestar psicológico en adolescentes de 13 a 18 años.

**Tiempo de aplicación:** 10 minutos aproximadamente

**Modalidad de aplicación:** Individual o colectivo

**Numero de Ítems:** Consiste en 13 ítems con 3 opciones de respuesta de tipo Likert: "De acuerdo" (equivalente a 3 puntos), "Ni de acuerdo ni en desacuerdo" (equivalente a 2 puntos) y "En desacuerdo" (equivalente a 1 punto).

**Dimensiones:** cuenta con 4 dimensiones a medir:

- Control de situaciones (1, 5, 10, 13)
- Aceptación de sí mismo (4, 7, 9)
- Vínculos psicosociales (2, 8, 11)
- Proyectos (3, 6, 12)

**Calificación e interpretación:** Además, el instrumento incluye todos sus ítems de manera directa, y la puntuación total se obtiene sumando las puntuaciones asignadas a cada ítem. La escala no permite respuestas en blanco y no existen respuestas correctas o incorrectas.

Finalmente, la calificación directa se convierte en un nivel percentil: puntuaciones menores al percentil 25 indican un bajo nivel de bienestar psicológico, puntuaciones mayores al percentil 50 señalan un nivel promedio, y puntuaciones superiores al percentil 90 reflejan un alto nivel de bienestar psicológico.

**Valoración:**

- 28- 32 = Bienestar Psicológico Bajo
- 33-38 = Bienestar Psicológico Medio
- 39 = Bienestar Psicológico Alto

**Escala de medición:** Ordinal Likert

- En desacuerdo= 1 punto
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo = 2 puntos
- De acuerdo= 3 puntos

**Validez:** La escala ha sido validada en Argentina por Casullo y Castro (2002), en una población de 1270 adolescentes, tanto varones como mujeres, de tres regiones de Argentina: Región Metropolitana, Noroeste y Patagonia, con edades entre 13 y 18 años. Los factores identificados mediante el análisis fueron: proyectos, autonomía, vínculos y control. Además, la confiabilidad general de la escala fue aprobada, alcanzando un valor de 0,74.

En la ciudad de Huánuco el instrumento denominado. Escala de bienestar psicológico BIEPS - J (Versión de 13 ítems) fue validado a través del juicio de expertos en el mes de abril de 2023; resultado que indican que el instrumento es aplicable y muy bueno para medir la depresión de manera unidimensional:

**Tabla 5**  
*Expertos de la validación del instrumento*

N°	Expertos	Calificación	Puntaje
1	Mg. Elizabeth Chávez Huamán	80%	Muy Bueno
2	Mg. Hochimin Ramírez Ponce de León	80%	Muy Bueno
3	Mg. Manuel Calderón Carrillo	80%	Muy Bueno

<b>Total</b>	<b>80%</b>	<b>Muy Bueno</b>
--------------	------------	------------------

**Confiabilidad:** Se valoró la consistencia interna a través del coeficiente Alfa de Cronbach, alcanzando un valor  $\alpha=0.764$  para el total de la Escala de Bienestar Psicológico de Casullo y colaboradores (BIEPS-J). Con respecto a las dimensiones específicas, se obtuvieron los siguientes valores: Con respecto a la dimensión de Control, logra un Alfa de Cronbach con un valor  $\alpha=0,717$  para los correspondientes ítems. Luego la dimensión de Vínculos alcanza un valor  $\alpha=0,718$ , para los ítems que la comprenden. Como también la dimensión de Proyectos, obtiene un valor  $\alpha=0,752$  para los ítems de esta subescala; y finalmente la dimensión de Aceptación adquiere un valor  $\alpha=0,748$ . En conjunto, la Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados es de 0.787. Todos estos valores se encuentran dentro de un nivel aceptable según los estándares de interpretación propuestos.

Para el proceso de fiabilidad del instrumento de bienestar psicológico fue mediante la prueba del alfa de Cronbach siendo la formula siguiente:

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left( \frac{\sum_{i=1}^K \sigma_{Y_i}^2}{\sigma_X^2} \right)$$

**Resumen de procesamiento de casos:**

		<b>N</b>	<b>%</b>
Casos	Válido	312	100,0
	Excluido	0	,0
	Total	312	100,0

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

**Estadísticas de fiabilidad:**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,763	13

**ANOVA:**

		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig
Inter sujetos		131,390	311	,422		
Intra sujetos	Entre elementos	76,522	12	6,377	34,578	,000
	Residuo	688,248	3732	,184		
	Total	764,769	3744	,204		
Total		896,160	4055	,221		

Media global = 2,8503

Los resultados nos muestran una fiabilidad de ,763 siendo ACEPTABLE

### 3.4. TÉCNICAS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

Para presentar los resultados se utilizarán tablas estadísticas y gráficos creados con Microsoft Excel 2023

### 3.5. TÉCNICAS PARA EL ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS

Para el análisis de resultados se utilizará el programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), versión 27.0. En el primer proceso, se

empleará la estadística descriptiva para analizar los datos generales de la población y la variable de investigación.

Técnicas estadísticas básicas que se utilizarán para analizar los datos que ayuden a confirmar las hipótesis de investigación propuestas. Además, se utilizará estadística inferencial, especialmente prueba de hipótesis, para evaluar las variables en estudio.

### **3.6. ASPECTOS ÉTICOS**

La ejecución de la investigación estuvo guiada por aspectos éticos fundamentales, como la imparcialidad, la honestidad y el respeto por los derechos de terceros. Además, se garantizó la aplicación del instrumento de investigación de acuerdo con los principios de confidencialidad, protegiendo la identidad de los encuestados

## CAPÍTULO IV

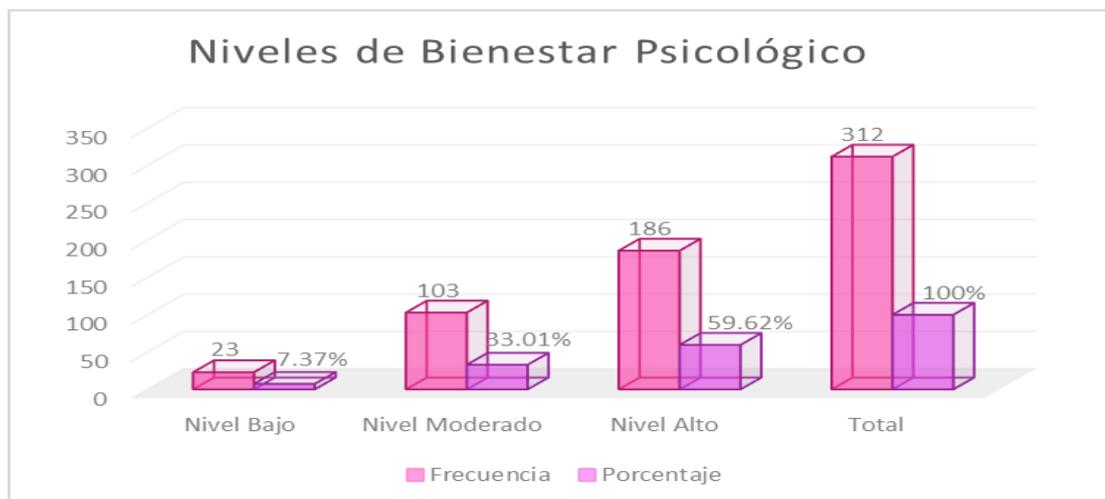
### RESULTADOS

#### 4.1. PROCESAMIENTO DE DATOS

**Tabla 6**  
*Nivel de Bienestar Psicológico*

Bienestar Psicólogo	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	23	7.37%
Nivel Moderado	103	33.01%
Nivel Alto	186	59.62%
Total	312	100%

**Figura 1**  
*Nivel de Bienestar psicológico*



**Interpretación:** Se evidencia que la mayoría de los de los estudiantes de secundaria presentan un Nivel Alto de Bienestar Psicológico (59.62%), seguido de un Nivel Moderado (33.01%), y de menor porcentaje un Nivel Bajo (7.37%). Esto sugiere que tienen una buena percepción con respecto a sus logros en la vida y un alto nivel de satisfacción consigo mismos, considerando lo que han hecho o son capaces de hacer desde su perspectiva subjetiva o individual.

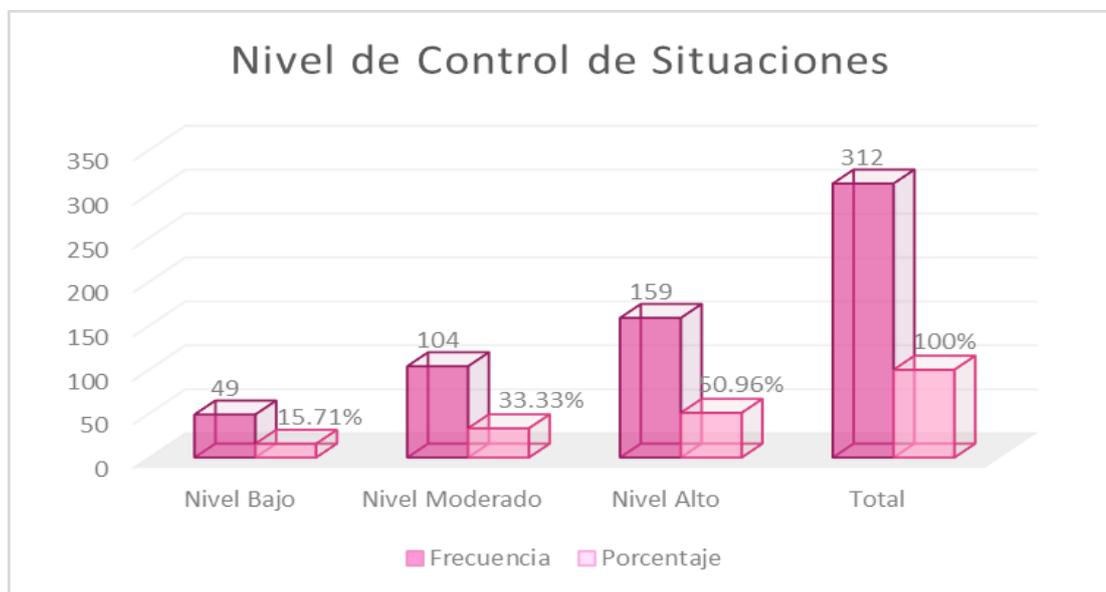
**Tabla 7**

*Nivel de Control de Situaciones*

Control de Situaciones	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	49	15.71%
Nivel Moderado	104	33.33%
Nivel Alto	159	50.96%
Total	312	100%

**Figura 2**

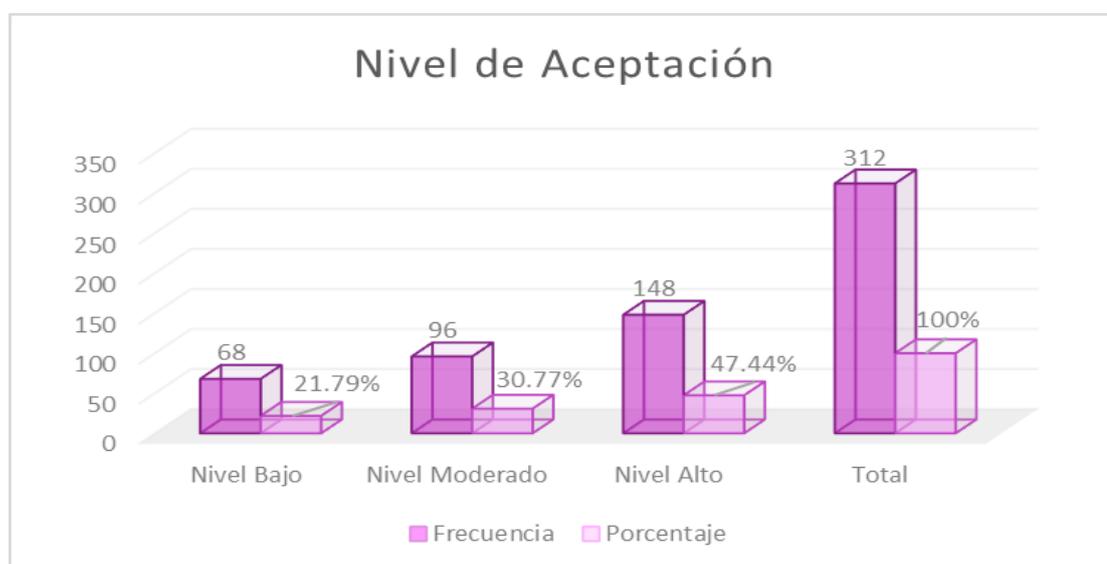
*Nivel de Control de Situaciones*



**Interpretación:** Se evidencia que la mayoría de los de los estudiantes de secundaria presentan un Nivel Alto de Control de Situaciones (50.96%), seguido de un Nivel Moderado (33.33%), y de menor porcentaje un Nivel Bajo (15.71%). Esto indica que tienen una buena sensación de control y autocompetencia, lo que les permite crear o manipular contextos para adecuarlos a sus propias necesidades.

**Tabla 8***Nivel de Aceptación*

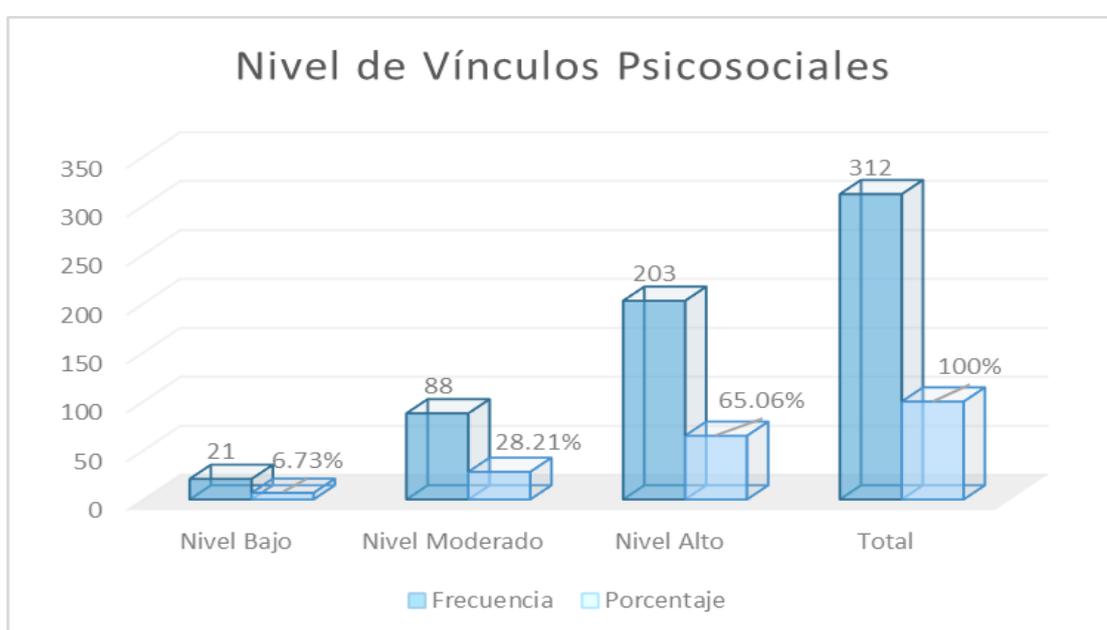
Aceptación	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	68	21.79%
Nivel Moderado	96	30.77%
Nivel Alto	148	47.44%
Total	312	100%

**Figura 3***Nivel de Aceptación*

**Interpretación:** Se evidencia que la mayoría de los de los estudiantes de secundaria presentan un Nivel Alto de Aceptación (47.44%), seguido de un Nivel Moderado (30.77%), y de menor porcentaje un Nivel Bajo (21.79%). Esto sugiere que tienen una buena aceptación de los múltiples aspectos de sí mismos, incluyendo tanto los positivos como los negativos.

**Tabla 9***Nivel de Vínculos Psicosociales*

Vínculos Psicosociales	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	21	6.73%
Nivel Moderado	88	28.21%
Nivel Alto	203	65.06%
Total	312	100%

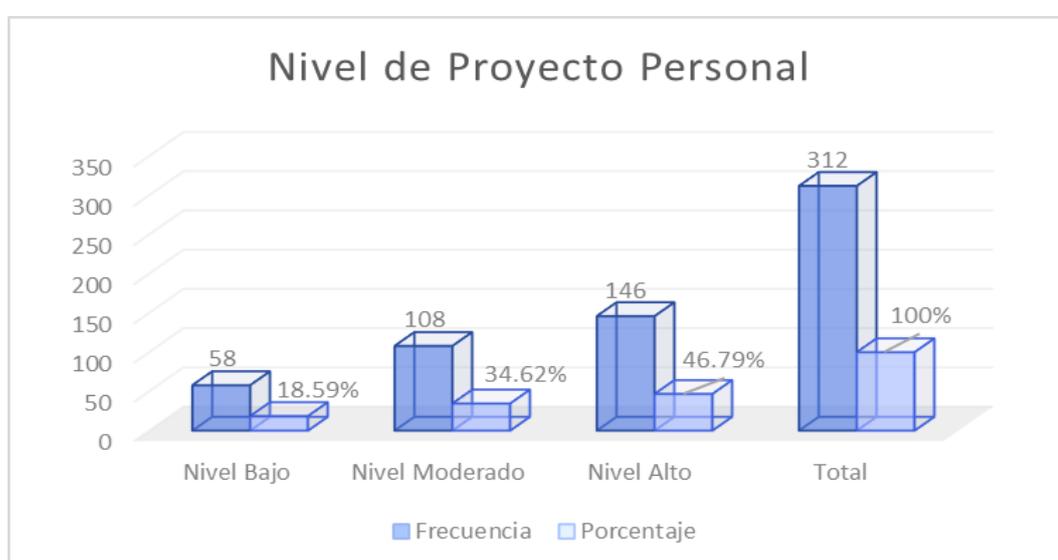
**Figura 4***Nivel de Vínculos Psicosociales*

**Interpretación:** Se evidencia que la mayoría de los de los estudiantes de secundaria presentan un Nivel Alto de Vínculos Psicosociales (65.06%), seguido de un Nivel Moderado (28.21%), y de menor porcentaje un Nivel Bajo (6.73%). Esto no quiere decir que tienen una buena relación social, confía en los demás, pueden establecer buenos vínculos, y tienen la capacidad de la empatía.

**Tabla 10**  
*Nivel de Proyecto Personal*

Proyecto Personal	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	58	18.59%
Nivel Moderado	108	34.62%
Nivel Alto	146	46.79%
Total	312	100%

**Figura 5**  
*Nivel de Proyecto Personal*



**Interpretación:** Se evidencia que la mayoría de los de los estudiantes de secundaria presentan un Nivel Alto de Proyecto Personal (46.79%), seguido de un Nivel Moderado (34.62%), y de menor porcentaje un Nivel Bajo (18.59%). Esto sugiere que tienen una buena capacidad para establecer y plantearse metas y proyectos en la vida, consideran que la vida tiene significado, y tienen valores que le otorgan sentido.

## 4.2. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

**Tabla 11**

*Prueba de Normalidad*

---

	Kolmogórov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
<b>Habilidades</b>	,067	312	,311	,983	312	,204
<b>Sociales</b>						

---

**Interpretación:** Al realizar la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov, se obtuvo un valor p de 0.311. Dado que este valor p es mayor que el nivel de significancia comúnmente utilizado de 0.05, no hay suficiente evidencia para rechazar la hipótesis nula de que los datos siguen una distribución normal. Por lo tanto, se puede concluir que la muestra de datos de tiempos de reacción sigue una distribución normal, ya que el valor p es mayor que 0.05.

### 4.3. PRUBA DE HIPOTESIS

#### Hipótesis General

**Hi:** Existe un nivel alto de Bienestar Psicológico que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

**H0:** No existe un nivel alto de Bienestar Psicológico que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

**Tabla 12**  
*Estadística para una muestra 1*

	N	Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
<b>Bienestar Psicológico</b>	312	2,00	,644	,088

**Tabla 13**  
*Prueba para una muestra 1*

Valor de prueba = 0						
	t	gl	Sig. (bilatera l)	Diferencia de medias	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
					Inferior	Superior
<b>Bienestar Psicológico</b>	22,811	312	,000	2,000	1,82	,18

**Interpretación:** Realizada la prueba estadística para una muestra, se obtuvo una media de 2,00, una prueba t de 22,811 y un nivel de significancia bilateral de 0,000. Dado que este nivel de significancia es menor que el margen de error de 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ), se acepta la hipótesis alternativa. Esto implica que los resultados son estadísticamente significativos y que hay evidencia suficiente para apoyar la hipótesis alternativa en lugar de la hipótesis nula: Existe un nivel alto de Bienestar Psicológico que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

## Hipótesis específica 1

**Hi<sub>1</sub>:** Existe un nivel alto de la dimensión Control de la Situación que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

**H0<sub>1</sub>:** No existe un nivel alto de la dimensión Control de la Situación que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

**Tabla 14**

*Estadística para una muestra 2*

	<b>N</b>	<b>Media</b>	<b>Desv. Desviación</b>	<b>Desv. Error promedio</b>
<b>Bienestar Psicológico</b>	312	2,00	,662	,081

**Tabla 15**

*Prueba para una muestra 2*

<b>Valor de prueba = 0</b>						
	<b>t</b>	<b>gl</b>	<b>Sig. (bilateral)</b>	<b>Diferencia de medias</b>	<b>95% de intervalo de confianza de la diferencia</b>	
					<b>Inferior</b>	<b>Superior</b>
<b>Bienestar Psicológico</b>	22,821	312	,000	2,000	1,72	2,38

## Hipótesis específica 2

**Hi<sub>2</sub>:** Existe un nivel alto de la dimensión Aceptación de sí Mismo que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023

**H<sub>0</sub><sub>2</sub>:** No existe un nivel alto de la dimensión Aceptación de sí Mismo que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023

**Tabla 16**  
*Estadística para una muestra 3*

	<b>N</b>	<b>Media</b>	<b>Desv. Desviación</b>	<b>Desv. Error promedio</b>
<b>Aceptación de sí Mismo</b>	312	2,00	,694	,081

**Tabla 17**  
*Prueba para una muestra 3*

<b>Valor de prueba = 0</b>						
	<b>t</b>	<b>gl</b>	<b>Sig. (bilateral)</b>	<b>Diferencia de medias</b>	<b>95% de confianza de diferencia Inferior</b>	<b>intervalo de Superior</b>
<b>Aceptación de sí Mismo</b>	22,748	312	,000	2,000	1,75	2,32

**Interpretación:** Realizado la prueba estadística para una muestra donde se obtuvo una media de 2,00, la prueba t de 22,748 y su nivel de significancia bilateral de ,000 por lo cual es menor que el margen de error de 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) por lo tanto aceptamos la hipótesis alterna donde: Existe un nivel alto de la dimensión Aceptación de sí Mismo que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023

## Hipótesis específica 3

**Hi<sub>3</sub>:** Existe un nivel alto de la dimensión Vínculos Psicosociales que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar

“Leoncio Prado” Huánuco – 2023

**H0<sub>3</sub>:** No existe un nivel alto de la dimensión Vínculos Psicosociales que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023

**Tabla 18**  
*Estadística para una muestra 3*

	N	Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
<b>Vínculos Psicosociales</b>	312	2,00	,699	,079

**Tabla 19**  
*Prueba para una muestra 3*

Valor de prueba = 0						
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	95% de confianza inferior	intervalo de Superior de la diferencia
<b>Vínculos Psicosociales</b>	22,867	312	,000	2,000	1,98	2,69

**Interpretación:** Realizado la prueba estadística para una muestra donde se obtuvo una media de 2,00, la prueba t de 22,867 y su nivel de significancia bilateral de ,000 por lo cual es menor que el margen de error de 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) por lo tanto aceptamos la hipótesis alterna donde: Existe un nivel alto de la dimensión Vínculos Psicosociales que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023

#### **Hipótesis específica 4**

**Hi<sub>4</sub>:** Existe un nivel alto de la dimensión Proyecto Personal que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023

**H0<sub>4</sub>:** No existe un nivel alto de la dimensión Proyecto Personal que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023

**Tabla 20**  
*Estadística para una muestra 3*

	<b>N</b>	<b>Media</b>	<b>Desv. Desviación</b>	<b>Desv. Error promedio</b>
<b>Proyecto Personal</b>	312	2,00	,636	,074

**Tabla 21**  
*Prueba para una muestra 3*

<b>Valor de prueba = 0</b>						
	<b>t</b>	<b>gl</b>	<b>Sig. (bilateral)</b>	<b>Diferencia de medias</b>	<b>95% de confianza de diferencia</b>	<b>intervalo de la</b>
					<b>Inferior</b>	<b>Superior</b>
<b>Proyecto Personal</b>	22,697	312	,000	2,000	1,88	2,79

**Interpretación:** Realizado la prueba estadística para una muestra donde se obtuvo una media de 2,00, la prueba t de 22,697 y su nivel de significancia bilateral de ,000 por lo cual es menor que el margen de error de 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) por lo tanto aceptamos la hipótesis alterna donde: Existe un nivel alto de la dimensión Vínculos Psicosociales que presentan los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023.

## CAPÍTULO V

### DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Acorde con los resultados de la presente investigación denominada “Bienestar Psicológico en los estudiantes del nivel secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” Huánuco – 2023”, se presentan la discusión del tema, basado en los fundamentos teóricos y citados en la presente investigación

Con relación al objetivo general e hipótesis de investigación, se evidencia que la mayoría de los de los estudiantes de secundaria presentan un Nivel Alto de Bienestar Psicológico (59.62%), seguido de un Nivel Moderado (33.01%), y de menor porcentaje un Nivel Bajo (7.37%). Estos resultados son similares a lo encontrado por Talancha (2021), en su tesis “Relación Entre el Bienestar Psicológico y el Funcionamiento Familiar en Estudiantes del Quinto de Secundaria del Colegio Santa María de Arequipa 2021”, el cual encontró que el nivel de Bienestar Psicológico en un poco más de la mitad de los estudiantes es alto. Así mismo Álvarez (2020) en su tesis “Bienestar Psicológico en Estudiantes de una Institución Educativa de la zona rural de Huánuco”, el cual encontró que un porcentaje mayoritario de bienestar psicológico en los estudiantes de la zona rural es de nivel alto. Un estudiante con un alto nivel de bienestar psicológico es aquel que maneja eficazmente las demandas y desafíos de la vida estudiantil, tiene una visión positiva de sí mismo, mantiene relaciones saludables y significativas con los demás, y persigue metas y proyectos que le proporcionan un sentido de propósito y dirección. (Pérez, J., & Rodríguez, M., 2022)

Con relación al objetivo específico 1 e hipótesis de investigación, se evidencia que la mayoría de los de los estudiantes de secundaria presentan un Nivel Alto de Control de Situaciones (50.96%), seguido de un Nivel Moderado (33.33%), y de menor porcentaje un Nivel Bajo (15.71%). Esto nos quiere decir que tienen una buena sensación de control y de auto competencia. Puede crear o manipular contextos para adecuarlo a sus propias necesidades e intereses. Estos resultados son similares a lo encontrado por

Sánchez (2020) en su tesis “Bienestar Psicológico y Desempeño Escolar en la Institución Educativa Integrada de Panao 2019”, el cual encontró que el nivel de Control de Situaciones es favorable y alta en la mayoría de los estudiantes de la institución. Un estudiante con un alto nivel de Control de Situaciones se muestra proactivo frente a situaciones desafiantes, demostrando capacidad para afrontar y adaptarse a diversas circunstancias. Se siente dueño de su destino y puede maniobrar efectivamente en entornos cambiantes, demostrando autonomía y capacidad de decisión. (González, L., & Vargas, A., 2023)

Con relación al objetivo específico 2 e hipótesis de investigación, se evidencia que la mayoría de los de los estudiantes de secundaria presentan un Nivel Alto de Aceptación (47.44%), seguido de un Nivel Moderado (30.77%), y de menor porcentaje un Nivel Bajo (21.79%). Esto nos quiere decir que tienen una buena aceptación de los múltiples aspectos de sí mismo incluyendo los buenos y los malos. Estos resultados son similares a lo encontrado por Condezo (2022) en investigación “Afrontamiento y Bienestar Psicológico en Estudiantes de una Institución Educativa Privada de Lima Metropolitana”, el cual encontró que el 62.4% de los estudiantes presentan un nivel alto Aceptación. Un estudiante con un alto nivel de Aceptación se percibe con valor y dignidad, entendiendo y abrazando sus capacidades y áreas de mejora. Muestra una visión equilibrada de sí mismo, evitando caer en extremos de autoevaluación y manteniendo una autoimagen positiva y realista. (González, L., & Vargas, A., 2023)

Con relación al objetivo específico 3 e hipótesis de investigación, se evidencia que la mayoría de los de los estudiantes de secundaria presentan un Nivel Alto de Vínculos Psicosociales (65.06%), seguido de un Nivel Moderado (28.21%), y de menor porcentaje un Nivel Bajo (6.73%). Esto nos quiere decir que tienen una buena relación social, confía en los demás, pueden establecer buenos vínculos, y tienen la capacidad de la empatía. Estos resultados son similares a lo encontrado por Condezo (2022) en investigación “Afrontamiento y Bienestar Psicológico en Estudiantes de una Institución Educativa Privada de Lima Metropolitana”, el cual encontró que el 58.1% de los estudiantes presentan un nivel alto Vínculos Psicosociales. Un

estudiante con un alto nivel de Vínculos Psicosociales valora y nutre sus relaciones interpersonales, mostrando habilidades comunicativas y empatía hacia los demás. Entiende el papel crucial de mantener vínculos saludables y se esfuerza por ser un miembro constructivo de su comunidad social. (González, L., & Vargas, A., 2023)

Con relación al objetivo específico 4 e hipótesis de investigación, se evidencia que la mayoría de los de los estudiantes de secundaria presentan un Nivel Alto de Proyecto Personal (46.79%), seguido de un Nivel Moderado (34.62%), y de menor porcentaje un Nivel Bajo (18.59%). Estos resultados son similares a lo encontrado por Condezo (2022) en investigación “Afrontamiento y Bienestar Psicológico en Estudiantes de una Institución Educativa Privada de Lima Metropolitana”, el cual encontró que el 62.8% de los estudiantes presentan un nivel alto Proyecto Personal. De igual manera Álvarez (2020) en su tesis “Bienestar Psicológico en Estudiantes de una Institución Educativa de la zona rural de Huánuco”, el cual encontró que más de la mitad de los estudiantes tienen metas a futuro y comprenden los aspectos de crear su proyecto de vida. Esto nos quiere decir que tienen una buena capacidad de establecer y plantarse metas y proyectos en la vida, consideran que la vida tiene significado, y tienen valores que hacen que la vida tenga sentido. Un estudiante con un alto nivel de Proyecto personal posee un sentido claro de propósito y aspiraciones. Con metas bien definidas, trabaja con determinación y consistencia para lograr sus objetivos, mostrando capacidad para autoevaluarse y adaptar sus estrategias cuando es necesario. (González, L., & Vargas, A., 2023)

Así mismo, podemos evidenciar que los resultados de esta investigación tienen relación con la teoría de Seligman (2011) quien menciona que el bienestar es un grupo de elementos, diferentes que están relacionadas entre sí, propone el modelo PERMA, el cual considera las emociones positivas, el compromiso, las relaciones positivas el significado y logro, demostrando la relación que existe con mi investigación quien se enfoca en evaluar los aspectos control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyecto personal. Ambos enfocados en el bienestar emocional de la persona en cuestión.

El modelo PERMA o teoría de bienestar describe como las personas eligen lo que les hace feliz de forma libre, recogiendo elementos del bienestar que contribuyen a sentirse bien, tener un estado anímico óptimo y enfrentarse al día a día de forma positiva situación que ha buscado mi investigación al evaluar estos aspectos en los estudiantes de secundaria de la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” en Huánuco dando un resultado positivo obteniendo un nivel alto de Bienestar psicológico en estos alumnos.

## CONCLUSIONES

Se determinó que la mayoría de los estudiantes de secundaria en la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" en Huánuco exhiben un Nivel Alto de Bienestar Psicológico (59.62%). Este hallazgo sugiere que mantienen una percepción positiva en relación con sus logros, experimentan un alto nivel de satisfacción consigo mismos, y evalúan de manera favorable lo que han hecho, hacen o son capaces de hacer desde una perspectiva subjetiva e individual.

Se especifica que, en su mayoría, los estudiantes de secundaria en la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" en Huánuco presentan un Nivel Alto de Control de Situaciones (50.96%). Este resultado es significativo e indica que poseen una sólida sensación de control y auto competencia, permitiéndoles crear o adaptar contextos según sus necesidades e intereses de manera efectiva.

Se analiza que los estudiantes de secundaria en la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" en Huánuco muestran un Nivel Alto de Aceptación (47.44%). Este resultado es significativo y refleja una positiva aceptación de diversos aspectos de sí mismos, abarcando tanto los aspectos positivos como los desafíos personales.

Se establece que la mayoría de los estudiantes de secundaria en la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" en Huánuco exhiben un Nivel Alto de Vínculos Psicosociales (65.06%). Este indicador es significativo y sugiere que mantienen relaciones sociales saludables, confían en los demás, establecen conexiones sólidas y poseen habilidades empáticas destacadas.

Se identifica que los estudiantes de secundaria en la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" en Huánuco muestran un Nivel Alto de Proyecto Personal (46.79%). Este hallazgo es significativo e implica que poseen una sólida capacidad para establecer metas y proyectos en sus vidas, consideran que la vida tiene significado, y sostienen valores que otorgan sentido y propósito a sus vidas.

## RECOMENDACIONES

**Para la institución educativa:** Se recomienda a la institución educativa fomentar espacios de reflexión mediante la implementación de reuniones mensuales o trimestrales donde los estudiantes compartan sus logros y experiencias personales. Este enfoque busca fortalecer la conexión entre los estudiantes, promoviendo un ambiente de apoyo y reconocimiento mutuo. La participación en estos encuentros se prevé como un elemento clave para contribuir positivamente al bienestar psicológico de los estudiantes al proporcionar un espacio para el diálogo y la construcción de vínculos emocionales

Se recomienda integrar actividades prácticas y proyectos en diversas materias del currículo, permitiendo a los estudiantes tomar decisiones y adaptar contextos según sus intereses. Esta metodología, al hacer el proceso educativo más participativo, no solo enriquecerá la adquisición de conocimientos, sino que también empoderará a los estudiantes, fortaleciendo su auto competencia y sentido de control sobre su aprendizaje. La incorporación de proyectos no solo busca transmitir información, sino también fomentar la autonomía y confianza en las capacidades de los estudiantes, contribuyendo a crear un entorno educativo más saludable desde el punto de vista psicológico.

**Para los docentes:** Se sugiere la integración de proyectos prácticos en diversas materias del currículo, permitiendo a los estudiantes tomar decisiones y adaptar contextos según sus intereses. Esta metodología activa y participativa no solo enriquecerá el proceso educativo, sino que también empoderará a los estudiantes, fortaleciendo su auto competencia y sentido de control sobre su aprendizaje. Ambas recomendaciones buscan crear un entorno educativo que favorezca el bienestar emocional y psicológico de los estudiantes.

**Para los padres de familia:** Se sugiere a los padres participar activamente en espacios de reflexión familiar mediante su asistencia a las reuniones organizadas por la institución para compartir logros y experiencias de los estudiantes. Esta práctica busca fortalecer el apoyo emocional en el

hogar, creando un ambiente propicio para el bienestar psicológico de sus hijos. Asimismo, se recomienda incentivar la toma de decisiones autónoma en casa al proporcionar oportunidades para que los hijos ejerzan dicha autonomía en el entorno familiar. Esta medida contribuirá al desarrollo de habilidades de toma de decisiones y autonomía, elementos esenciales para promover el bienestar psicológico de los jóvenes en el ámbito doméstico. Ambas recomendaciones apuntan a cultivar un entorno familiar que favorezca el crecimiento emocional y psicológico de los hijos.

**Para la comunidad científica:** Se insta a la comunidad científica a priorizar la investigación de modelos de intervención educativa efectivos, llevando a cabo estudios que analicen la eficacia de diversas prácticas en el mejoramiento del bienestar psicológico de los estudiantes de secundaria. Este enfoque contribuirá significativamente al avance del conocimiento, proporcionando información valiosa sobre las estrategias más efectivas para cultivar un entorno educativo que respalde la salud mental de los estudiantes. Además, se recomienda colaborar en el desarrollo de instrumentos de evaluación culturalmente sensibles, adaptados a la realidad cultural de los estudiantes. Esta colaboración garantizará que las evaluaciones sean precisas y útiles, permitiendo una comprensión más completa y auténtica del bienestar psicológico estudiantil, y posibilitando intervenciones más efectivas en diversos contextos culturales. Ambas recomendaciones buscan mejorar las prácticas y herramientas existentes para promover un bienestar psicológico más inclusivo y efectivo en el ámbito educativo

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, Fideal. G (2012). El Proyecto de Investigación Introducción a la metodología científica. *EDITORIAL EPISTEME*
- Aliaga, D. (2013). *Burnout y Bienestar psicológico en técnicas de enfermería de un hospital nacional de Lima Metropolitana*. [Tesis de maestría]. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima. Perú.
- Barrera, L.F, Sotelo, M.A, Barrera, R.A. & Aceves, J. (2019). *Bienestar*
- Briones, K. (2019). *Propiedades Psicométricas de la escala de bienestar psicológico (SPWB) de Ryff versión abreviada en adolescentes de la ciudad de Cajamarca*. [Tesis pregrado]. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Cajamarca.
- Campos, D. (2021). *Bienestar psicológico en estudiantes (según semestre y género) de una universidad privada de Lima*. [Tesis pregrado]. Universidad Ricardo Palma. Lima.
- Carranza, R. (2015). *Bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de la escuela académico profesional de psicología de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2014*. [Tesis pregrado]. Universidad Peruana Unión. Perú
- Casullo, M. (2012). Evaluación de bienestar psicológico en Iberoamérica. Buenos Aires: *Ediciones Paidós*.
- Casullo, M. y Castro, A. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Perú*, 23 (1), 35-68.
- Casullo, M.A., Castro Solano, A. (2000). Evaluación del Bienestar Psicológico en Estudiantes Adolescentes Argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18 (2), 35-68.
- Chaux (2012). Concepciones teóricas acerca de la psicología positiva. En fundamentos de la psicología positiva, 19-20. *Paidós*.

- Chávez, A. (2016) *Bienestar Psicológico y su Influencia en su Rendimiento Académico de Estudiantes de Nivel Medio Superior*. [Tesis Maestría]. Universidad de Colima. México.
- 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](http://www.psicologia.unt.edu.ar/index.php?option=com_docman).
- Cuenca, L. y Marquina, Y. (2018). *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 pregrado]. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca
- Diener, E. (1994). "Assessing subjective well-being: Progress and opportunities". *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E., Sandvik, E. Y Pavot, W. (1991). "Happiness is the frequency not the intensity of positive versus negative affect". En F. Strack, M. Argyle y N. Schwartz (Eds.), *Subjective well-being, and interdisciplinary perspective* (pp. 119-140). oxford: Pergamon.
- Diener, E. Y BISWAS-Diener, R. (2008). Rethinking happiness: *The science of psychological wealth*. Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Diener, E., Wirtz, D., BISWAS-Diener, R., Tov, W., KIM-Prieto, C., Choi, . Y Oishi, S. (2009). New measures of well-being. In *The Collected Works of Ed Diener*, Volume 3. The Netherlands: Springer.
- Díaz, T. (2008). Bienestar psicológico en el adulto mayor de la jornada vespertina del programa de desarrollo social de la Municipalidad de Guatemala. [Tesis pregrado]. Inédita, Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Domínguez, B (2018). Interacciones familiares del bienestar psicológico. *Rev. Costarricense de psicología* de la Universidad Nacional Autónoma de México.

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. McGraw-Hill/Interamericana Editores S.A.
- Landeau (2013). El Proceso de la Investigación Científica. *Limusa SA, Grupo Noriega editores*
- Leal y Silva (2019). *Bienestar psicológico en los adolescentes*. Segunda edición. *Trillas*.
- López, I. (2021). *Bienestar psicológico y acoso escolar en adolescentes del distrito de Moyobamba* [Tesis pregrado]. Universidad César Vallejo, Moyobamba.
- Monterroso, A. (2013). *Relación entre bienestar psicológico y la actitud laboral en el personal administrativo de una entidad de salud no gubernamental*. [Tesis pregrado]. Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Osornio-Castillo L, et al (2019). El bienestar psicológico, predictor del rendimiento académico en estudiantes de la carrera de médico cirujano. *Archivos en Medicina Familiar* 2019; 13(3): 111-116
- Rodríguez, C. (2020). Bienestar psicológico en el afrontamiento del estrés académico. *España*.
- Ryff, C. (1999) Modelo de bienestar psicológico de Ryff. Crecimiento positivo, <http://www.crecimientopositivo.es/portal/modelo-de-bienestar-psicologico-de-ryff>
- Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Salas, C. (2018). *Afrontamiento del estrés y su relación con el bienestar psicológico e inteligencia emocional en alumnos preuniversitarios del CEPURP 2016*. [Tesis doctoral]. Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/21238/Salas\\_MC.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/21238/Salas_MC.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Sánchez, J. (2018). Escala de Bienestar psicológico. *Madrid-España*.

- Sánchez, M. (2019). *Bienestar psicológico en adolescentes de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca*. [Tesis pregrado]. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Perú.
- Sauleda, A.C. (2022). *Relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes ecuatorianos Aires*. [Tesis pregrado]. Universidad Francisco de Vitoria. <http://ddfv.ufv.es/handle/10641/1349>
- Scheaffer, R. y Mendenhall, W. (2007). Elementos de muestreo. 6ta Edicion, Ed. Thomson.
- Seligman, M., Rashid, T. Y Parks, A. (2011). "Positive psychotherapy". *American Psychologist*, 774-788.
- Valladares, A. (2018). La familia: Una mirada desde la Psicología. *MediSur*, 6(1), 4-13.
- Veenhoven, r. (1991). "las happiness relative" *Social Indicators Research*, 24, 1-34.

### **COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Visag Aparcana, G. S. (2024). *Bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado", Huánuco - 2023* [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco]. Repositorio Institucional UDH. <http://...>

# **ANEXOS**

## ANEXO 1

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE	METODOLOGIA
Problema general	Objetivo general	Hipótesis General	Variable única	Enfoque: cuantitativo
¿Cuál es el nivel de Bienestar Psicológico que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023?	Determinar cuál es el nivel de Bienestar Psicológico que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco – 2023	Hi: Existe un nivel alto de Bienestar Psicológico que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023  H0: No existe un nivel alto de Bienestar Psicológico que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco – 2023	Bienestar Psicológico  Dimensiones Control de situaciones	Alcance: descriptivo básico  Diseño: no experimental transversa M ----- O Donde: M = muestra O = Medición de la variable.
Problemas específicos	Objetivo específico	Hipótesis Especifica	Aceptándose a sí mismo	Tipo de muestreo: probabilístico
¿Cuál es el nivel de la dimensión Control de la Situación que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023?	Especificar el nivel de la dimensión Control de Situaciones que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023	Hi <sub>1</sub> : Existe un nivel alto de la dimensión Control de la Situación que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco – 2023.	Vínculos psicosociales  Proyecto personal	Población: 200 alumnos del nivel secundaria
¿Cuál es el nivel de la dimensión Aceptación de Sí Mismo que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023?	Analizar el nivel de la dimensión Aceptación a sí Mismo que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023	H0 <sub>1</sub> : No existe un nivel alto de la dimensión Control de la Situación que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023	Indicadores Hacerse cargo de sus actos	Muestra: 110 alumnos
¿Cuál es el nivel de la dimensión Vínculos Psicosociales que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023?	Establecer el nivel de la dimensión Vínculos Psicosociales que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023	Hi <sub>2</sub> : Existe un nivel alto de la dimensión Aceptación de sí Mismo que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023	Estar conforme consigo mismo	Tipo de Muestreo Probabilístico Aleatorio Simple.
¿Cuál es el nivel de la dimensión Vínculos Psicosociales que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023?	Establecer el nivel de la dimensión Vínculos Psicosociales que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023	H0 <sub>2</sub> : No existe un nivel alto de la dimensión Aceptación de sí Mismo que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023	Contar con amigos en quien confiar	Técnica:

<p>de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023?</p> <p>¿Cuál es el nivel de la dimensión Proyecto Personal que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023?</p>	<p>"Leoncio Prado" Huánuco - 2023</p> <p>Identificar el nivel de la dimensión Proyecto Personal que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023</p>	<p>estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023</p> <p>Hi<sub>3</sub>: Existe un nivel alto de la dimensión Vínculos Psicosociales que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023</p> <p>H0<sub>3</sub>: No existe un nivel alto de la dimensión Vínculos Psicosociales que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023</p> <p>Hi<sub>4</sub>: Existe un nivel alto de la dimensión Proyecto Personal que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023</p> <p>H0<sub>4</sub>: No existe un nivel alto de la dimensión Proyecto Personal que presentan los estudiantes de secundaria de la gran unidad escolar "Leoncio Prado" Huánuco - 2023</p>	<p>Tener objetivos personales</p>	<p>Psicométrica</p> <p>Instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico – BIEPS - J</p>
---	--	---	-----------------------------------	--

## ANEXO 2

### CONSTANCIAS DE VALIDACIÓN

Escala BIEPS-J

(Maria 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**

Sting Aparcana Ortega

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

**ANEXO 3**  
**VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**  
**VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS**

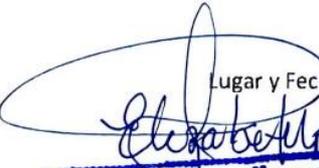
Evaluador (a): Mg. Elizabeth Chávez Huamán  
 Profesión: Psicóloga N° colegiatura: 8163  
 Institución donde trabaja: Universidad Nacional "Hermilio Valdizán"  
 Cargo que desempeña: Docente  
 Autor/ Tesista: Alisag Apomana, Geovane Stefanie  
 Nombre del Instrumento: Escala de Buenas Prácticas BIEPS-J

N°	INDICADORES	CRITERIOS	PUNTUACION				
1	Claridad	Esta formulado con lenguaje apropiado	5	4	3	2	1
2	Objetividad	Esta expresado en conductas observables	5	4	3	2	1
3	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia	5	4	3	2	1
4	Organicidad	Existe organización lógica	5	4	3	2	1
5	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad	5	4	3	2	1
6	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar	5	4	3	2	1
7	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos	5	4	3	2	1
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos	5	4	3	2	1
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación	5	4	3	2	1
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación	5	4	3	2	1

5	Excelente (81% - 100%)	41 - 50
4	Muy Bueno (60% - 80%)	31 - 40
3	Bueno (41% - 60%)	21 - 30
2	Regular (21% - 40%)	11 - 20
1	Deficiente (0% - 20%)	00 - 10

RESULTADO: Aplicable (  )    Aplicable después de corregir (  )    No aplicable (  )

Lugar y Fecha: Areo, 16 Abril 2023

  
Mg. Elizabeth Chávez Huamán  
 C.P.S. 5000

FIRMA DEL EVALUADOR

## ANEXO 4

# VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

### VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

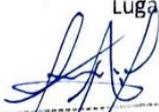
Evaluador (a): M.G. MANUEL SANTIAGO CALDERON CARRILLO  
 Profesión: PSICÓLOGO N° colegiatura: 12584  
 Institución donde trabaja: I.S.P.T. "MARX PLANCK" DE AMBO  
 Cargo que desempeña: DOCENTE / SUB DIRECTOR  
 Autor/ Tesista: VISAG APARCHA, GRACE STEFANIE  
 Nombre del Instrumento: ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO BIEPS-7

N°	INDICADORES	CRITERIOS	PUNTUACION				
			5	4	3	2	1
1	Claridad	Esta formulado con lenguaje apropiado	5	<del>4</del>	3	2	1
2	Objetividad	Esta expresado en conductas observables	5	<del>4</del>	3	2	1
3	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia	5	<del>4</del>	3	2	1
4	Organicidad	Existe organización lógica	5	<del>4</del>	3	2	1
5	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad	5	<del>4</del>	3	2	1
6	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar	5	<del>4</del>	3	2	1
7	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos	5	<del>4</del>	3	2	1
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos	5	<del>4</del>	3	2	1
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación	5	<del>4</del>	3	2	1
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación	5	<del>4</del>	3	2	1

5	Excelente (81% - 100%)	41 - 50
4	Muy Bueno (60% - 80%)	31 - 40
3	Bueno (41% - 60%)	21 - 30
2	Regular (21% - 40%)	11 - 20
1	Deficiente (0% - 20%)	00 - 10

RESULTADO: Aplicable (✓)      Aplicable después de corregir ( )      No aplicable ( )

Lugar y Fecha: 16 ABRIL de 2023

  
Mg. Manuel S. Calderon Carrillo  
 L.P.P. 12584

FIRMA DEL EVALUADOR

## ANEXO 5

### VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

#### VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

Evaluador (a): Hochimín Ponce de León Ramírez  
 Profesión: Psicólogo N° colegiatura 8327  
 Institución donde trabaja: Ministerio Público - Ucayali  
 Cargo que desempeña: Psicólogo  
 Autor/ Tesista: Visag Aparcauca, Grace Stefanie  
 Nombre del Instrumento: Escala de Bienestar Psicológico - BEPS-J

N°	INDICADORES	CRITERIOS	PUNTUACION				
			5	4	3	2	1
1	Claridad	Esta formulado con lenguaje apropiado	5	4	3	2	1
2	Objetividad	Esta expresado en conductas observables	5	4	3	2	1
3	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia	5	4	3	2	1
4	Organicidad	Existe organización lógica	5	4	3	2	1
5	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad	5	4	3	2	1
6	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar	5	4	3	2	1
7	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos	5	4	3	2	1
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos	5	4	3	2	1
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación	5	4	3	2	1
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación	5	4	3	2	1

5	Excelente (81% - 100%)	41 - 50
4	Muy Bueno (60% - 80%)	31 - 40
3	Bueno (41% - 60%)	21 - 30
2	Regular (21% - 40%)	11 - 20
1	Deficiente (0% - 20%)	00 - 10

RESULTADO: Aplicable (  )    Aplicable después de corregir (  )    No aplicable (  )

Lugar y Fecha: Huancayo, 18 Abril 2023

  
Hochimín Ponce de León Ramírez  
 PSICÓLOGA  
 OPCR 08327

FIRMA DEL EVALUADOR

## ANEXO 6

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

BIENESTAR PSICOLOGICO EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA GRAN UNIDAD ESCOLAR LEONCIO PRADO DE LA CIUDAD DE HUANUCO - 2023

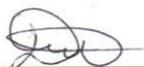
Investigador: Bach. Psic. VISAG APARCANA, Grace Stefanie

Apreciado padre de familia de la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" de la ciudad de Huánuco; soy una estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud del Programa Académico Profesional de Psicología en la Universidad de Huánuco, estoy desarrollando un Proyecto de Investigación para la obtención del título profesional de Licenciada en Psicología.

De acuerdo con las normas éticas, solicitamos su valioso apoyo, autorizando mediante el presente documento la participación de su menor hijo de nuestro estudio de investigación, motivo por el cual te solicito muy cordialmente se desarrolle la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS - J **en su versión de 13 ítems**, en forma anónima en un tiempo aproximado de 10 minutos.

Informando que el objetivo del desarrollo de dicha prueba psicométrica es obtener información de manera anónima de cómo se encuentran en la actualidad sus niveles de Bienestar Psicológico de su hijo, manifestándole expresamente que los resultados obtenidos **se mantendrán en estricta reserva y confidencialidad**, comunicándole, además, que dicha información será utilizada exclusivamente para fines del estudio de investigación que estoy ejecutando.

En señal de aceptación y conformidad solicito tenga a bien firmar el presente consentimiento informado.



Nombres y apellidos  
Firma.

G10 A157

Daniela Pergallo López

## ANEXO 7

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

BIENESTAR PSICOLOGICO EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA GRAN UNIDAD ESCOLAR LEONCIO PRADO DE LA CIUDAD DE HUANUCO - 2023

Investigador: Bach. Psic. VISAG APARCANA, Grace Stefanie

Apreciado padre de familia de la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" de la ciudad de Huánuco; soy una estudiante de la Facultad de Ciencias de la Salud del Programa Académico Profesional de Psicología en la Universidad de Huánuco, estoy desarrollando un Proyecto de Investigación para la obtención del título profesional de Licenciada en Psicología.

De acuerdo con las normas éticas, solicitamos su valioso apoyo, autorizando mediante el presente documento la participación de su menor hijo de nuestro estudio de investigación, motivo por el cual te solicito muy cordialmente se desarrolle la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS - J **en su versión de 13 ítems**, en forma anónima en un tiempo aproximado de 10 minutos.

Informando que el objetivo del desarrollo de dicha prueba psicométrica es obtener información de manera anónima de cómo se encuentran en la actualidad sus niveles de Bienestar Psicológico de su hijo, manifestándole expresamente que los resultados obtenidos **se mantendrán en estricta reserva y confidencialidad**, comunicándole, además, que dicha información será utilizada exclusivamente para fines del estudio de investigación que estoy ejecutando.

En señal de aceptación y conformidad solicito tenga a bien firmar el presente consentimiento informado.

  
Yadira Huerto Ortega  
Nombres y apellidos  
Firma. 60948739

**ANEXO 8**

**IMPRESIONES FOTOGRÁFICAS DEL TRABAJO DE CAMPO**



