

**UNIVERSIDAD DE HUANUCO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**



**TESIS**

---

**“Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la  
institución Túpac Amaru de Panao, Huánuco - 2024”**

---

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

AUTORA: Justo Carrión, Mayte Leticia

ASESORA: Fernández Dávila Alfaro, Julita Del Pilar

HUÁNUCO – PERÚ

2025

# U

# D

# H

**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 y mentales)**DATOS DEL PROGRAMA:**

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de licenciado(a) en psicología

Código del Programa: P05

Tipo de Financiamiento:

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

**DATOS DEL AUTOR:**

Documento Nacional de Identidad (DNI): 70212135

**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:**

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Diestro Caloretti, Karina Vanessa	Maestra en administración de la educación	25769441	0000-0002-0497-1889
2	Mendoza Morales, Carmen	Maestra en gestión pública	22515653	0000-0002-5360-1649
3	Calero Bravo, Roberto Angelo	Magíster en economía	71586889	0000-0002-7060-7866



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



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

**“AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA  
PERUANA”**

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Huánuco, siendo las 10:00 A.M. horas del día 10 del mes de diciembre del año dos mil veinticinco, 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:

- MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI PRESIDENTE
- MG. MERCEDES VILMA BARRUETA SANTILLAN SECRETARIA
- MG. ROBERTO ANGELO CALERO BRAVO VOCAL
- MG. CARMEN MENDOZA MORALES (JURADO ACCESITARIO)
- ASESOR DE TESIS MG. JULITA DEL PILAR FERNANDEZ DAVILA ALFARO

Nombrados mediante Resolución N° 1611-2025-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada. “NIVEL DE BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION TUPAC AMARU DE PANAO, HUANUCO - 2024”; Presentado por la Bachiller en Psicología, SRA. JUSTO CARRION, MAYTE LETICIA, 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).....Apresado.....por.....unanimidad.....con el calificativo cuantitativo de.....15..... y cualitativo de....Bueno.....

Siendo las, .....10:58..... Horas del dia.....10..... del mes de Diciembre del año .....2025....., los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

-----  
MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI  
orcid.org/0000-0002-0497-1889 - DNI: 28169491

PRESIDENTE

-----  
MG. CARMEN MENDOZA MORALES  
orcid.org/0000-0002-5360-1649 – DNI: 22918653

SECRETARIA

-----  
MG. ROBERTO ANGELO CALERO BRAVO  
orcid.org/0000-0002-7060-7866 - DNI: 71586889

VOCAL



## UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



### CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: MAYTE LETICIA JUSTO CARRION, de la investigación titulada "NIVEL DE BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION TUPAC AMARU DE PANAO, HUANUCO - 2024", con asesor(a) JULITA DEL PILAR FERNÁNDEZ DÁVILA ALFARO, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 2090-2024-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, 31 de octubre de 2025



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



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA  
D.N.I.: 71345687  
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

# 245. Justo Carrión, Mayte Leticia.docx

## INFORME DE ORIGINALIDAD



## FUENTES PRIMARIAS

- |   |  |           |
|---|--|-----------|
| 1 | <b>Submitted to Universidad Católica Los Angeles de Chimbote</b> | <b>2%</b> |
|   | Trabajo del estudiante   |           |
| 2 | <b>hdl.handle.net</b>  | <b>2%</b> |
|   | Fuente de Internet   |           |
| 3 | <b>repositorio.uladech.edu.pe</b>                                | <b>2%</b> |
|   | Fuente de Internet   |           |
| 4 | <b>repositorio.ucv.edu.pe</b>                                    | <b>2%</b> |
|   | Fuente de Internet   |           |



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



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA  
D.N.I.: 71345687  
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

## **DEDICATORIA**

Dedico este presente trabajo de manera especial a Dios, al que envió dentro de mí, un sinfín de valores, gracia y demás sabiduría, es por ello que desde una perspectiva agradezco por su guía, siguiendo un sendero de iluminación.

Dedico esta investigación y agradezco a mis padres con tal infinita gratitud el hecho de que se encontraran a mi lado sin dejarme caer ante tantos obstáculos personales y académicos.

## **AGRADECIMIENTO**

Un agradecimiento especial a los representantes de la casa superior de estudios la Universidad de Huánuco, institución de educación en la cual cada uno de los aprendizajes fueron muy bien recibidos.

Un agradecimiento especial a la facultad de ciencias de la salud, al programa académico de psicología, carrera profesional con la que espero cumplir cada una de mis metas y objetivos, agradeciendo y con demasiada actitud gran parte de este éxito.

Un agradecimiento especial a los directivos, plana administrativa y plana docente de la institución educativa Túpac Amaru de Panao, Huánuco, quienes nos abrieron la puerta de la institución para poder ejecutar el instrumento de estudio.

## ÍNDICE

DEDICATORIA .....	II
AGRADECIMIENTO .....	III
ÍNDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS .....	VII
ÍNDICE DE FIGURAS.....	VIII
RESUMEN.....	IX
ABSTRACT.....	X
INTRODUCCIÓN .....	XI
CAPITULO I .....	13
PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA.....	13
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	13
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....	15
1.2.1. PROBLEMA GENERAL .....	15
1.2.2. PROBLEMA ESPECIFICO .....	15
1.3. OBJETIVOS .....	15
1.3.1. OBJETIVO GENERAL .....	15
1.3.2. OBJETIVO ESPECIFICO .....	16
1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN .....	16
1.4.1. A NIVEL TEÓRICO .....	16
1.4.2. A NIVEL PRÁCTICO .....	16
1.4.3. A NIVEL METODOLÓGICO .....	17
1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	17
1.6. VIABILIDAD O FACTIBILIDAD.....	17
CAPÍTULO II .....	18
MARCO TEÓRICO .....	18
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN .....	18
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES .....	18
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES.....	19
2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES .....	20
2.2. BASES TEÓRICAS .....	22
2.2.1. BIENESTAR PSICOLÓGICO.....	22
2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES.....	28

2.4. HIPÓTESIS .....	29
2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL.....	29
2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICOS.....	29
2.5. VARIABLES .....	31
2.5.1. VARIABLE ÚNICA .....	31
2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....	32
CAPÍTULO III.....	34
MÉTODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN .....	34
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN .....	34
3.1.1. TIPO .....	34
3.1.2. ENFOQUE .....	34
3.1.3. ALCANCE O NIVEL.....	34
3.1.4. DISEÑO .....	35
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	35
3.2.1. POBLACIÓN.....	35
3.2.2. MUESTRA .....	36
3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	38
3.3.1. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	38
3.3.2. INSTRUMENTO DE DATOS.....	38
3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN .....	41
3.4.1. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO DE DATOS .....	41
3.4.2. PRUEBAS ESTADÍSTICAS .....	42
CAPITULO IV.....	43
RESULTADOS.....	43
4.1. RESULTADOS SOCIODEMOGRÁFICOS .....	43
4.2. RESULTADOS DESCRIPTIVOS .....	45
4.3. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS .....	52
4.3.1. HIPÓTESIS GENERAL.....	52
CAPITULO V.....	57
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	57
CONCLUSIONES .....	60
RECOMENDACIONES .....	62
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	63

ANEXOS.....	66
-------------	----

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Distribución de la población de secundaria de la Institución Túpac Amaru, según también sea por edad y sexo.....	36
Tabla 2 Muestreo de estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II, de la Provincia de Pachitea .....	38
Tabla 3 Técnicas Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff.....	38
Tabla 4 ítem- escala, siendo la mayor correlación.....	41
Tabla 5 Participación de la población de estudiantes de secundaria de la Institución Túpac Amaru según edades.....	43
Tabla 6 Participación de la población de estudiantes de secundaria de la Institución Túpac Amaru según sexo .....	44
Tabla 7 Nivel de la variable bienestar psicológico .....	45
Tabla 8 Nivel de la dimensión Autoaceptación .....	46
Tabla 9 Nivel de la dimensión Autodominio .....	47
Tabla 10 Nivel de la dimensión dominio del entorno.....	48
Tabla 11 Nivel de la dimensión propósito de la vida .....	49
Tabla 12 Nivel de la dimensión crecimiento personal .....	50
Tabla 13 Nivel de la dimensión relaciones positivas.....	51
Tabla 14 Nivel de bienestar Psicológico .....	52
Tabla 15 Nivel de autoaceptación.....	53
Tabla 16 Nivel de autodominio.....	53
Tabla 17 Nivel de dominio del entorno.....	54
Tabla 18 Nivel de propósito de vida .....	55
Tabla 19 Nivel de crecimiento personal .....	55
Tabla 20 Nivel de relaciones positivas.....	56

## **ÍNDICE DE FIGURAS**

Figura 1 Participación de la población de estudiantes de secundaria de la Institución Túpac Amaru según edades.....	43
Figura 2 Participación de la población de estudiantes de secundaria de la Institución Túpac Amaru según sexo .....	44
Figura 3 Nivel de la variable bienestar psicológico .....	45
Figura 4 Nivel de la dimensión Autoaceptación .....	46
Figura 5 Nivel de la dimensión Autodominio .....	47
Figura 6 Nivel de la dimensión dominio del entorno .....	48
Figura 7 Nivel de la dimensión propósito de la vida.....	49
Figura 8 Nivel de la dimensión crecimiento personal.....	50
Figura 9 Nivel de la dimensión relaciones positivas.....	51

## RESUMEN

El presente estudio busco el nivel del bienestar psicológico, el cual se caracterizó por conectar emocionalmente con un conjunto de interpretaciones que generan estabilidad emocional en las respuestas a cualquier tipo de estímulo, para ello se formuló como problema general ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru – Panao, Huánuco - 2024?, y como complemento a esta interrogante se planteó el objetivo general el cual fue determinar el nivel del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución educativa ya mencionada. Para llevar a cabo este estudio, se optó por una metodología de carácter básico, con un enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y un diseño de investigación no experimental. La población estuvo conformada por 600 estudiantes y su muestra fue de 280 estudiantes a los cuales se les aplicó un cuestionario denominado la escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff. Los resultados obtenidos fueron que el 39% de la población mostraron niveles bajos, lo cual significa que no tiene la capacidad de equilibrio y armonía mental en la que una persona se siente en paz consigo misma. En la dimensión autoaceptación un 47%, autodominio con un 38%, dominio del entorno 40%, propósito de la vida 37%, crecimiento personal 35% todas con un nivel bajo y las relaciones positivas 37% en un nivel alto.

**Palabras clave:** Nivel, bienestar, estudiantes, institución, tupac, panao.

## ABSTRACT

This study aimed to assess the level of psychological well-being, which was characterized by an emotional connection to a set of interpretations that foster emotional stability in response to various stimuli. To this end, the general research question was formulated as: What is the level of psychological well-being among fourth-year secondary students at Túpac Amaru II Educational Institution – Panao 2024? Complementing this inquiry, the general objective was to determine the level of psychological well-being in secondary students at the aforementioned institution. To carry out the study, a basic methodology was adopted, with a quantitative approach, descriptive level, and a non-experimental research design. The population consisted of 600 students, and a sample of 280 students was selected. These participants were administered a questionnaire known as the Carol Ryff Psychological Well-Being Scale. The results revealed that 39% of the population exhibited a low level of psychological well-being, indicating a lack of mental balance and harmony in which individuals feel at peace with themselves. Regarding specific dimensions, 47% scored low in self-esteem, 38% in self-mastery, 40% in environmental mastery, 37% in life purpose, and 35% in personal growth—all reflecting low levels. However, 37% scored high in the dimension of positive relationships.

**Keywords:** Self-acceptance, autonomy, mastery, purpose, personal growth.

## INTRODUCCIÓN

El presente estudio fue desarrollado conforme a las disposiciones establecidas por la Universidad de Huánuco y su área de investigación, estructurándose en los siguientes apartados:

Las secciones preliminares incluyen el agradecimiento, la dedicatoria, el resumen del proyecto y su versión en inglés, además de la introducción, que presenta los capítulos que conforman esta investigación.

El primer capítulo aborda la descripción del problema, explorando la temática desde una perspectiva internacional, nacional y local, con apoyo en datos estadísticos y otras fuentes relevantes. Se realiza un análisis conciso sobre la situación del bienestar psicológico en la institución educativa Túpac Amaru II – Panao, lo que permite formular el problema central, los objetivos generales y específicos, así como la justificación teórica, metodológica y práctica del estudio. También se señalan las limitaciones encontradas y se evalúa la viabilidad del proyecto.

En el segundo capítulo, se presentan los antecedentes del estudio, organizados en niveles internacional, nacional y local. Este apartado también incluye el marco teórico, donde se explican las definiciones, teorías, características y dimensiones de la variable bienestar psicológico. Se incorporan las definiciones conceptuales de los términos clave, la hipótesis alternativa que plantea la posible correlación entre las variables, y la operacionalización de estas, con sus respectivas dimensiones, indicadores, ítems y el instrumento de recolección de datos.

El tercer capítulo describe el enfoque metodológico del estudio, que se enmarca en una investigación básica, con orientación cuantitativa, nivel descriptivo y diseño no experimental. La población estuvo compuesta por 600 estudiantes, de los cuales se seleccionó a 280 participantes como muestra. A ellos se les fue aplicada la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff. Además, se emplearon técnicas para la recolección, interpretación y análisis de datos, utilizando el software SPSS.

El cuarto capítulo presenta los resultados obtenidos, puesto que el 39% de la población mostraron niveles bajos, lo cual indica que no tiene la capacidad de equilibrio y armonía mental en la que una persona se siente en paz consigo misma.

El quinto capítulo se centra la discusión de resultados, donde se enfrentan los resultados propios y de los antecedentes más importantes presentes en esta investigación. Así como también las conclusiones y recomendaciones, se presentan también en este espacio los anexos para dar conformidad a la aplicación de este estudio.

## CAPITULO I

### PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA

#### 1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Según la Organización mundial de la salud (OMS, 2021), según recientes estudios aproximadamente uno de cada siete adolescentes, entre los 10 y 19 años, presenta algún tipo de trastorno mental, lo que representa cerca del 13% de los casos a nivel global. Entre los principales factores que contribuyen a enfermedades y discapacidades en esta población se encuentran los trastornos de conducta, la depresión y la ansiedad. Esta realidad plantea la necesidad

Urgente de analizar cómo los adolescentes enfrentan las distintas situaciones que se les presentan, así como las estrategias, habilidades y criterios que emplean para tomar decisiones sobre su vida. Además, se destaca que existen respuestas adecuadas y efectivas que las personas pueden utilizar para gestionar sus emociones, pensamientos y acciones, lo que contribuye a disminuir los niveles de estrés y tensión ante las dificultades.

El panorama mundial del bienestar psicológico de los estudiantes adolescentes evidencia una creciente crisis en lo que respecta a autoestima, el 15% de los estudiantes adolescentes no se acepta así mismo, tienen problemas para relacionarse con las personas de su entorno, no tienen propósitos claros para su vida, son inseguros y negativos, lo que desencadena en fracaso en el ámbito escolar (Moreta et al, 2017).

La situación de América Latina no difiere de lo que sucede en el mundo, se puede visualizar que el 30% de los estudiantes adolescentes experimentan alcoholismo, drogadicción, maltrato físico y psicológico; situaciones que merman su bienestar psicológico e impiden su buen desarrollo familiar y social. En particular esta abarca temas de índole y afectación psicológica como son la dependencia emocional, la auto culpabilidad y demás trastornos sociales, finalmente, la percepción de negligencia en ambos padres resulta esencial en evitación y falta de responsabilidad de cuentas como solución. (Pérez y Reinoza, 2011).

Por su parte, Hernández et al (2012), señalaron que, los países latinoamericanos albergan a un 35% de estudiantes que están inmersos en problemas sociales, como son el consumo de alcohol, el inicio precoz de las relaciones sexuales, entre otros que deterioran la dinámica familiar y el bienestar psicológicos de los estudiantes.

Durante la adolescencia, se atraviesan transformaciones significativas tanto en el plano físico como en el emocional, lo que puede generar una mayor sensibilidad afectiva. Esta etapa abre paso a vivencias nuevas que impactan de forma directa en el desarrollo psicológico. De esta forma, la interacción con el entorno social y las modificaciones en la rutina cotidiana convierten al espacio educativo en un eje fundamental de la vida del adolescente (Victoria, et al. 2003).

Por otro lado, el Perú no es ajeno a la realidad Latinoamericana, existe un impacto negativo en el ámbito donde se desempeñan los estudiantes, afectado por la pérdida de valores interpersonales, la alta prevalencia de problemas de salud mental en la etapa adolescente, la violencia y la disfuncionalidad familiar dentro de los hogares de los estudiantes (Silva, 2018).

Existe una situación similar en la Región Huánuco, el mismo que es vislumbrado a través de la alta prevalencia de problemas emocionales como la ansiedad y la depresión a las que se enfrentan los estudiantes adolescentes, los cuales están muy ligados con la falta de autoestima, de autodominio, de crecimiento personal y a las deficientes relaciones positivas que tienen los estudiantes en su entorno, los cuales les hacen vulnerables y deterioran su bienestar psicológico (Flores, 2017).

Finalmente, es necesario mostrar la situación real en la Institución educativa Tupas Amaru II de Panao, donde el bienestar psicológico de los estudiantes necesita ser fortalecido, siendo que, más del 80% de estudiantes adolescentes se encuentran expuestos a riesgos tanto para su salud física y mental, donde muchos de ellos perciben la vida de manera negativa, están inmersos en ambientes desfavorables que podrían afectar su desarrollo emocional de manera significativa.

Después de todo lo expuesto, consideramos de vital importancia iniciar la presente investigación sobre el Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de

secundaria de la Institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024, y con los resultados, iniciar intervenciones conjuntas entre estudiantes, padres y docentes enfocados a alcanzar el desarrollo de la autoaceptación, la autonomía, el dominio del entorno, el crecimiento personal y el propósito en la vida en los estudiantes.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. PROBLEMA GENERAL**

¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024?

### **1.2.2. PROBLEMA ESPECIFICO**

¿Cuál es el nivel de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024?

¿Cuál es el nivel de autodominio en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024?

¿Cuál es el nivel de dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024?

¿Cuál es el nivel de propósito de la vida en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024?

¿Cuál es el nivel de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024?

¿Cuál es el nivel de las relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024?

## **1.3. OBJETIVOS**

### **1.3.1. OBJETIVO GENERAL**

Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

### **1.3.2. OBJETIVO ESPECIFICO**

Identificar el nivel de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

Definir el nivel de autodominio en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

Describir el nivel del dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

Identificar el nivel de propósito de la vida en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

Describir el nivel de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

Descubrir el nivel de las relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

## **1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

La presente investigación se justifica:

### **1.4.1. A NIVEL TEÓRICO**

La presente investigación ayudará a tener un amplio conocimiento sobre el bienestar psicológico de los estudiantes de la institución Túpac Amaru, se tendrá acceso a los aportes teóricos-científicos que servirán como antecedentes en futuras investigaciones. Asimismo, con los resultados se podrá sistematizar propuestas que permitan intervenciones favorables respecto al bienestar psicológico para una adaptación favorable de los estudiantes en los entornos escolares.

### **1.4.2. A NIVEL PRÁCTICO**

El aporte práctico radica principalmente en la necesidad de evidenciar que el bienestar psicológico es un elemento clave para el éxito escolar. Además, el estudio permitirá demostrar la necesidad de una intervención en el aspecto del bienestar psicológico para su posterior intervención,

que consentirá en los estudiantes un afrontamiento satisfactorio en la vida escolar de estudiante.

#### **1.4.3. A NIVEL METODOLÓGICO**

La presente investigación permitirá a través de la nueva información, establecer nuevas metodologías que consientan acelerar el ritmo de los cambios respecto al bienestar psicológico y evidenciar resultados favorables en la consecución de lograr el más alto bienestar respecto a la autoaceptación, el autodominio, el dominio del entorno, el crecimiento personal, el propósito de la vida y las relaciones positivas en el estudiante, a fin de encontrar el balance efectivo en los diversos escenarios de la vida del estudiante.

#### **1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN**

Una de las principales limitaciones del presente estudio estaría relacionada con la accesibilidad presencial a la muestra de estudio. Ya que, al considerarse una institución estatal, los horarios de atención y los procedimientos para la obtención de permisos suelen ser más estrictos y requieren de un mayor tiempo de gestión. Esto generará demoras en la aplicación de los instrumentos de recolección de datos, lo que, a su vez, prolongará el proceso de análisis e interpretación de los resultados. Además, estas restricciones podrían reducir la cantidad de participantes disponibles, lo que influiría en la generalización de los hallazgos.

#### **1.6. VIABILIDAD O FACTIBILIDAD**

El presente estudio es viable, porque se tiene información bibliográfica disponible y actualizada. Así mismo, se cuenta con los instrumentos validados y confiables para nuestro ámbito local y finalmente se tuvieron los recursos humanos disponible y los recursos financieros propios que serán necesarios para llevar a cabo la presente investigación, además de contar con un instrumento el cual permitirán la obtención de la información.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

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

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

Bermeo y Coronel (2024), en su trabajo “Bienestar Psicológico de los docentes de Educación Básica de dos Unidades Educativas del Cantón Cuenca 2023 – 2024”, su finalidad fue describir cada una de las características del bienestar psicológico en la población elegida. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo transversal y alcance descriptivo. La población estuvo conformada por 30 docentes pertenecientes a las instituciones previamente mencionadas. Para la recolección de datos se utilizó la escala PERMA Profile de Butler y Kern (2016), adaptada al contexto ecuatoriano. Los resultados revelaron que los docentes de ambas unidades educativas presentaron niveles elevados de bienestar psicológico. No obstante, se identificaron diferencias importantes entre los docentes de la Unidad Educativa San Francisco y los de San Roque, siendo los primeros quienes obtuvieron puntuaciones más altas en todas las dimensiones evaluadas. Asimismo, se observó que los docentes más jóvenes, con menor tiempo de servicio, mujeres y aquellos que tienen pareja tienden a manifestar mayores niveles de bienestar psicológico en comparación con sus pares. En conclusión, los participantes expresan una percepción positiva de su bienestar, y se reconoce que las variables sociodemográficas y laborales desempeñan un papel relevante en dicha percepción.

Salazar (2022), en su tesis titulada “Relación entre bienestar psicológico y variables demográficas en estudiantes de la carrera Psicología Clínica de la Universidad de Cuenca, período 2021”, su finalidad fue determinar la correlación existente entre las dos variables de estudio, esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo, de alcance correlacional, de diseño no experimental, se trabajó con 83 estudiantes, entre 18 y 32 años a quienes se aplicó el Test de Bienestar Psicológico de Ryff. Este

concluye que hay diferencias entre ambos ciclos en los puntajes obtenidos, pero estas diferencias no son muy marcadas, ya que existen factores como intervalos de edad que generan dentro los estudiantes de la carrera de psicológica clínica, y mucho menos en la población general.

Delgado y Tejeda (2020), en su estudio “Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios Latinoamericanos”. Tuvo como objetivo general hallar el grado o nivel de bienestar en estudiantes. Realizaron un estudio de tipo descriptivo. Utilizaron la metodología de revisión narrativa de 20 documentos (artículos, tesis y resumen), en los que se analizaron los niveles de bienestar psicológico en los adolescentes Latinoamericanos. Usaron como instrumento la Escala de Ryff, y la Escala BIEJ-s para evaluar el bienestar psicológico de los jóvenes universitarios. Los resultados determinaron que es importante ampliar la investigación a otra circunstancia ya que el 39% de la población se encuentra dentro de los parámetros aceptables en la cual incide una favorable idea de bienestar, a la que podrían estar expuestos los adolescentes universitarios que influye en su rendimiento académico y se refleja en su comportamiento.

### **2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES**

Aylas y Pive (2022), en su tesis “Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, de Huancayo, 2022”, tuvo como finalidad determinar la correlación existente entre las dos variables presentadas en esta investigación. Su metodología fue de tipo básica, de nivel relacional, de diseño correlacional, su población participante fue de 1650 estudiantes y su muestra de 340. Tras aplicar los instrumentos se obtuvo que el 30,3% de la muestra, rara vez utiliza las estrategias de afrontamiento y se ubican en niveles bajos de bienestar psicológico en un 32%. Aplicando la rho de Spearman se obtuvo  $rs = 0,337$  ubicado en una correlación directa baja, además  $0,000 < 0,05$  entonces se corrobora la correlación.

Bustios y Cerquin (2021), en su tesis titulada “Cibervictimización y bienestar psicológico en adolescentes de Trujillo” tuvo como finalidad hallar el grado de correlación entre las dos variables propuestas en la

investigación. Se realizó bajo un tipo de investigación aplicada, cuantitativo, de diseño no experimental, transaccional. El estudio se realizó con una muestra de 200 estudiantes adolescentes que cursaban entre primero y quinto año de secundaria, cuyas edades oscilaban entre los 11 y 16 años. Para la recolección de datos se emplearon el Cuestionario de Cibervictimización (CBV) y la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J), evidenciando que el 35% de los participantes presentaban niveles bajos en las variables evaluadas. Los resultados mostraron una correlación débil ( $r = -0.13$ ) entre la cibervictimización y el bienestar psicológico, lo que indica una correlación mínima entre ambas dimensiones. Además, se observó que el género influye en la prevalencia de la cibervictimización y en los niveles de bienestar psicológico.

Rojas (2021), en su tesis “Clima organizacional y bienestar psicológico en docentes de una universidad privada de Lima Sur – 2020”, el propósito central de esta investigación fue determinar el grado de correlación entre las dos variables planteadas. Se trató de un estudio cuantitativo con enfoque descriptivo-correlacional, desarrollado bajo un diseño no experimental de tipo transversal y utilizando el método hipotético-deductivo. La muestra estuvo compuesta por 245 docentes, a quienes se les aplicó el Cuestionario de Clima Organizacional de Litwin y Stringer, junto con la Escala de Bienestar Psicológico elaborada por Sánchez Cánovas. Los resultados evidenciaron correlaciones de baja intensidad entre el clima organizacional y el bienestar psicológico general ( $r = 0.387$ ). De manera similar, se observaron correlaciones débiles en las subdimensiones del bienestar psicológico: bienestar subjetivo ( $r = 0.324$ ), bienestar material ( $r = 0.255$ ) y bienestar en relaciones de pareja ( $r = 0.127$ ). Se concluye que los docentes participantes perciben un clima organizacional adecuado. Al analizar las medias, se identificó que la dimensión con menor puntuación fue la de Estructura, mientras que la más elevada correspondió a la dimensión de Desafío.

### **2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES**

Rivera (2022), en su tesis “Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de la facultad de psicología de la universidad estatal de

Huánuco, 2022”, el objetivo principal de esta investigación fue identificar la correlación existente entre las dos variables planteadas en el título del estudio. Se empleó una metodología de tipo no experimental, con un nivel y diseño correlacional. La población estuvo conformada por 263 estudiantes de primero a quinto año de la Facultad de Psicología, de los cuales se seleccionó una muestra representativa de 157 estudiantes, equivalente al 60% del total, mediante un muestreo probabilístico estratificado. En cuanto al método utilizado, se aplicó la observación indirecta y se recurrió a la psicometría como técnica principal. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Resiliencia (ER) y la Escala de Bienestar Psicológico. Los resultados evidenciaron que el 86% de los alumnos presentan niveles elevados de bienestar psicológico, el 35% alcanzó niveles altos de resiliencia. Además, se obtuvo un valor de significancia bilateral de .001, inferior al umbral de 0.05, lo que confirma la existencia de una correlación significativa entre ambas variables. El coeficiente de correlación fue de 0.726, lo que indica una asociación positiva fuerte entre resiliencia y bienestar psicológico.

Santiago (2019), en su tesis “Bienestar psicológico y desempeño docente en la Institución Educativa Integrado Callagan, Pachitea 2019”. El propósito de esta investigación fue establecer la correlación entre las dos variables principales del estudio. Se empleó un diseño correlacional y, mediante un muestreo no probabilístico, se conformó un grupo de trabajo integrado por 16 docentes y 48 estudiantes. A los participantes se les aplicaron dos cuestionarios: uno de 39 ítems sobre bienestar psicológico docente y otro de 20 ítems sobre desempeño profesional. Para estimar la correlación entre las variables, se utilizó estadística descriptiva y se aplicó la prueba de correlación de Pearson para contrastar la hipótesis. Los resultados revelaron una correlación positiva moderada entre el bienestar psicológico y el desempeño docente dentro de la institución educativa. Al concluir el análisis, se obtuvo un coeficiente de correlación de  $r = 0.598$  con un nivel de significancia de  $p = 0.014$ , lo que permitió rechazar la hipótesis nula y confirmar que existe una correlación significativa entre ambas variables. En síntesis, los datos obtenidos respaldan que el bienestar psicológico influye de manera positiva en el desempeño docente,

contribuyendo a generar un entorno educativo más favorable.

Maximiliano et al (2019), en su estudio “Bienestar psicológico y el aprendizaje en los estudiantes del sexto grado de primaria de la institución educativa N° 33346 San Antonio de Warpoj en Pachitea, 2018”, tuvo como objetivo establecer la correlación entre las dos variables señaladas en el título de la investigación. Se trató de un estudio de tipo correlacional, centrado en explorar el vínculo entre inteligencia emocional y aprendizaje. La población estuvo compuesta por 12 estudiantes, seleccionándose una muestra universal debido a la facilidad de acceso. Para la recolección de datos se aplicó una prueba de bienestar psicológico y una evaluación educativa orientada al aprendizaje. La información obtenida fue procesada mediante los programas Excel y SPSS. Al realizar el contraste de hipótesis con la prueba estadística rho de Spearman, se identificó una correlación significativa entre el bienestar psicológico y el aprendizaje en estudiantes de sexto grado de la institución educativa N° 33346.

El coeficiente de correlación obtenido fue de 0.420, lo que indica una asociación positiva de intensidad moderada. Además, el valor de significancia fue  $p = 0.00$ , lo que confirma la existencia de una correlación significativa estadísticamente entre ambas variables.

## **2.2. BASES TEÓRICAS**

### **2.2.1. BIENESTAR PSICOLÓGICO**

#### **2.2.1.1. TEORÍA**

##### **Modelo multidimensional**

La Teoría del Bienestar Psicológico, desarrollada por Ryff en 1989, representa una de las principales corrientes dentro de la psicología positiva. Esta propuesta resulta especialmente pertinente para comprender los procesos psicológicos que inciden en el desenvolvimiento de los estudiantes en el ámbito escolar, dado que la participación en estos espacios suele requerir altos niveles de voluntad y autorregulación. De esta forma, el bienestar psicológico se

vincula con dimensiones como la autodeterminación, la capacidad de afrontamiento, el afecto positivo y la autoeficacia.

Además, la teoría ofrece herramientas para interpretar las dinámicas de participación en el entorno educativo y para comprender con mayor profundidad el rol de la familia como agente influyente. Ryff plantea una hipótesis de carácter multidimensional, en la que el bienestar psicológico se entiende como la evaluación que realiza cada persona sobre su estilo de vida. Asimismo, sostiene que la felicidad surge como resultado del desarrollo pleno del potencial humano.

#### **2.2.1.2. DEFINICIÓN**

Para Casullo (2013), el bienestar psicológico puede entenderse como la capacidad que tiene una persona para enfrentar situaciones de cambio que afectan su mundo interno, sus vínculos con los demás y el entorno que la rodea. Esta habilidad influye de manera directa en la autovaloración y en el uso de recursos personales para afrontar desafíos tanto en el plano individual como en el relacional.

Desde la perspectiva de Ryff (1995), el bienestar psicológico está vinculado al desarrollo pleno del potencial humano, característico de quienes poseen un sentido claro de propósito vital y la posibilidad de avanzar hacia sus metas. También implica la construcción de vínculos basados en la confianza, la aceptación de uno mismo, el fortalecimiento de la autonomía, y la capacidad de tomar decisiones que permitan configurar entornos propicios para satisfacer necesidades, deseos y desplegar habilidades personales.

Según Reig y Garduño (2005), El bienestar psicológico guarda una estrecha correlación con la calidad de vida, especialmente considerando el creciente interés de profesionales en ciencias sociales y salud por comprender los factores que influyen en el estado general de salud. Diversos autores lo han denominado también como salud mental, bienestar subjetivo o incluso felicidad. Sin embargo se debe precisar este concepto y distinguirlo entre satisfacción personal, bienestar y la noción de felicidad, ya que el uso cotidiano de esta

última puede distorsionar su interpretación dentro del ámbito científico.

Según Veenhoven (2002), citado por Alfaro et al. (2015), el bienestar psicológico se refiere al grado en que una persona evalúa su vida de forma positiva. Esta definición lo presenta como una apreciación subjetiva que refleja el nivel de satisfacción y agrado que el individuo experimenta respecto a distintos aspectos de su existencia, siendo el estado emocional uno de los componentes más influyentes.

El propósito del bienestar psicológico es fortalecer y desarrollar al máximo las capacidades inherentes al ser humano. Se asemeja a una búsqueda constante de plenitud, en la que se activa el potencial personal para alcanzar una sensación de realización. Este proceso favorece el desarrollo de las funciones cognitivas, facilitando una comprensión más profunda del vínculo entre el individuo, su entorno y su propia experiencia. De esta forma se promueve el crecimiento personal, el funcionamiento saludable y la satisfacción vinculada a las metas y aspiraciones futuras, orientando al cumplimiento de propósitos significativos (Matalinares et al., 2017).

Según García y Parada (2017), para resalta el bienestar psicológico se debe reconocer aquellos elementos valiosos en la vida de una persona que podrían haber sido ignorados o subestimados. Esto busca generar beneficios individuales, permitiendo que quienes alcanzan un estado de bienestar psicológico estén mejor preparados para enfrentar el estrés cotidiano y respondan con mejor eficacia a las exigencias del entorno lo cual a la larga le conllevarán al logro de un mayor crecimiento personal.

Finalmente, el bienestar psicológico se evalúa en tres niveles, en el nivel alto, la persona demuestra una sólida capacidad para establecer vínculos positivos con su entorno, posee proyectos personales y muestra aceptación de sí misma. En el nivel medio, se evidencian dificultades para mantener relaciones saludables, desarrollar iniciativas propias y sostener una imagen positiva de sí.

Por otro lado, en el nivel bajo, se presenta una limitada habilidad para relacionarse con el entorno, ausencia de metas personales y escasa autoaceptación.

### **2.2.1.3. COMPONENTES**

Desde el modelo de Casullo y Castro (2013), los elementos que conforman el modelo de bienestar incluyen:

**Control de situaciones**, este componente alude a la percepción de control y competencia personal, reflejada en la capacidad de ajustar o transformar los contextos según las propias necesidades e intereses. Implica gestionar los asuntos cotidianos con atención y disposición para aprovechar las oportunidades. Cuando esta percepción es baja, el individuo suele sentirse incapaz de influir en su entorno, aun reconociendo lo que necesita.

**Aceptación de sí mismo**, se refiere a la integración de los distintos aspectos del ser, tanto positivos como negativos, y a la capacidad de sentirse en paz con el propio pasado sin desear ser alguien distinto. La insatisfacción consigo mismo suele estar vinculada a una visión decepcionante de la historia personal y al deseo de cambiar lo que uno es en el presente.

**Vínculos psicosociales**, las conexiones sociales son fundamentales para el bienestar, ya que permiten expresar afecto, empatía y confianza. La calidad de estos vínculos se refleja en la capacidad de establecer relaciones cálidas y comprometidas. Por el contrario, vínculos deteriorados pueden generar aislamiento, frustración y dificultad para sostener relaciones significativas.

**Autonomía**, este aspecto se relaciona con la habilidad de tomar decisiones de manera independiente, con seguridad y asertividad, confiando en el propio criterio. La falta de autonomía puede manifestarse como inestabilidad emocional, dependencia de otros para decidir y una preocupación excesiva por la opinión ajena.

**Proyectos**, este componente evalúa si la persona tiene metas claras y planes que le otorguen sentido a su existencia. Implica contar con valores que orienten la acción hacia objetivos significativos.

#### **2.2.1.4. IMPORTANCIA DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO**

Evaluar el bienestar psicológico es considerar su vínculo con el concepto de self y la identidad, los cuales se entienden como manifestaciones de creencias culturales y valores vigentes.

Las condiciones que configuran el bienestar pueden estar influenciadas por factores estructurales como la situación económica, la desigualdad social, el ejercicio de libertades políticas, el respeto por los derechos humanos, así como por contextos de pobreza, exclusión, conflictos armados y desempleo. Estos elementos contribuyen a moldear una percepción subjetiva sobre la satisfacción personal en correlación con lo vivido, lo que se vive y lo que se proyecta realizar (Casullo, 2013).

De esta forma, la evaluación del bienestar psicológico requiere explorar cómo las personas valoran los logros alcanzados en su trayectoria vital, lo que permite comprender por qué algunas se sienten profundamente satisfechas con su vida y otras no, dependiendo de la interacción entre factores internos, externos y contextuales.

Para realizar una evaluación adecuada se necesita identificar si existen condiciones subjetivas y objetivas que favorecen o limitan el bienestar psicológico, así como reconocer los elementos que inciden en la calidad de vida, las estrategias que pueden potenciarla y las herramientas que facilitan su desarrollo.

De esta forma, Pychyl y Little (1998) señalan que los proyectos de vida constituyen un componente clave, ya que están estrechamente ligados a las metas personales. En el contexto escolar, comprender estas nociones resulta esencial, dado que los estudiantes suelen estar motivados y predisponentes a adquirir herramientas que favorezcan su aprendizaje y crecimiento integral.

Los proyectos de vida cumplen funciones tanto instrumentales como simbólicas: la primera se relaciona con la eficacia en la búsqueda de la felicidad, mientras que la segunda se vincula con la coherencia entre metas y valores, otorgando sentido a la trayectoria vital.

Casullo (2013) reafirma que este componente se sustenta en la teoría del sentido de coherencia, la cual plantea que una persona orienta sus acciones hacia lo que desea alcanzar, siempre que cuente con los recursos necesarios para enfrentar las exigencias del entorno. Esta orientación implica estar receptivo a los desafíos que guían su vida, procesando la información del entorno de manera clara y sin dejarse desviar por estímulos que puedan generar confusión respecto a sus metas.

Por su parte, Ryff (1989), citado por Matalinares (2016), sostiene que los avances en los estudios del bienestar psicológico deben integrar la autoaceptación y el sentido de propósito, elementos que favorecen el crecimiento personal y el establecimiento de vínculos significativos y duraderos.

#### **2.2.1.5. DIMENSIONES DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO**

Sobre las dimensiones del bienestar psicológico, Rodríguez y Berrios (2012) manifiestan que, son las que contribuirán en el desarrollo de la persona y significan estabilidad psíquica. Entre ellas podemos citar:

**Autoaceptación**, este componente se refiere a la capacidad de integrar los eventos del pasado sean positivos o negativos, como parte de la propia historia, sin resistencia ni negación. La persona que lo desarrolla logra mantenerse enfocada en el presente, con recursos suficientes para desenvolverse con fluidez en su vida cotidiana.

**Autodominio**, implica la habilidad de actuar con independencia frente al entorno social, tomando decisiones conscientes sobre el propio comportamiento y pensamiento. Esta competencia permite

enfrentar los desafíos de la vida desde una postura autónoma y reflexiva.

**Dominio del entorno**, es relacionado con la capacidad de interactuar con el medio externo de manera efectiva, adaptándolo a las propias necesidades para favorecer el desarrollo personal. Esta habilidad incluye la percepción de control sobre el contexto y la posibilidad de influir positivamente en él, contribuyendo a la satisfacción de deseos y necesidades.

**Propósito en la vida**, se vincula a la formulación de metas vitales y al compromiso con su cumplimiento. La persistencia en alcanzar estos objetivos refleja un proceso de crecimiento y adaptación ante los cambios, y evidencia la existencia de aspiraciones que sostienen la salud psicológica del individuo.

**Relaciones positivas con otros**, destaca la importancia de establecer vínculos sociales estables y enriquecedores. La capacidad de relacionarse con empatía, armonía y sintonía emocional es indicativa de bienestar, y promueve interacciones positivas que fortalecen el tejido afectivo del individuo.

**El Crecimiento personal**, es el impulso interno por descubrir y activar habilidades y talentos propios. Esta búsqueda constante de oportunidades para avanzar genera un proceso evolutivo sostenido, en el que la persona mejora progresivamente y fortalece su confianza en sí misma.

### **2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES**

- 1. Autoaceptación:** Señala que es la actitud positiva hacia uno mismo, aceptar los aspectos positivos o negativos y valorar positivamente su pasado. (Rodríguez y Berrios, 2012)
- 2. Autonomía:** Se refiere a la habilidad del individuo para desenvolverse de manera independiente en el entorno social, tomando decisiones propias sobre su conducta y pensamiento, lo que le permite afrontar la vida con autogestión y seguridad (Rodríguez y Berrios, 2012)

- 3. Bienestar Psicológico:** Representa el esfuerzo personal por activar sus capacidades internas y recursos potenciales, con el fin de construir un sentido profundo de sí mismo y avanzar hacia el cumplimiento de sus metas, incluso en contextos adversos (Rodríguez y Berrios, 2012)
- 4. Crecimiento personal:** Es el proceso mediante el cual la persona identifica y fortalece sus talentos y habilidades, motivándose a sí misma para ponerlos en práctica y así favorecer su evolución integral (Rodríguez y Berrios, 2012)
- 5. Dominio del entorno:** Implica la capacidad de interactuar con el medio externo de forma eficaz, adaptándolo a sus necesidades para facilitar el crecimiento personal. Esta competencia incluye la percepción de control y la posibilidad de influir positivamente en el contexto (Rodríguez y Berrios, 2012)
- 6. Propósito en la vida:** Se fundamenta en la formulación de metas significativas y el compromiso con su realización. Este componente refleja el deseo de avanzar hacia objetivos personales que otorgan dirección y propósito a la existencia (Rodríguez y Berrios, 2012)
- 7. Relaciones positivas:** Este aspecto destaca la relevancia de las relaciones interpersonales de calidad, promoviendo conexiones estables, empáticas y armoniosas que favorecen el bienestar emocional y social del individuo (Rodríguez y Berrios, 2012)

## **2.4. HIPÓTESIS**

### **2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL**

**Ha:** Existe un alto nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024

**Ho:** No es alto el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

### **2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICOS**

**Ha1:** Existe un alto nivel de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ho<sub>1</sub>:** No es alto el nivel de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ha<sub>2</sub>:** Existe un alto nivel de autodominio en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ho<sub>2</sub>:** No es alto el nivel de autodominio en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ha<sub>3</sub>:** Existe un alto nivel de dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ho<sub>3</sub>:** No es alto el nivel de dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ha<sub>4</sub>:** Existe un alto nivel de propósito de la vida en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ho<sub>4</sub>:** No es alto el nivel de propósito de la vida en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ha<sub>5</sub>:** Existe un alto nivel de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ho<sub>5</sub>:** No es alto el nivel de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ha<sub>6</sub>:** Existe un alto nivel de las relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ho<sub>6</sub>:** No es alto el nivel de las relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

## **2.5. VARIABLES**

### **2.5.1. VARIABLE ÚNICA**

Bienestar psicológico

**Dimensiones:**

- Autoaceptación
- Autodominio
- Dominio del entorno
- Propósito de la vida
- Relaciones positivas
- Crecimiento personal

## 2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicador	Ítems	Instrumento	Escala de valoración
BIENESTAR PSICOLÓGICO	Se entiende como el esfuerzo personal que realiza el individuo al activar sus propias habilidades y recursos internos, con el propósito de construir un sentido profundo de sí mismo y avanzar hacia el cumplimiento de sus metas, incluso en medio de situaciones adversas (Ryff, 1995)	Se refiere a las habilidades que tiene el estudiante para afrontar adecuadamente los desafíos (Masten, 2001) Se va a aplicar mediante un cuestionario dividido entre 6 dimensiones, la primera compuesta por 6 ítems, la segunda por 8, la tercera por 6, la cuarta por 6, la quinta por 6 y la sexta por 7 ítems.	Autoaceptación Autonomía Dominio del entorno Propósito en la vida	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posee la capacidad de mantenerse firme ante las presiones sociales.</li> <li>• Demuestra autonomía y una fuerte determinación personal.</li> <li>• Dirige su comportamiento basándose en su propio criterio interno.</li> <li>• Evalúa sus acciones de acuerdo con sus valores y principios personales.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiene la fortaleza necesaria para resistir la influencia del entorno social.</li> <li>• Actúa con independencia y convicción en sus decisiones.</li> <li>• Regula su conducta desde su interior, sin depender de factores externos.</li> <li>• Se juzga a sí misma conforme a sus propias normas y estándares.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Experimenta una sensación de control y eficacia personal.</li> <li>• Gestiona sus actividades de forma autónoma y organizada.</li> <li>• Sabe aprovechar las oportunidades que se le presentan en la vida.</li> <li>• Tiene la capacidad de crear o seleccionar entornos favorables para su desarrollo.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Define metas claras que orientan su existencia.</li> <li>• Percibe que sigue una dirección estable y coherente en su vida.</li> </ul>	1-6 ítems 7-14 ítems 15-20 ítems 21-26 ítems	Escala Bienestar Psicológico Carol Ryff	de Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Considera que su pasado y su presente poseen sentido y continuidad.</li> </ul>	
	Relaciones positivas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantiene vínculos afectivos cercanos y positivos con las personas a su alrededor.</li> <li>• Se interesa sinceramente por el bienestar de los demás.</li> <li>• Muestra una profunda empatía, sensibilidad emocional y capacidad para la intimidad.</li> </ul>	<p>27-32 ítems</p> <p>Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo</p>
	Crecimiento personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensación de desarrollo continuo</li> <li>• Se ve así mismo en progreso</li> <li>• Abierto a nuevas experiencias</li> <li>• Capaz de apreciar.</li> </ul>	<p>33-39 ítems</p> <p>Alto Normal alto Normal Normal bajo Bajo</p>

#### VARIABLES INTERVINIENTES

<b>Edad</b>	Tiempo de vida transcurrido desde el nacimiento a la fecha.	Edad actual de los estudiantes	Edad en años	12 - 13 años 14 - 15 años 16 – 17 años
<b>Sexo</b>	Condición orgánica que distingue a las personas como masculino o femenino	Diferenciación sexual	Sexo	Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff  Masculino Femenino

## **CAPÍTULO III**

### **MÉTODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN**

##### **3.1.1. TIPO**

Según Esteban (2018), está referida como un estudio denominado básico, el cual comprende el desarrollo y ejecución de un método de carácter científico, procura obtener información relevante y fidedigna, destinada a entender, verificar, corregir o aplicar el conocimiento ya existente. Es un tipo de enfoque de investigación que tiene como objetivo obtener una mejor comprensión de un tema, fenómeno o ley básica de la naturaleza en cuanto a la aplicación de leyes y normas científicas.

##### **3.1.2. ENFOQUE**

Según menciona Hernández y Mendoza (2020), se empleará el enfoque cuantitativo, ya que desarrolla, recoge y analiza datos de valor determinado sobre variables, estudiando sus propiedades y fenómenos cuantitativos. Se usa para predecir y explicar los fenómenos investigados, buscando regularidades y relaciones causales entre los elementos, además de probar o confirmar teorías, hipótesis o suposiciones mediante un análisis estadístico.

Para la ejecución de esta investigación se planteará la recopilación de datos, elementos con valor numérico determinado, el cual nos servirá para confirmar o negar las hipótesis planteadas en este estudio, para luego de procesar y analizar cada uno de los datos recopilados durante la aplicación de nuestros instrumentos.

##### **3.1.3. ALCANCE O NIVEL**

Según Carlessi y Meza (2015), este estudio se sitúa dentro de la investigación descriptiva, cuyo propósito es ofrecer un análisis detallado

de la problemática abordada. Esto permite examinar el fenómeno en distintos contextos, considerando prácticas socioculturales y patrones de comportamiento característicos de la población en estudio.

La investigación se basa en descripciones estructuradas y precisas de actividades, procesos, objetos y rasgos individuales, con el fin de observar y registrar el fenómeno sin intervenir ni manipular variables. A partir de estos hallazgos, será posible contrastar las hipótesis planteadas previamente, lo que contribuirá a una mejor comprensión del tema de estudio.

### **3.1.4. DISEÑO**

El diseño de la investigación fue de tipo no experimental, Descriptivo, en el cual no existirá manipulación de variables, ya que la variable solo será observada y se centrará en describir la variable bienestar psicológico en los estudiantes.

M ←————— O

Donde:

O: Observación en la muestra

M: Muestra en estudio

## **3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA**

### **3.2.1. POBLACIÓN**

Según Arias et al (2016), es la totalidad de personas, cosas o acciones que tienen algunas características observables en un lugar y momento específicos durante el cual se llevará a cabo el estudio, es para ello que se tiene un conjunto de elementos para su escogencia, el cual nos da como resultado la aplicación de próximos resultados.

Para el desarrollo de esta investigación, se contará con la participación de 600 estudiantes de secundaria pertenecientes a la Institución Túpac Amaru.

**Tabla 1**

Distribución de la población de secundaria de la Institución Túpac Amaru, según también sea por edad y sexo

Año de estudio	Sección	Nº de alumnos	Edad			Sexo	
			14	15	16	M	F
Primer grado	A	40	11	14	15	22	20
	B	40	13	15	14	21	17
	C	40	14	12	13	22	18
	<b>Sub total</b>	<b>120</b>	<b>38</b>	<b>40</b>	<b>42</b>	<b>65</b>	<b>55</b>
Segundo grado	A	40	11	14	15	22	20
	B	40	13	15	14	21	17
	C	40	14	12	13	22	18
	<b>Sub total</b>	<b>120</b>	<b>38</b>	<b>40</b>	<b>42</b>	<b>65</b>	<b>55</b>
Tercer grado	A	40	11	14	15	22	20
	B	40	13	15	14	21	17
	C	40	14	12	13	22	18
	<b>Sub total</b>	<b>120</b>	<b>38</b>	<b>40</b>	<b>42</b>	<b>65</b>	<b>55</b>
Cuarto grado	A	40	11	14	15	22	20
	B	40	13	15	14	21	17
	C	40	14	12	13	22	18
	<b>Sub total</b>	<b>120</b>	<b>38</b>	<b>40</b>	<b>42</b>	<b>65</b>	<b>55</b>
Quinto grado	A	40	11	14	15	22	20
	B	40	13	15	14	21	17
	C	40	14	12	13	22	18
	<b>Sub total</b>	<b>120</b>	<b>38</b>	<b>40</b>	<b>42</b>	<b>65</b>	<b>55</b>
	<b>TOTAL</b>	<b>600</b>	<b>190</b>	<b>200</b>	<b>210</b>	<b>325</b>	<b>275</b>

Fuente. Nomina de matricula

### 3.2.2. MUESTRA

Según Arias et al (2016), este autor nos da como definición que la muestra es un subgrupo de la población interesada sobre el cual se recogerán datos, y que previamente debe definirse y delimitarse con precisión, además de tener que ser representativo del grupo más grande.

Para para determinar el tamaño de la muestra en poblaciones conocida y finitas. Deberá usarse a través de la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{e^2 (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

**Donde:**

N = 600 estudiantes.

Z = 1,96, constante según el nivel de confianza del 95%.

$p = 50\%$  probabilidad de que ocurra el evento

$q = 50\%$  probabilidad de que no ocurra el evento

$e^2 = 5\%$  error de precisión

**Aplicando la fórmula se tiene:**

$$n = \frac{(1,96)^2(0,50)(0,50)(600)}{(0,05)^2(599) + (1,96)^2(0,50)(0,50)}$$

$$n = \frac{(3,84)(0,25)(600)}{(0,0025)(559) + (3,84)(0,25)}$$

$$n = \frac{586,24}{1,49 + 0,6}$$

$$n = \frac{586,24}{2,09} = 280,49$$

$$n = 280$$

La muestra estará conformada por 280 estudiantes de la Institución Túpac Amaru.

Muestreo:

**El tipo de muestreo,** será probabilístico, aleatorio estratificado.

El cálculo del factor de proporción por aula será:

$$f = n/N$$

$$f = 280/600$$

$$f = 0,20$$

La distribución del tamaño de la muestra será como sigue:

**Tabla 2**

Muestreo de estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II, de la Provincia de Pachitea

Grado	Sección	Número de alumnos	Estrato por aula	Muestra estratificada	Sexo	
					M	F
1	"A, B Y C"	56	280 x 0,20	56	30	26
2	"A, B Y C"	56	280 x 0,20	56	30	26
3	"A, B Y C"	56	280 x 0,20	56	30	26
4	"A, B Y C"	56	280 x 0,20	56	29	27
5	"A, B Y C"	56	280 x 0,20	56	29	27
<b>Total</b>		<b>280</b>		<b>280</b>	<b>148</b>	<b>132</b>

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

#### 3.3.1. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

**Tabla 3**

Técnicas Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff

Técnica	Instrumentos
<b>Psicometría</b>	Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff

**Psicométrica:** Es la disciplina que se encarga del conjunto de métodos, técnicas y teorías implicadas en medir y cuantificar las variables psicológicas del psiquismo humano, además de ser considerada como una rama de la psicología experimental encargada de dar valor numérico a los procesos psicológicos y las capacidades cognitivas.

#### 3.3.2. INSTRUMENTO DE DATOS

Se trata de una de las técnicas más utilizadas para la recolección de datos en investigaciones, ya que permite acceder a un amplio número de participantes. Además, facilita el análisis de aspectos vinculados al planteamiento del problema, incluyendo ideas específicas y creencias que el investigador busca explorar o contrastar (Candil, 2015).

**Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff.** Instrumento que permitirá evaluar el nivel de bienestar psicológico de los estudiantes. El cuestionario consta de 39 ítems con 6 alternativas de respuesta que va desde 1= totalmente en desacuerdo a 6=totalmente de acuerdo. Se encuentra agrupado en 6 dimensiones: La autoceptación (6 ítems), relaciones positivas (6 ítems), autonomía (7 ítems), dominio del entorno (6 ítems), propósito de la vida (6 ítems) y crecimiento personal (7 ítems). Puede evaluarse a nivel individual o grupal. El tiempo promedio del llenado del cuestionario es de 15 a 20 minutos. La categoría de evaluación final será:

Alto: 205-233

Normal alto: 181-204

Normal: 172-180

Normal bajo: 164-171

Bajo: 0-163

### **Ficha Técnica.**

- ❖ Nombre del instrumento: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff.
- ❖ Autora: Carol Ryff.
- ❖ Año de elaboración: 1995.
- ❖ Versión adaptada y validada por: Madelinne Pérez Basilio (2017, Perú).
- ❖ País de origen: Estados Unidos.
- ❖ Propósito: Evaluar el grado de bienestar psicológico de las personas a través de una escala estructurada.

❖ Población a la que se aplica: Jóvenes y adultos de ambos géneros que cuenten con el nivel educativo suficiente para comprender las instrucciones y los ítems del cuestionario.

❖ Forma de aplicación: Puede administrarse de manera individual o grupal.

❖ Tiempo de aplicación : 20 min. aprox

❖ - Total de ítems : 39

❖ - Dimensiones : Son las siguientes

1. Auto aceptación tiene 7 ítems.

2. Relaciones Positivas tiene 6 ítems.

3. Autonomía tiene 4 ítems.

4. Dominio del Entorno tiene 6 ítem

5. Propósito en la vida tiene 8 ítems

6. Crecimiento personal tiene 4 ítems.

- Calificación : sus niveles son los siguientes

Alto

Normal alto

Normal

Normal bajo

Bajo

- Validez: Para la validez del constructo, se estableció la correlación ítem- escala, siendo la mayor correlación de 0.710.

-Confiabilidad: La confiabilidad de la escala se obtuvo por medio del cálculo del coeficiente de Alpha de Cronbach por consistencia

interna en la que se obtuvo el resultado de los coeficientes 0.907 que indican un alto nivel de consistencia.

**Tabla 4**  
*ítem- escala, siendo la mayor correlación*

Nombres y Apellidos	Institución	Porcentaje
Mg. Felix Dulio Sobrado Chavez	Psicólogo particular	90%
Mg. Julita Fernández-Davila Alfaro	Ministerio Público – UDAVIT	87.5%
Mg. Noelia Ramírez Contreras	Instituto de medicina legal – Tingo Maria	87.5%

Fuente. validación de expertos

### **3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN**

#### **3.4.1. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO DE DATOS**

Los datos se recolectaron siguiendo el procedimiento establecido del diseño pretest y post test en un único grupo:

- Gestiones para la ejecución del estudio: Permiso y solicitudes para la recolección de datos.
- Estadística descriptiva: Este tipo de análisis permite representar y describir las características de una muestra o población en función de variables específicas y sus dimensiones. A través de ella, es posible obtener diversos indicadores o medidas que se ajustan a los propósitos definidos en la investigación.

##### **3.4.1. Plan de tabulación**

**Diagrama de Barras:** también llamado gráfico de columnas es una de las formas para representar de manera gráfica un grupo de valores o datos. Está formado por gráficos rectangulares con longitudes que corresponden a los valores que representa. Los gráficos de barras se utilizan para la comparación de dos o más valores. Las barras se pueden orientar horizontal o verticalmente. Esto permitirá visualizar y/o ilustrar gráficamente los resultados de las variables de gestión administrativa y posicionamiento de marca.

**Cuadros estadísticos:** Una representación gráfica de las diversas situaciones que se presentan diariamente es un cuadro estadístico. Es una forma metódica de comprender los patrones de nuestra forma de ser y vivir. En un cuadro estadístico, se puede identificar como muchas variables se desea; en este caso, se relacionará el posicionamiento y la gestión administrativa.

### **3.4.2. PRUEBAS ESTADÍSTICAS**

Estos permiten establecer conclusiones acerca de la estructura de una muestra o de una colección de datos.

Una prueba estadística para una variable, se debe considerar el diseño de la investigación, el número de mediciones y la escala de medición de las variables, esta se define por la categoría más alta, media o baja que puede alcanzar.

## CAPITULO IV

## RESULTADOS

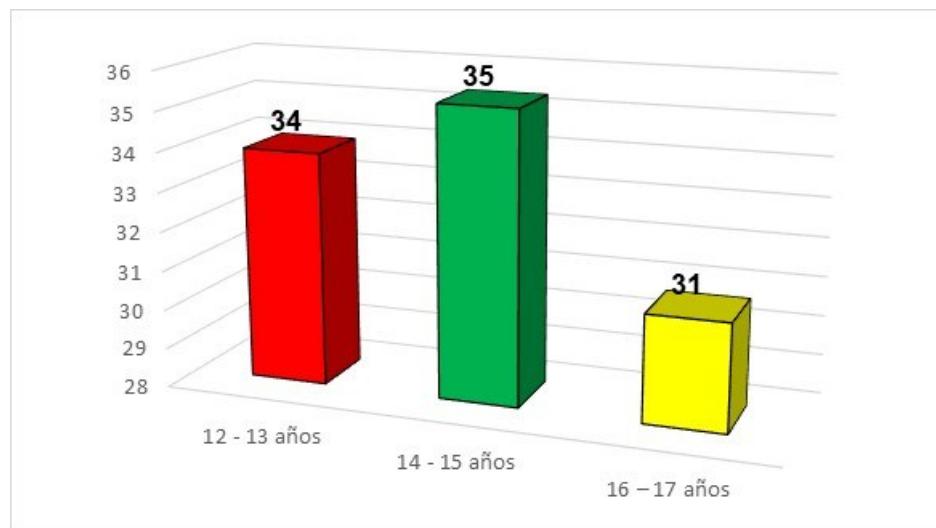
### 4.1. RESULTADOS SOCIODEMOGRÁFICOS

**Tabla 5**

*Participación de la población de estudiantes de secundaria de la Institución Túpac Amaru según edades*

Edad	f	%
12 - 13 años	95	34
14 - 15 años	99	35
16 – 17 años	86	31
Total	280	100

*Fuente.* Escala de Bienestar Psicológico de Ryff



*Fuente.* Tabla 5

**Figura 1**

*Participación de la población de estudiantes de secundaria de la Institución Túpac Amaru según edades*

#### Interpretación:

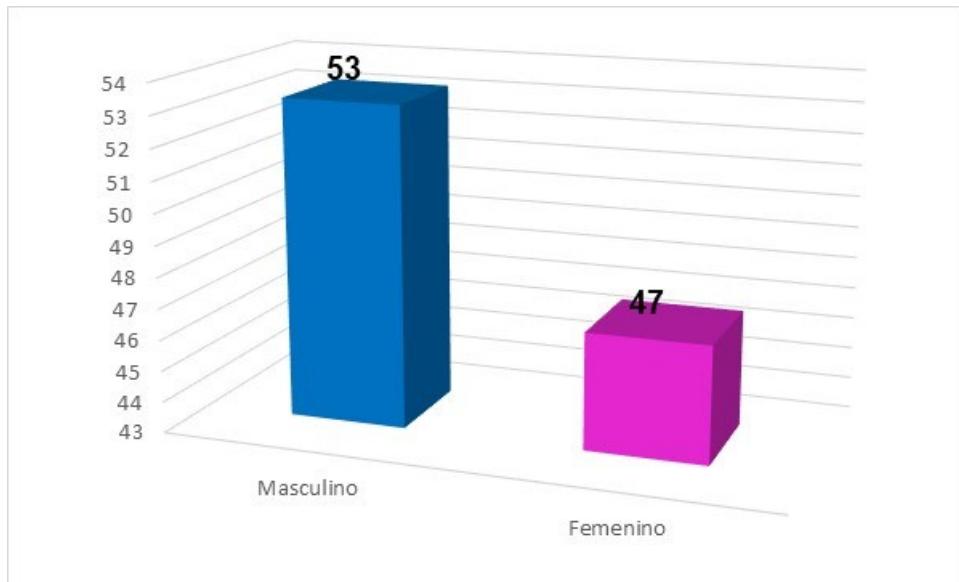
Según lo observado en la tabla 5, figura 1 se explica que las edades con mayor participación dentro de la investigación de un total de 280 estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024, se encuentran en su mayoría con un intervalo de edades de 14 a 15 años con un 35%, mientras que en una proporción menor se encuentran los estudiantes con una edad que abarca entre los 16 a 17 años con un 32%.

**Tabla 6**

*Participación de la población de estudiantes de secundaria de la Institución Túpac Amaru según sexo*

Sexo	F	%
Masculino	148	53
Femenino	132	47
Total	280	100

*Fuente.* Escala de Bienestar Psicológico de Ryff



*Fuente:* Tabla 6

**Figura 2**

*Participación de la población de estudiantes de secundaria de la Institución Túpac Amaru según sexo*

### Interpretación:

Según lo observado en la tabla 6, figura 2 se explica que según el sexo la mayor participación dentro de la investigación de un total de 280 estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024, son en su mayoría estudiantes de género masculino 53%, mientras que en una proporción menor se encuentran los estudiantes de género femenino con un total del 47%.

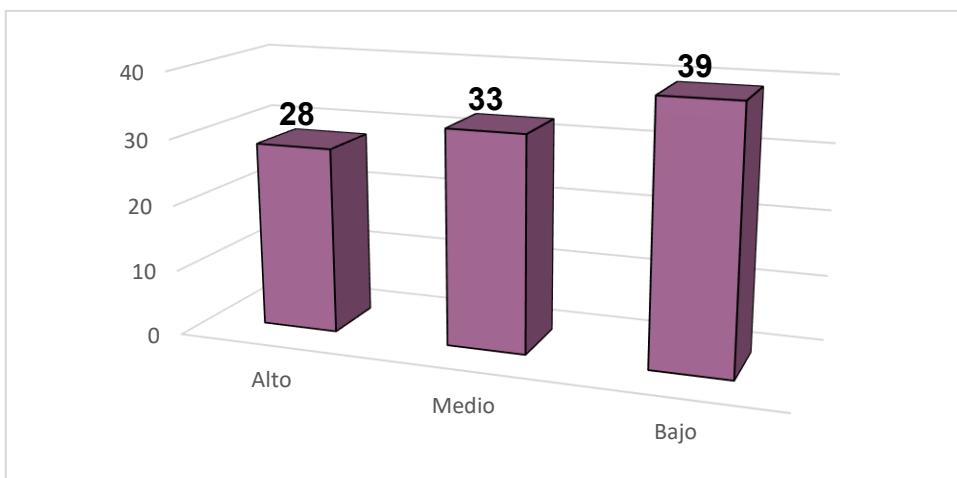
## 4.2. RESULTADOS DESCRIPTIVOS

**Tabla 7**

*Nivel de la variable bienestar psicológico*

Bienestar psicológico	F	%
Alto	79	28
Medio	91	33
Bajo	110	39
Total	280	100

*Fuente.* Escala de Bienestar Psicológico de Ryff



*Fuente.* Tabla 7

**Figura 3**

*Nivel de la variable bienestar psicológico*

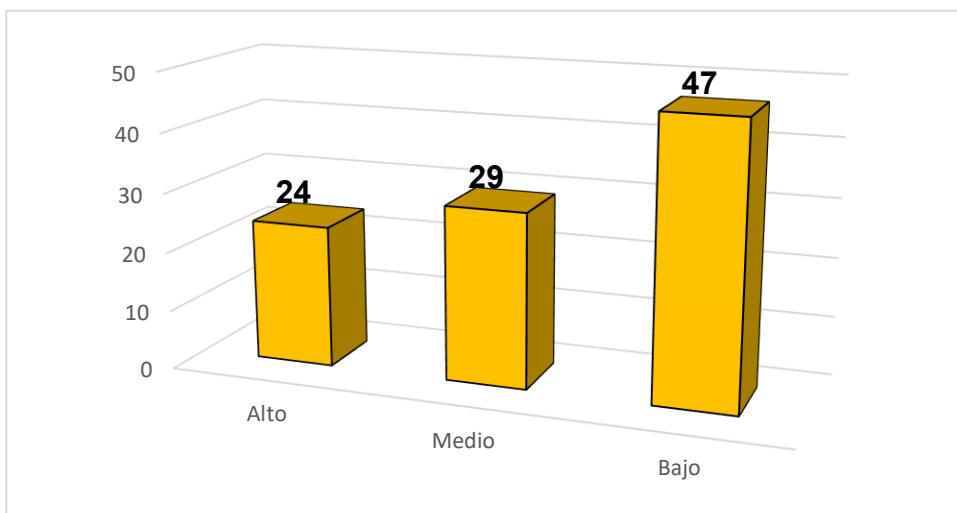
### Interpretación:

Según lo observado en la tabla 7, figura 3 se explica que según la mayor participación dentro de la investigación de un total de 280 estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024, en la mayor parte tienen un nivel bajo, el cual abarca el 39% de la población, la cual se caracteriza por no tener la capacidad de equilibrio y armonía mental en la que una persona se siente en paz consigo misma, mientras que la otra parte restante de la población tiene un 28% el cual se encuentra en un nivel alto. Es por ello entonces que según los resultados obtenidos se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, en la cual predomina un nivel que no es alto con un total de 39% (110) estudiantes.

**Tabla 8**  
*Nivel de la dimensión Autoaceptación*

Autoaceptación	F	%
Alto	68	24
Medio	81	29
Bajo	131	47
Total	280	100

*Fuente.* Escala de Bienestar Psicológico de Ryff



*Fuente.* Tabla 8

**Figura 4**  
*Nivel de la dimensión Autoaceptación*

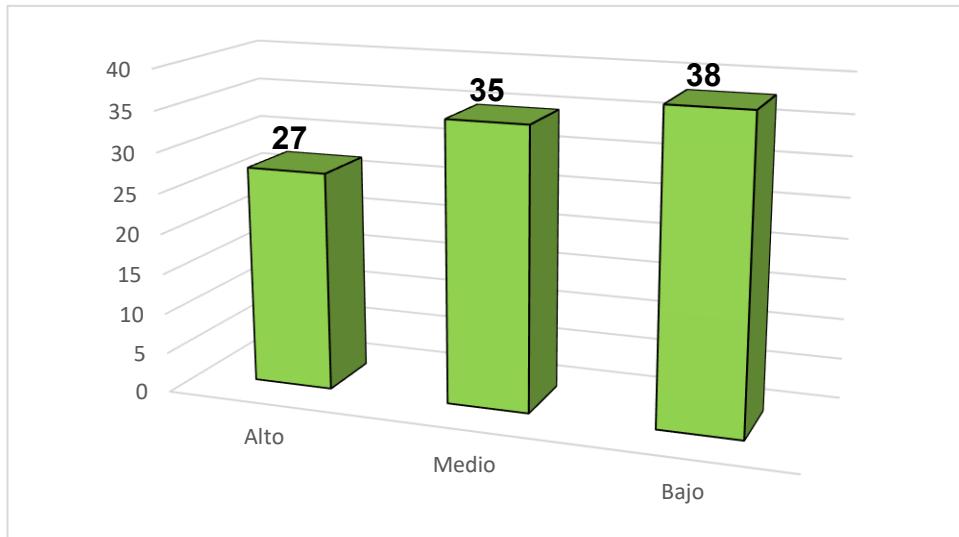
### Interpretación:

Según lo observado en la tabla 8, figura 4 se explica que según la mayor participación dentro de la investigación de un total de 280 estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024, en la dimensión autoaceptación en la mayor parte tienen un nivel bajo, el cual abarca el 47% de la población, la cual se caracteriza ahora por no tener la capacidad de reconocer o valorar quien es su totalidad la persona, incluyendo el no reconocimiento de pensamientos y emociones, mientras que la otra parte restante de la población tiene un 24% el cual se encuentra dentro de un nivel alto. Es por ello entonces que según los resultados obtenidos se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, en la cual predomina un nivel que no es alto con un total de 47% (131) estudiantes.

**Tabla 9***Nivel de la dimensión Autodominio*

Autodominio	f	%
Alto	76	27
Medio	97	35
Bajo	107	38
Total	280	100

Fuente: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff



Fuente. Tabla 9

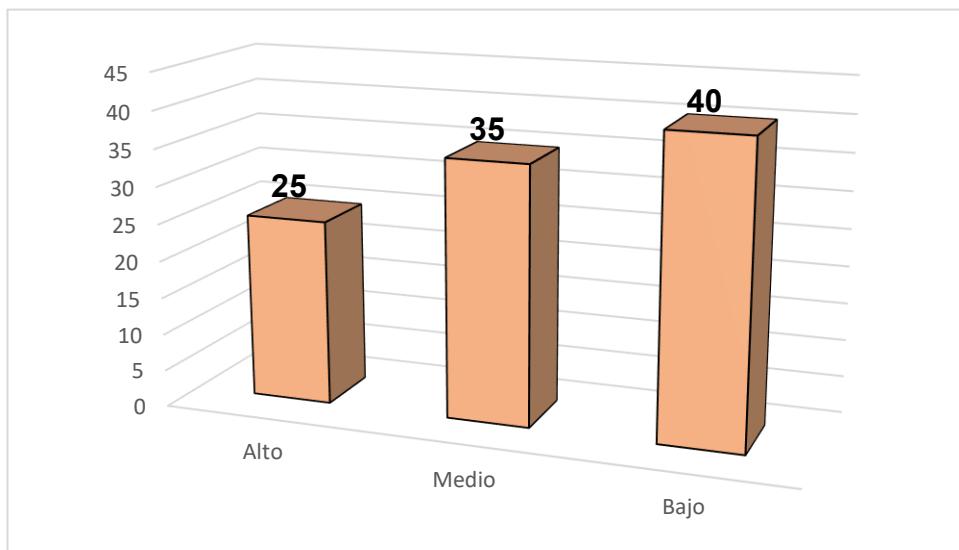
**Figura 5***Nivel de la dimensión Autodominio***Interpretación:**

Según lo observado en la tabla 9, figura 5 se explica que según la mayor participación dentro de la investigación de un total de 280 estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024, en la dimensión autodominio en la mayor parte tienen un nivel bajo, el cual abarca el 38% de la población, la cual se caracteriza por no tener un control preponderante en la regulación de sus emociones, pensamientos y comportamientos o la respuesta ante algún estímulo, mientras que la otra parte restante de la población tiene un 27% el cual se encuentra dentro de un nivel alto. Es por ello entonces que según los resultados obtenidos se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, en la cual predomina un nivel que no es alto con un total de 38% (107) estudiantes.

**Tabla 10**  
*Nivel de la dimensión dominio del entorno*

Dominio del entorno	f	%
Alto	70	25
Medio	99	35
Bajo	111	40
Total	280	100

Fuente. Escala de Bienestar Psicológico de Ryff



Fuente. Tabla 10

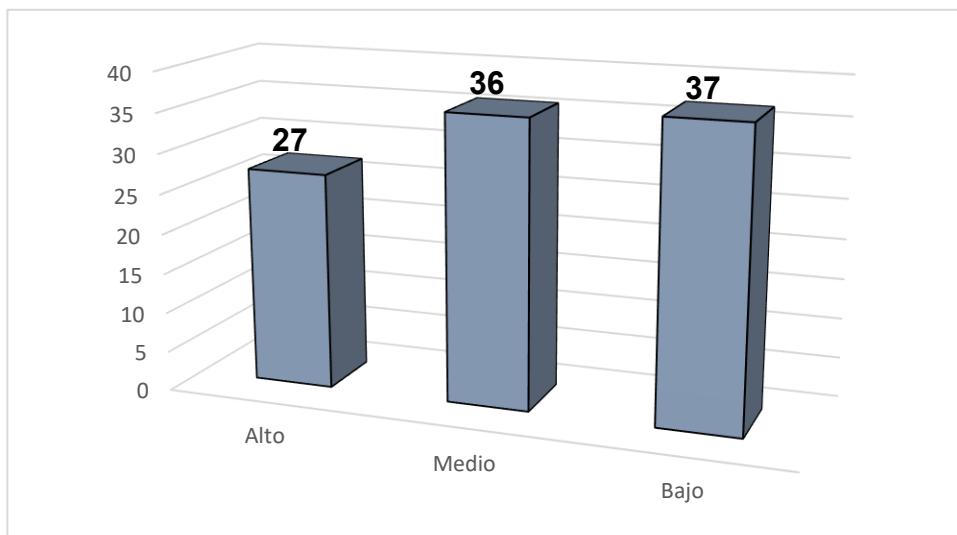
**Figura 6**  
*Nivel de la dimensión dominio del entorno*

#### Interpretación:

Según lo observado en la tabla 10, figura 6 se explica que según la mayor participación dentro de la investigación de un total de 280 estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024, en la dimensión dominio del entorno en la mayor parte tienen un nivel bajo, el cual abarca el 40% de la población, la cual se caracteriza por no poseer la habilidad de manejar de manera eficaz las demandas y oportunidades del entorno físico que nos rodea, mientras que la otra parte restante de la población tiene un 25% el cual se encuentra dentro de un nivel alto. Es por ello entonces que según los resultados obtenidos se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, en la cual predomina un nivel que no es alto con un total de 40% (111) estudiantes.

**Tabla 11***Nivel de la dimensión propósito de la vida*

Propósito de la vida	F	%
Alto	76	27
Medio	100	36
Bajo	104	37
Total	280	100

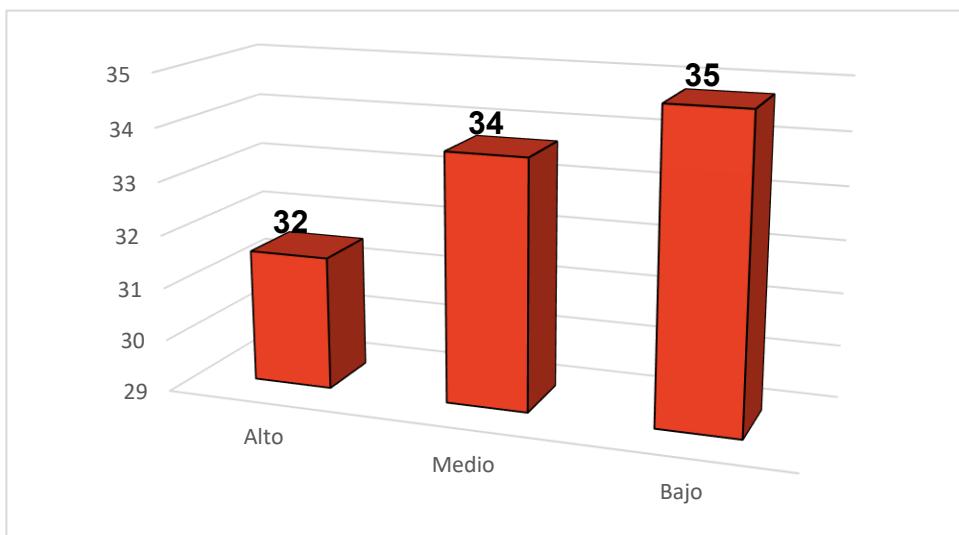
*Fuente:* Escala de Bienestar Psicológico de Ryff*Fuente.* Tabla 11**Figura 7***Nivel de la dimensión propósito de la vida***Interpretación:**

Según lo observado en la tabla 11, figura 7 se explica que según la mayor participación dentro de la investigación de un total de 280 estudiantes de secundaria de la institución educativa Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024, en la dimensión propósito de la vida en la mayor parte tienen un nivel bajo, el cual abarca el 37% de la población, la cual se caracteriza por la ausencia de metas claras en cuanto a lo personal, académico o profesional, encontrándose poco motivado y desenfocado, mientras que la otra parte restante de la población tiene un 27% el cual se encuentra dentro de un nivel alto. Es por ello entonces que según los resultados obtenidos se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, en la cual predomina un nivel que no es alto con un total de 37% (104) estudiantes.

**Tabla 12**  
*Nivel de la dimensión crecimiento personal*

Crecimiento personal	F	%
Alto	89	32
Medio	94	34
Bajo	97	35
Total	280	100

*Fuente.* Escala de Bienestar Psicológico de Ryff



*Fuente.* Tabla 12

**Figura 8**  
*Nivel de la dimensión crecimiento personal*

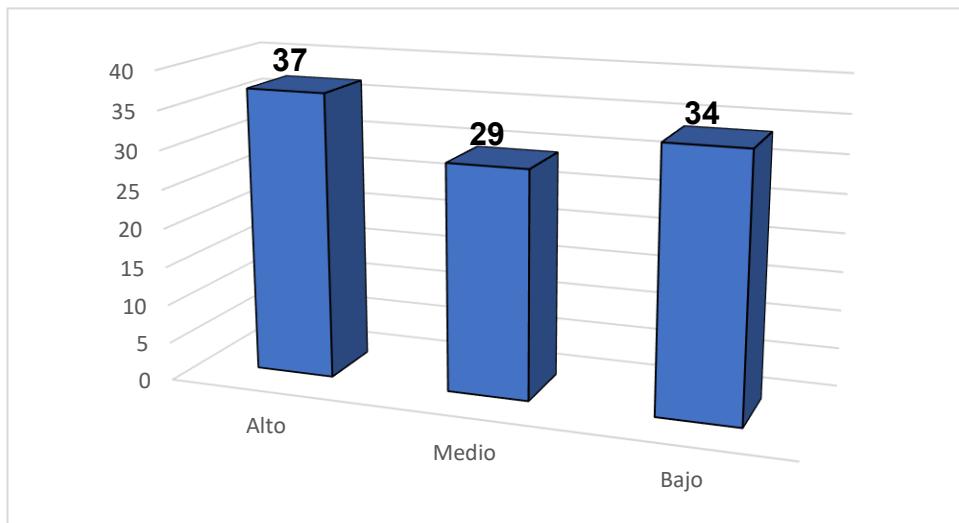
#### Interpretación:

Según lo observado en la tabla 12, figura 8 se explica que según la mayor participación dentro de la investigación de un total de 280 estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024, en la dimensión crecimiento personal en la mayor parte tienen un nivel bajo, el cual abarca el 35% de la población, la cual se caracteriza por no encontrarse con la capacidad de automejorar en distintos aspectos de la vida, ya que hay temor de salir de la zona de confort, mientras que la otra parte restante de la población tiene un 32% el cual se encuentra dentro de un nivel alto. Es por ello entonces que según los resultados obtenidos se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, en la cual predomina un nivel que no es alto con un total de 35% (97) estudiantes.

**Tabla 13**  
*Nivel de la dimensión relaciones positivas*

Relaciones positivas	f	%
Alto	104	37
Medio	81	29
Bajo	95	34
Total	280	100

Fuente. Escala de Bienestar Psicológico de Ryff



**Figura 9**  
*Nivel de la dimensión relaciones positivas*

#### Interpretación:

Según lo observado en la tabla 13, figura 9 se explica que según la mayor participación dentro de la investigación de un total de 280 estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024, en la dimensión relaciones positivas en la mayor parte tienen un nivel alto, el cual abarca el 37% de la población, la cual se caracteriza por el desarrollo de la capacidad de tener o forzar vínculos sanos en cuanto a las interacciones con beneficios significativos que impactan en el desarrollo del estudiante, mientras que la otra parte restante de la población tiene un 29% el cual se encuentra dentro de un nivel medio. Es por ello entonces que según los resultados obtenidos negamos la hipótesis y se comprueba la hipótesis alterna nula al observar un nivel alto con un total de 37% (104) estudiantes.

## 4.3. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

### 4.3.1. HIPÓTESIS GENERAL

- $H_0$ : No es alto el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.
- $H_a$ : Existe un alto nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Tabla 14**  
*Nivel de bienestar Psicológico*

<b>Nivel de bienestar Psicológico</b>	<b>Observado (O)</b>	<b>Esperado (E)</b>	<b>(O-E)² / E</b>
Alto	79	93.3	2.19
Medio	91	93.3	0.06
Bajo	110	93.3	2.99
Total	280	280	5.24

#### **Interpretación:**

Según los resultados que se presentaron en la tabla 14, no se rechaza la hipótesis nula. Esto significa que no existen diferencias estadísticamente significativas que permitan afirmar que el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes es alto. En la práctica, los resultados muestran que la mayoría se encuentra en niveles medio (33%) y bajo (39%), mientras que solo un 28% alcanza un nivel alto. Por ello, se concluye que el bienestar psicológico de los estudiantes no es predominantemente elevado, sino más bien intermedio o deficitario.

#### ➤ **Hipótesis Específica 1:**

- $H_{01}$ : No es alto el nivel de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.
- $H_{a1}$ : Existe un alto nivel de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Tabla 15**  
*Nivel de autoaceptación*

Nivel de autoaceptación	Observado (O)	Esperado (E)	(O-E)2 / E
Alto	72	93.3	4.86
Medio	85	93.3	0.74
Bajo	123	93.3	9.51
Total	280	280	15.11

### **Interpretación:**

Según los resultados que se presentaron en la tabla 15, se rechaza la hipótesis nula. Esto indica que existen diferencias significativas entre lo observado y lo esperado. Sin embargo, los resultados muestran que la mayor parte de los estudiantes se encuentra en el nivel bajo (44%), seguido del medio (30%), mientras que solo el 26% alcanza un nivel alto. Por lo tanto, aunque estadísticamente la diferencia es significativa, la conclusión práctica es que la autoaceptación no es elevada, sino más bien baja en la mayoría de los estudiantes.

### **➤ Hipótesis Específica 2**

- **Ho2:** No es alto el nivel de autodominio en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.
- **Ha2:** Existe un alto nivel de autodominio en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Tabla 16**  
*Nivel de autodominio*

Nivel de autodominio	Observado (O)	Esperado (E)	(O-E)2 / E
Alto	68	93.3	7.23
Medio	94	93.3	0.01
Bajo	118	93.3	6.56
Total	280	280	13.80

### **Interpretación:**

Según los resultados que se presentaron en la tabla 16, se rechaza la hipótesis nula. Esto evidencia diferencias significativas en el nivel de autodominio. Los datos reflejan que el nivel que predomina es el bajo

(42%), seguido del medio (34%), mientras que solo el 24% alcanza un nivel alto. En consecuencia, aunque estadísticamente se confirma una diferencia, el hallazgo práctico es que el autodomínio de los estudiantes es bajo, lo que indica dificultades para controlar impulsos y emociones.

#### ➤ **Hipótesis Específica 3**

**Ho3:** No es alto el nivel de dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Ha3:** Existe un alto nivel de dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Tabla 17**  
*Nivel de dominio del entorno*

<b>Nivel de dominio del entorno</b>	<b>Observado (O)</b>	<b>Esperado (E)</b>	<b>(O-E)2 / E</b>
Alto	74	93.3	3.76
Medio	86	93.3	0.57
Bajo	120	93.3	7.57
Total	280	280	11.90

#### **Interpretación:**

Según los resultados que se presentaron en la tabla 17, se rechaza la hipótesis nula. Los resultados muestran que la mayoría se encuentra en el nivel bajo (43%), seguido del medio (31%), mientras que solo el 26% está en un nivel alto. Esto evidencia que el dominio del entorno es limitado, reflejando dificultades para enfrentar eficazmente las demandas externas y adaptarse a su contexto social y académico.

#### ➤ **Hipótesis Específica 4**

- **Ho4:** No es alto el nivel de propósito de la vida en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.
- **Ha4:** Existe un alto nivel de propósito de la vida en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Tabla 18**  
*Nivel de propósito de vida*

Nivel de propósito de vida	Observado (O)	Esperado (E)	(O-E)2 / E
Alto	70	93.3	5.81
Medio	88	93.3	0.30
Bajo	122	93.3	8.70
Total	280	280	14.81

### **Interpretación:**

Según los resultados que se presentaron en la tabla 18, se rechaza la hipótesis nula. Esto significa que existen diferencias significativas en los niveles de propósito de vida. En la práctica, el nivel predominante es el bajo (44%), seguido del medio (31%), mientras que solo un 25% alcanza un nivel alto. Esto revela que los estudiantes carecen de un propósito de vida definido, lo que puede afectar su motivación personal y académica.

### **➤ Hipótesis Específica 5**

- **Ho5:** No es alto el nivel de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.
- **Ha5:** Existe un alto nivel de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Tabla 19**  
*Nivel de crecimiento personal*

Nivel de crecimiento personal	Observado (O)	Esperado (E)	(O-E)2 / E
Alto	73	93.3	4.43
Medio	90	93.3	0.12
Bajo	117	93.3	6.02
Total	280	280	10.57

### **Interpretación:**

Según los resultados que se presentaron en la tabla 19, se rechaza la hipótesis nula. Los resultados muestran que el nivel predominante es el bajo (42%), seguido del medio (32%), mientras que solo un 26% presenta un nivel alto. Esto evidencia que el crecimiento personal es insuficiente, limitando el desarrollo de habilidades, motivación y la percepción de progreso en los estudiantes.

### **➤ Hipótesis Específica 6**

- **Ho6:** No es alto el nivel de relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.
- **Ha6:** Existe un alto nivel de relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco 2024.

**Tabla 20**  
*Nivel de relaciones positivas*

<b>Nivel de relaciones positivas</b>	<b>Observado (O)</b>	<b>Esperado (E)</b>	<b>(O-E)² / E</b>
Alto	69	93.3	6.35
Medio	89	93.3	0.20
Bajo	122	93.3	8.70
Total	280	280	15.25

### **Interpretación:**

Según los resultados que se presentaron en la tabla 20, se rechaza la hipótesis nula. Los resultados muestran que el nivel bajo (44%) predomina, seguido del medio (32%) y finalmente el nivel alto (24%). Esto revela que las relaciones positivas no son una fortaleza en los estudiantes, lo que puede reflejar dificultades en la calidad de los vínculos sociales y afectivos.

## **CAPITULO V**

### **DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

Durante la ejecución de esta investigación se propuso como objetivo, determinar el nivel del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la Institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. Según los resultados obtenidos luego de la aplicación del instrumento fueron que el 39% de la población se encuentran en niveles bajos, por lo cual entonces que según los resultados obtenidos se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, los resultados obtenidos en este estudio guardan similitud con los hallazgos de Bermeo y Coronel (2024), quienes concluyen que los docentes presentan una percepción favorable respecto a su bienestar, destacando la influencia de factores sociodemográficos y laborales. Esta conclusión se alinea con la propuesta teórica de Ryff (1995), quien plantea que el bienestar psicológico está vinculado al desarrollo de potencial de los humanos, característico de quienes poseen un sentido claro de propósito vital, la capacidad de avanzar hacia sus metas y de establecer vínculos de confianza con los demás.

Durante la ejecución de este estudio se propuso como objetivo específico 1, identificar el nivel de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. Los resultados obtenidos luego de la aplicación del instrumento fueron que el 47% de la población se encuentran en niveles bajos, por lo cual entonces que según los resultados obtenidos se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, al comparar estos resultados vemos que son similares a los obtenidos por Delgado y Tejeda (2020), el cual concluye que el 39% de la población se encuentra dentro de los parámetros aceptables en la cual incide una favorable idea de bienestar, a la que podría estar expuesto el adolescente universitario que influya en su rendimiento académico. Esto coincide con la definición de Rodríguez y Berrios (2012), el cual se refiere a la capacidad de integrar los eventos del pasado sean favorables o desfavorables como parte de la propia historia, sin oponer resistencia, permitiendo que se conviertan en elementos significativos dentro del recorrido vital.

Durante la ejecución de este estudio se propuso como objetivo específico 2, definir el nivel de autodomínio en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. Los resultados obtenidos luego de la aplicación del instrumento fueron que el 38% de la población se encuentran en niveles bajos, por lo cual entonces que se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, estos resultados encontrados son similares a los obtenidos por Aylas y Pive (2022), el cual concluye que un 32% se ubican en el nivel bajo de bienestar psicológico. Esto coincide con la definición de Rodríguez y Berrios (2012), el cual se entiende como la habilidad que tiene una persona para actuar de manera independiente dentro del entorno social, tomando decisiones propias y gestionando su comportamiento sin depender de otros.

Durante la ejecución de esta investigación se propuso como objetivo específico 3, describir el nivel del dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. Los resultados obtenidos luego de la aplicación del instrumento fueron que el 40% de la población se encuentran en niveles bajos, por lo cual entonces que se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, estos hallazgos encontrados se asemejan a los obtenidos por Bustios y Cerquin (2021), el cual concluye que se encuentran situados en un 35% localizados en un nivel bajo. Esto coincide con la definición de Rodríguez y Berrios (2012), el cual se refiere a la capacidad del individuo para interactuar con su entorno de manera efectiva, adaptándolo a sus necesidades de forma que favorezca su desarrollo y promueva su crecimiento personal.

Durante la ejecución de esta investigación se propuso como objetivo específico 4, identificar el nivel de propósito de la vida en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. Los resultados obtenidos luego de la aplicación del instrumento fueron que el 37% de la población se encuentran en niveles bajos, por lo cual entonces que se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, estos resultados encontrados son similares a los obtenidos por Rojas (2021), el cual concluye que los subdimensiones del bienestar psicológico se encuentran en un nivel

bajo con un 41% de la población en la cual no son capaces de encontrar un nivel de satisfacción emocional por sí mismos. Esto coincide con la definición de Rodríguez y Berrios (2012), el cual hace referencia a los propósitos que una persona se ha propuesto a lo largo de su vida, junto con la motivación y el compromiso necesarios para alcanzar cada una de sus metas personales.

Durante la ejecución de este estudio se propuso como objetivo específico 5, describir el nivel de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. Los resultados obtenidos luego de la aplicación del instrumento fueron que el 35% de la población se encuentran en niveles bajos, por lo cual entonces que se refuta la hipótesis alterna y se comprueba la hipótesis nula, estos resultados encontrados son diferentes a los obtenidos por Rivera (2022), el cual concluye que el equivalente al 86% de estudiantes predomina el nivel alto. Esto coincide con la definición de Rodríguez y Berrios (2012), el cual Se refiere al impulso que motiva a la persona a desarrollar al máximo sus capacidades, fomentando el reconocimiento y la puesta en práctica de sus habilidades y talentos. Este proceso la orienta hacia la búsqueda constante de oportunidades que le permitan avanzar y sostener un crecimiento personal continuo.

Durante la ejecución de este estudio se propuso como objetivo específico 6, descubrir el nivel de las relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. Los resultados obtenidos luego de la aplicación del instrumento fueron que el 37% de la población se encuentran en un nivel alto, es por ello entonces que se refuta la hipótesis nula y se comprueba la hipótesis alterna, los resultados obtenidos guardan similitud con los hallazgos reportados por Santiago (2019). Al concluir el estudio, se identificó un coeficiente de correlación de  $r = 0.598$ , lo que permite afirmar que existe una correlación significativa entre el bienestar psicológico y el desempeño docente. Esto coincide con la definición de Rodríguez y Berrios (2012), el cual indica que está enfocada en la relevancia de las relaciones interpersonales y en que estas se den de la manera óptima.

## CONCLUSIONES

- Se concluye que el 39% de la población se encuentran en un nivel bajo de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru, se caracteriza por no tener la capacidad de equilibrio y armonía mental en la que una persona se siente en paz consigo misma.
- Se concluye que el 47% de la población se encuentran en un nivel bajo de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru, se caracteriza ahora por no tener la capacidad de reconocer o valorar quien es su totalidad la persona, incluyendo el no reconocimiento de pensamientos y emociones.
- Se concluye que el 38% de la población se encuentran en un nivel bajo de autodominio en estudiantes de secundaria de la institución educativa Túpac Amaru, se caracteriza por no tener un control preponderante en la regulación de sus emociones, pensamientos y comportamientos o la respuesta ante algún estímulo.
- Se concluye que el 40% de la población se encuentran en un nivel bajo del dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru, se caracteriza por no poseer la habilidad de manejar de manera eficaz las demandas y oportunidades del entorno físico que nos rodea.
- Se concluye que el 37% de la población se encuentran en un nivel bajo de propósito de la vida en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru, se caracteriza por la ausencia de metas claras en cuanto a lo personal, académico o profesional, encontrándose poco motivado y desenfocado.
- Se concluye que el 35% de la población se encuentran en un nivel bajo de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru, se caracteriza por no encontrarse con la capacidad de automejorar en distintos aspectos de la vida, ya que hay temor de salir de la zona de confort.

- Se concluye que el 37% de la población se encuentran en un nivel alto de las relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru, se caracteriza por el desarrollo de la capacidad de tener o forzar vínculos sanos en cuanto a las interacciones con beneficios significativos que impactan en el desarrollo del estudiante.

## **RECOMENDACIONES**

### **A la institución educativa Túpac Amaru**

- Promover mediante el respeto, la empatía y escucha activa en toda la comunidad educativa mediante la programación de talleres y ferias de información.
- Implementar normas de convivencia en cada uno de los salones para considerar las normas claras y precisas para su ejecución.
- Crear programas de educación emocional, con el objetivo de elevar el nivel del bienestar psicológico.
- Apoyo constante en la salud mental de los docentes y personal administrativo para obtener un clima académico favorable al aprendizaje.

### **A la Universidad de Huánuco**

- Se recomienda a los estudiantes a planear o ejecutar diversas investigaciones de índole experimental y no experimental las cuales serán de mayor beneficio con el fin de incentivar la curiosidad para la investigación.
- Brindar a los estudiantes las facilidades necesarias para el acceso a diferentes instituciones tanto públicas y privadas, los cuales facilitaran un mejor trabajo, mediante las alianzas estratégicas.

### **A los estudiantes de psicología**

- Cumplir con la visión y misión promovidas por nuestra institución educativa, reconociendo la investigación como un eje fundamental en la formación profesional, con el propósito de generar propuestas innovadoras que contribuyan al bienestar y desarrollo de nuestra sociedad.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfaro, J., Casas, F., y López, V. (2015). Bienestar en la infancia y adolescencia. *Psicoperspectivas individuo y sociedad*, 14(1), 1-5.
- Arias J., Villasis Á., & Novales, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista alergia mexico*, 63(2), 201-206.
- Aylas L. y Pive P. (2023). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, de Huancayo, 2022.
- Bermeo K. y Coronel A. (2024) Bienestar Psicológico de los docentes de Educación Básica de dos Unidades Educativas del Cantón Cuenca 2023 - 2024 Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología
- Bustios. A., & Cerquin M. (2021). Cibervictimización y bienestar psicológico en adolescentes de Trujillo.
- Carlessi, H. y Meza, C. R. (2015). *Metodología y diseños en la investigación científica*. Business Support Aneth.
- Casullo, M. y Castro, A. (2001). Patrones de Personalidad, síndromes clínicos y bienestar psicológico en adolescentes. *Revista de psicopatologías y Psicología clínica*. 7(2), 24-29.
- Casullo, M. y Castro, A. (2001). Patrones de Personalidad, síndromes clínicos y bienestar psicológico en adolescentes. *Revista de psicopatologías y Psicología clínica*. 7(2), 24-29.
- Delgado, A., y Tejeda, M. (2020). Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios Latinoamericanos. *Facultad de Psicología, Universidad Cooperativa de Colombia-UCC, Proyecto de grado, Santa Marta, Colombia*.
- Esteban (2018). Tipos de investigación.
- Flores, Y. (2016). Funcionamiento familiar y su correlación en el desarrollo de conductas de riesgo en salud en adolescentes de la Institución Educativa Juana Moreno Huánuco – 2016. [Tesis de pregrado]. Universidad de Huánuco. Huánuco, Perú.
- García, C. y Parada, D. (2017). Construcción de Adolescencia: una

- concepción histórica y social inserta en las políticas públicas. Universidad Humanística. 85 (1), 347-373.
- Hernández R., & Mendoza, C. (2020). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.
- Hernández, L., Cargill, N. y Gutiérrez, G. (2012). Funcionalidad familiar y conducta de riesgo en estudiantes de nivel medio superior Jonuta, Tabasco. Salud en tabasco, 18(1), 14-24.
- Matalinares C., Díaz, A., Arenas, I. y Raymundo, V. (2017). Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. Revista de Investigación en Psicología. 19(2), 123-143
- Maximiliano L., Trujillo E., & Sifuentes F. (2019). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes del sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 33346 San Antonio de Warpoj, Pachitea 2018.
- Moreta, R., Gaibor, I., y Barrera, L. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. Salud & Sociedad, 8(2), 4-18.
- Organización Mundial de la Salud (2021, 17 de noviembre). Salud mental del adolescente. <https://bit.ly/2HmMq92>
- Pérez, A. y Reinoza, M. (2011). El educador y la familia disfuncional. Educere, 15(1), 629-634. Recuperado 20 de marzo del 2021 de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35622379009>
- Reig, P. y Garduño, E. (2005). Procesos cognoscitivos asociados a los constructos de calidad de vida y bienestar subjetivo. Salinas y H. M. Rojas (Eds.), Calidad de vida y bienestar subjetivo en México: Trillas.
- Rivera V. (2023). Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de la Facultad de psicología de la Universidad Estatal de Huánuco, 2022.
- Rodríguez, Y., y Berrios, A. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. Revista Griot, 5(1), 7-17.
- Rojas M. (2021). Clima organizacional y bienestar psicológico en docentes de una universidad privada de Lima Sur–2020.
- Ryff, C. (1995). Psicología. Revisión de la estructura del bienestar psicológico. Revista de personalidad y psicología social, 69 (1), 719-727.
- Salazar C. (2022). correlación entre bienestar psicológico y variables

demográficas en estudiantes de la carrera Psicología Clínica de la Universidad de Cuenca, período 2021

Santiago J. (2019). Bienestar psicológico y desempeño docente en la Institución Educativa Integrado Callagan, Pachitea 2019

Silva, R. (2018). Funcionamiento familiar, bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de segundo ciclo de dos Universidades de la ciudad de Cajamarca 2018. [Tesis de maestría]. Universidad Cayetano Heredia, Perú.

Victoria C. (2003). Consideraciones teóricas sobre el bienestar y la salud. Una revisión. Revista Habanera de Ciencias Médicas 7.

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

Justo Carrión, M. (2025). *Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru de Panao, Huánuco - 2024* [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco]. Repositorio Institucional UDH. <http://...>

## **ANEXOS**

## ANEXO 1

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	METODOLOGIA	TECNICAS E INSTRUMENTOS
<p><b>General:</b> ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024?</p> <p><b>Específicos:</b> ¿Cuál es el nivel de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024?</p> <p>¿Cuál es el nivel de autodominio en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024?</p> <p>¿Cuál es el nivel de dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.</p>	<p><b>General:</b> Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.</p> <p><b>Específicos:</b> Comprobar el nivel de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.</p> <p>Evidenciar el nivel de autodominio en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.</p> <p>Demostrar el nivel de dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.</p>	<p><b>General:</b> <b>Hi:</b> Es alto el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. <b>Ho:</b> Es bajo el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.</p> <p><b>Específicas:</b> Hi1: Es alto el nivel de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. H01: Es bajo el nivel de autoaceptación en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. Hi2: Es alto el nivel de autodominio en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. H02: Es bajo el nivel de autodominio en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. Hi3: Es alto el nivel de dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. H03: Es bajo el nivel de dominio del entorno en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.</p>	<p><b>TIPO DE INVESTIGACIÓN:</b> Desde el punto de vista del propósito el estudio será de tipo básico.</p> <p><b>ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN</b> Enfoque del estudio será cuantitativo.</p> <p><b>NIVEL DE INVESTIGACIÓN</b> Será de nivel descriptivo</p> <p><b>DISEÑO:</b> Descriptivo</p> <p>M ←————— O</p> <p><b>POBLACIÓN.</b> Estará conformada por 600 estudiantes de secundaria de la Institución Túpac Amaru .</p> <p><b>MUESTRA:</b></p>	<p><b>TÉCNICA:</b> PSICOMETRÍA</p> <p><b>INSTRUMENTO:</b> Escala de bienestar psicológico de Carol Ryff.</p> <p>La categoría de evaluación final será:</p> <p>Alto: 170-234 Normal:104-169 Bajo: 39-103</p>

Amaru Panao, Huánuco - 2024?	Evidenciar el nivel de propósito de la vida en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.	institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. H14: Es alto el nivel de propósito de la vida en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. H04: Es bajo el nivel de propósito de la vida en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.	La muestra estará conformada por 280 estudiantes del Colegio Túpac Amaru. <b>El tipo de muestreo</b> , será probabilístico, aleatorio estratificado
¿Cuál es el nivel de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024?	Comprobar el nivel de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.	Hi5: Es alto el nivel de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. H05: Es bajo el nivel de crecimiento personal en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.	
¿Cuál es el nivel de las relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024?	Demostrar el nivel de las relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.	Hi6: Es alto el nivel de las relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024. H06: Es bajo el nivel de las relaciones positivas en estudiantes de secundaria de la institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.	

## ANEXO 2

### INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

#### **ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CAROL RYFF**

Madelinne Pérez Basilio. (2017-Perú)

**Título:** Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de la Institución Túpac Amaru Panao, Huánuco - 2024.

**Instrucciones:** Estimado estudiante, te presentamos la escala de bienestar psicológico, donde debes marcar el número que te parece más adecuado para describirte.

Las repuestas son confidenciales.

#### **I. Datos generales:**

Edad: ..... Sexo: Femenino ( ) Masculino ( )

Grado y Sección de estudios: .....

#### **II. Opciones de respuesta**

- 1: Totalmente en Desacuerdo
- 2: En Desacuerdo
- 3: Medianamente en Desacuerdo
- 4: Medianamente de Acuerdo
- 5: De Acuerdo
- 6: Totalmente de Acuerdo

Nº	ITEMS	1	2	3	4	5	6
<b>AUTOACEPTACIÓN.</b>							
1.	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.						
2.	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.						
3.	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.						
4.	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.						
5.	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.						
6.	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.						

<b>AUTONOMÍA.</b>						
7.	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.					
8.	No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.					
9.	Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.					
10.	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.					
11.	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.					
12.	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.					
13.	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.					
14.	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.					
<b>DOMINIO DEL ENTORNO</b>						
15.	Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.					
16.	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.					
17.	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.					
18.	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.					
19.	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.					
20.	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.					
<b>PROPOSITO EN LA VIDA.</b>						
21.	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.					
22.	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.					
23.	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.					
24.	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.					
25.	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.					
26.	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.					
<b>RELACIONES POSITIVAS.</b>						
27.	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.					
28.	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.					

29.	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.					
30.	Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.					
31.	En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.					
32.	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.					
<b>CRECIMIENTO PERSONAL.</b>						
33.	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.					
34.	No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.					
35.	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.					
36.	Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.					
37.	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.					
38.	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.					
39.	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.					

### ANEXO 3

## VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

ANEXO 8.

#### VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: Mg. Félix Duco SOBRADO CHAVEZ.

PROFESIÓN: Psicólogo N° DE COLEGIATURA: 14238

INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: Psicólogo Particular.

CARGO QUE DESEMPENA: Psicólogo Jurídico

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO DE RYFF

Nº	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado			X	
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos			X	
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia			X	
5	Organicidad	Existe organización lógica			X	
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad			X	
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar			X	
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos			X	
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación			X	

4	Excelente (76% - 100%)	30-40
3	Bueno (51% - 75%)	22-32
2	Regular (26% - 50%)	11-21
1	Deficiente (01% - 25%)	00-10

35 ptos

RESULTADO: Aplicable  Aplicable después de corregir  No aplicable

Lugar y fecha: Huánuco, 03 DIC de 2024

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

## ANEXO 8.

## VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: Hg. Julia FERNANDEZ - Dávila ALFARO  
 PROFESIÓN: Psicóloga N° DE COLEGIATURA: 13369  
 INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: Ministerio Público - UDDAVIT.  
 CARGO QUE DESEMPENA: Psicóloga  
 NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

Nº	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado			X	
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos			X	
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia			X	
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación			X	
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación			X	

4	Excelente (76% - 100%)	30-40	35
3	Bueno (51% - 75%)	22-32	
2	Regular (26% - 50%)	11-21	
1	Deficiente (01% - 25%)	00-10	

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

Lugar y fecha: Huánuco, 02 diciembre de 2024



Mg. Julia Fernández Dávila Alfar  
PSICOLOGA C.R.P N° 13369

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

## ANEXO 8.

## VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: Noelia Rumíng Contreras  
 PROFESIÓN: Psicóloga N° DE COLEGIATURA: 13838  
 INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: Instituto de Medicina Legal - Tingo María.  
 CARGO QUE DESEMPENA: Psicóloga Perito  
 NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

Nº	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado	1	2	3 <input checked="" type="checkbox"/>	4
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos			<input checked="" type="checkbox"/>	
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables			<input checked="" type="checkbox"/>	
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia			<input checked="" type="checkbox"/>	
5	Organicidad	Existe organización lógica			<input checked="" type="checkbox"/>	
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad			<input checked="" type="checkbox"/>	
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar			<input checked="" type="checkbox"/>	
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos			<input checked="" type="checkbox"/>	
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación			<input checked="" type="checkbox"/>	
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación			<input checked="" type="checkbox"/>	

4	Excelente (76% - 100%)	30-40 <u>36</u>
3	Bueno (51% - 75%)	22-32
2	Regular (26% - 50%)	11-21
1	Deficiente (01% - 25%)	00-10

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

Lugar y fecha: Huánuco, 03 diciembre de 2024.



Noelia Rumíng Contreras  
C.P. 13838

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

## ANEXO 4

### PERMISO PARA REALIZAR LA INVESTIGACIÓN

*"Año del Bicentenario de la consolidación de nuestra Independencia y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"*

Panao, 05 de noviembre de 2024

**Sra. Carmen, ASCAÑO VALENCIA**

**Directora de la I. E. Tupac Amaru II de Panao**

Presente

De mi consideración:

Es grado dirigirme a Ud. para saludarle cordialmente y al mismo tiempo dirigirme a su persona con el objetivo de solicitarle la debida autorización para que mi persona Mayte Leticia, JUSTO CARRION, con DNI 70212135 bachiller en la carrera de Psicología de la Universidad de Huánuco pueda tener el debido permiso de usted para realizar el proyecto de Tesis **"NIVEL DE BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION TUPAC AMARU DE PANAO, HUANUCO - 2024"** en su prestigiosa institución.

Asimismo, poder tener acceso a la misma con fines de obtener información que nos permitan desarrollar mi proyecto de trabajo de grado.

Saludos cordiales y a tiempo agradecerle su atención a esta solicitud, aprovechamos la oportunidad para reiterarles mi saludo, más alta consideración y estima.

Agradezco de antemano su colaboración

Atentamente,

Mayte Leticia, JUSTO CARRION

DNI 70212135



*Recibido  
05-11-24  
12:03 p  
MJS*

## ANEXO 5

### AUTORIZACIÓN PARA APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS



#### AUTORIZACIÓN

Mg. Carmen ASCAÑA VALENCIA

Directora de la I.E. Tupac Amaru II – Panao

Autorizo a la bachiller **Mayte Leticia Justo Carrión**, del programa académico de psicología de la facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Huánuco, a realizar la aplicación de su investigación en la Institución educativa Tupac Amaru II – Panao, como parte del proceso para la obtención del título profesional de Licenciada en Psicología.

Su estudio representa un valioso aporte al desarrollo e la comunidad educativa, ya que se espera que sus resultados contribuyan significativamente al fortalecimiento y al bienestar de los estudiantes de nuestra institución.

Panao, 18 de noviembre del 2024



INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU II  
DIRECCIÓN: JR. LIMA S/N PANAO – HUÁNUCO - PERÚ

## ANEXO 6

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por Mayte Leticia, JUSTO CARRION; **Bachiller en Psicología de la Universidad de Huánuco**, autor (a) de la investigación titulada: "**NIVEL DE BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION TUPAC AMARU DE PANAO, HUANUCO – 2024**".

Cuyo objetivo es obtener el resultado de investigación antes mencionada con el fin de optar el **Título de Licenciada en Psicología**.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar el instrumento denominado **ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CAROL RYFF**.  
La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información que se recoja será confidencial y no se usara para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se está consignando los nombres ni apellidos en el instrumento.

Panao, 05 de noviembre de 2024



Mayte Leticia, JUSTO CARRION

DNI 70212135

## **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**TITULO DE TESIS:** "NIVEL DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN TÚPAC AMARU PANAQ, HUÁNUCO - 2024"

**INVESTIGADOR:**

BACH. JUSTO CARRIÓN, Mayte Leticia

Con DNI: 70212135

**ESTIMADO PARTICIPANTE:**

Te invitamos cordialmente a participar en el desarrollo del siguiente cuestionario:

1. Escala de Bienestar Psicológico de Ryff: tiene como objetivo evaluar el bienestar psicológico desde un enfoque multidimensional, basado en la teoría de Carol Ryff. Esta escala mide seis dimensiones clave del bienestar personal, que reflejan el desarrollo y la satisfacción con la vida en distintos aspectos.

La información obtenida será de gran utilidad para el desarrollo de la presente investigación, garantizándose la total confidencialidad de los datos recabados.

Tu participación es completamente voluntaria. Si prefieres no responder, puedes devolver los cuestionarios sin inconveniente alguno. Asimismo, te aseguramos que la información proporcionada será tratada con absoluta confidencialidad, y al participar en este estudio no te generará ningún tipo de perjuicio. Para cualquier consulta o inquietud, no dudes en contactarnos al siguiente número de teléfono: 984 749 882

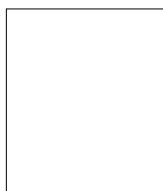
He leído y comprendido la información presentada anteriormente. Al completar y entregar este cuestionario, confirmo que otorgo mi consentimiento para participar en el presente estudio.

Edad:

Sexo:

Grado y Sección:

Huella digital



Firma del apoderado

12 de marzo del 2025

## ANEXO 7

### INSTRUMENTOS APLICADOS

#### ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CAROL RYFF

**Instrucciones:** Estimado estudiante, te presentamos la escala de bienestar psicológico, donde debes marcar el número que te parece más adecuado para describirte. Las repuestas son confidenciales. **Gracias**

#### I. Datos generales:

Edad: 16.....

Sexo: Femenino ( ) Masculino (X)

Grado y Sección de estudios: 4<sup>to</sup> A

#### II. El bienestar psicológico.

- 1: Totalmente en Desacuerdo
- 2: En Desacuerdo
- 3: Medianamente en Desacuerdo
- 4: Medianamente de Acuerdo
- 5: De Acuerdo
- 6: Totalmente de Acuerdo

Nº	ITEMS	1	2	3	4	5	6
<b>AUTOACEPTACIÓN.</b>							
1.	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.				X		
2.	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.		X				
3.	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.			X			
4.	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.			X			
5.	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.				X		
6.	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.					X	
<b>AUTONOMÍA.</b>							
7.	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.					X	
8.	No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.		X				
9.	Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.					X	
10.	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.			X			
11.	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.					X	
12.	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.					X	
13.	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.						X
14.	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.				X		
<b>DOMINIO DEL ENTORNO</b>							

15.	Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	X	X	
16.	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.		X	
17.	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.			X
18.	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.			X
19.	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.			X
20.	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.	X		
<b>PROPOSITO EN LA VIDA.</b>				
21.	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.		X	
22.	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.		X	
23.	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.			X
24.	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.			X
25.	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.	X	X	
26.	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.	X		
<b>RELACIONES POSITIVAS.</b>				
27.	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	X		
28.	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.		X	
29.	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.			
30.	Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.			X
31.	En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.			X
32.	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.		X	
<b>CRECIMIENTO PERSONAL.</b>				
33.	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.		X	
34.	No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas: mi vida está bien como está.		X	
35.	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.			X
36.	Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.		X	
37.	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.			X
38.	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.			X
39.	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.		X	

## ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CAROL RYFF

**Instrucciones:** Estimado estudiante, te presentamos la escala de bienestar psicológico, donde debes marcar el número que te parece más adecuado para describirte. Las repuestas son confidenciales. Gracias

### I. Datos generales:

Edad: 15.....

Sexo: Femenino (x) Masculino ( )

Grado y Sección de estudios: 4.A.....

### II. El bienestar psicológico.

1: Totalmente en Desacuerdo

2: En Desacuerdo

3: Medianamente en Desacuerdo

4: Medianamente de Acuerdo

5: De Acuerdo

6: Totalmente de Acuerdo

Nº	ITEMS	1	2	3	4	5	6
<b>AUTOACEPTACIÓN.</b>							
1.	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.				x		
2.	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.				x		
3.	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.			x			
4.	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.		x				
5.	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.		x				
6.	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.				x		
<b>AUTONOMÍA.</b>							
7.	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.			x			
8.	No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.		x				
9.	Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.				x		
10.	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.			x		x	
11.	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mí gusto.		x				
12.	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.			x			
13.	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.				x		
14.	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.					x	
<b>DOMINIO DEL ENTORNO</b>							

15.	Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	X		
16.	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	X		
17.	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.		X	
18.	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.			X
19.	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.	X		
20.	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.	X		
<b>PROPOSITO EN LA VIDA.</b>				
21.	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.			X
22.	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	X		
23.	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.			X
24.	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.			X
25.	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.	X		
26.	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.		X	
<b>RELACIONES POSITIVAS.</b>				
27.	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	X		
28.	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.			X
29.	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.	X		
30.	Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.	X		
31.	En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.			X
32.	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	X		
<b>CRECIMIENTO PERSONAL.</b>				
33.	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.			X
34.	No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.	X		
35.	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.			X
36.	Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.	X		
37.	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.		X	
38.	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.			X
39.	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.		X	

### ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CAROL RYFF

**Instrucciones:** Estimado estudiante, te presentamos la escala de bienestar psicológico, donde debes marcar el número que te parece más adecuado para describirte. Las repuestas son confidenciales. Gracias

**I. Datos generales:**

Edad: ..... 16 .....

Sexo: Femenino (x) Masculino ( )

Grado y Sección de estudios: 4º A.....

**II. El bienestar psicológico.**

1: Totalmente en Desacuerdo

2: En Desacuerdo

3: Medianamente en Desacuerdo

4: Medianamente de Acuerdo

5: De Acuerdo

6: Totalmente de Acuerdo

Nº	ITEMS	1	2	3	4	5	6
<b>AUTOACEPTACIÓN.</b>							
1.	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.				x		
2.	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.		x				
3.	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.			x			
4.	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	x					
5.	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.		x				
6.	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.				x		
<b>AUTONOMÍA.</b>							
7.	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.		x				
8.	No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.			x			
9.	Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	x					
10.	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.		x				
11.	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.			x			
12.	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.			x			
13.	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.				x		
14.	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.		x				
<b>DOMINIO DEL ENTORNO</b>							

15.	Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	X		
16.	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.			X
17.	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.			X
18.	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.			X
19.	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.	X		
20.	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.	X		
<b>PROPOSITO EN LA VIDA.</b>				
21.	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.			X
22.	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	X		
23.	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.			X
24.	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.			X
25.	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.	X		
26.	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.	X		
<b>RELACIONES POSITIVAS.</b>				
27.	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	X		
28.	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.			X
29.	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.	X		
30.	Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.		X	
31.	En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.			X
32.	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	X		
<b>CRECIMIENTO PERSONAL.</b>				
33.	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.	X		
34.	No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.			X
35.	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.			X
36.	Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.	X		
37.	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.			X
38.	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.	X		
39.	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.			X

## ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CAROL RYFF

**Instrucciones:** Estimado estudiante, te presentamos la escala de bienestar psicológico, donde debes marcar el número que te parece más adecuado para describirte. Las repuestas son confidenciales. Gracias

### I. Datos generales:

Edad: 15.....

Sexo: Femenino ( ) Masculino (X)

Grado y Sección de estudios: 4º A

### II. El bienestar psicológico.

- 1: Totalmente en Desacuerdo
- 2: En Desacuerdo
- 3: Medianamente en Desacuerdo
- 4: Medianamente de Acuerdo
- 5: De Acuerdo
- 6: Totalmente de Acuerdo

Nº	ITEMS	1	2	3	4	5	6
<b>AUTOACEPTACIÓN.</b>							
1.	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.		X				
2.	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.	X					
3.	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.			X			
4.	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	X					
5.	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.			X			
6.	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.				X		
<b>AUTONOMÍA.</b>							
7.	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.					X	
8.	No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	X					
9.	Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.		X				
10.	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.	X					
11.	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.					X	
12.	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.					X	
13.	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.						X
14.	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.						X
<b>DOMINIO DEL ENTORNO</b>							

15.	Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	X		
16.	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.		X	
17.	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.		X	
18.	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	X		
19.	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.		X	
20.	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.	X		
<b>PROPOSITO EN LA VIDA.</b>				
21.	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	X		
22.	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	X		
23.	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.		X	
24.	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.		X	
25.	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.	X		
26.	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.		X	
<b>RELACIONES POSITIVAS.</b>				
27.	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.		X	
28.	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.	X		X
29.	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.		X	
30.	Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.	X		
31.	En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.		X	
32.	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.		X	
<b>CRECIMIENTO PERSONAL.</b>				
33.	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.	X		
34.	No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.		X	
35.	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.	X		
36.	Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.	X		
37.	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.		X	
38.	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.		X	
39.	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.			X

### ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE CAROL RYFF

**Instrucciones:** Estimado estudiante, te presentamos la escala de bienestar psicológico, donde debes marcar el número que te parece más adecuado para describirte. Las respuestas son confidenciales. Gracias

#### I. Datos generales:

Edad: ... 16 ... años .....

Sexo: Femenino  Masculino

Grado y Sección de estudios: ... 4º ... "A" .....

#### II. El bienestar psicológico.

- 1: Totalmente en Desacuerdo
- 2: En Desacuerdo
- 3: Medianamente en Desacuerdo
- 4: Medianamente de Acuerdo
- 5: De Acuerdo
- 6: Totalmente de Acuerdo

Nº	ITEMS	1	2	3	4	5	6
<b>AUTOACEPTACIÓN.</b>							
1.	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.						X
2.	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.		X				
3.	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.					X	
4.	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	X					
5.	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.			X			
6.	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.					X	
<b>AUTONOMÍA.</b>							
7.	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.					X	
8.	No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	X					
9.	Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.			X			
10.	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.				X		
11.	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.					X	
12.	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.						X
13.	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.			X			
14.	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.						X
<b>DOMINIO DEL ENTORNO</b>							

15.	Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	X		
16.	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.		X	
17.	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.		X	
18.	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	X		
19.	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.		X	
20.	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.	X		
<b>PROPOSITO EN LA VIDA.</b>				
21.	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	X		
22.	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	X		
23.	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.		X	
24.	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.		X	
25.	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.	X		
26.	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.		X	
<b>RELACIONES POSITIVAS.</b>				
27.	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	X		
28.	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.		X	
29.	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.		X	
30.	Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.	X		
31.	En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.		X	
32.	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.		X	
<b>CRECIMIENTO PERSONAL.</b>				
33.	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.		X	
34.	No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.		X	
35.	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.		X	
36.	Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.	X		
37.	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.		X	
38.	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.		X	
39.	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daria los pasos más eficaces para cambiarla.			X

## ANEXO 8

### EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

