



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN
ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE AYACUCHO**

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

Autora

HUAMANÍ ANYOSA, Jane Maddy (ORCID: 0000-0002-7307-6562)

Asesor

MORI SANCHEZ, María del Pilar (ORCID: 0000-0003-0191-4608)

Línea de investigación del programa

Bienestar psicológico

Línea de acción RSU

Salud y bienestar

LIMA, PERÚ, SETIEMBRE DE 2025



CC BY

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Esta licencia permite a otros distribuir, mezclar, ajustar y construir a partir de su obra, incluso con fines comerciales, siempre que le sea reconocida la autoría de la creación original. Esta es la licencia más servicial de las ofrecidas. Recomendada para una máxima difusión y utilización de los materiales sujetos a la licencia.

Referencia bibliográfica

Huamaní Anyosa, J. M. (2025). *Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Jane Maddy Huamaní Anyosa
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	70415507
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-7307-6562
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	María del Pilar Mori Sánchez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	10621155
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-0191-4608
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47283514
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Marcela Doris Quispe Ledesma
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	09458665
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Miguel Angel Basauri Delgado
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	71425597
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado.
Línea de investigación del Programa	Bienestar psicológico
URL de disciplinas OCDE	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Lima, el jurado de sustentación de tesis conformado por: la DRA. SILVANA GRACIELA VARELA GUEVARA como presidente, la MAG. MARCELA DORIS QUISPE LEDESMA como secretaria y el MAG. MIGUEL ANGEL BASAURI DELGADO como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE NIVEL
SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE AYACUCHO**

Presentada por la bachiller:

JANE MADDY HUAMANI ANYOSA

Para obtener el **Título Profesional Licenciada en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado se procedió a la calificación individual, obteniendo el dictamen de **Aprobado** con una calificación de **DOCE (12)**.

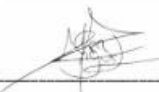
En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 29 de setiembre del 2025.



PRESIDENTA
DRA. SILVANA GRACIELA
VARELA GUEVARA



SECRETARIO
MG. MARCELA DORIS
QUISPE LEDESMA



VOCAL
MG. MIGUEL ANGEL
BASAURI DELGADO

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo María del Pilar Mori Sánchez docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesor de la tesis titulada:

Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho

De la bachiller Jane Maddy Huamaní Anyosa constato que la tesis tiene un índice de similitud de 19% verificable en el reporte de similitud del software Turnitin que se adjunta.

La suscrita analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Autónoma del Perú.

Lima, 23 de Diciembre de 2025



María del Pilar Mori Sánchez

DNI: 10621155

DEDICATORIA

Ante todo, quiero agradecer a Dios por guiarme, darme fuerza y nunca abandonarme, incluso en los momentos más difíciles. También quiero agradecer a mis padres, hermano y tío por su amor y apoyo incondicional. También quiero agradecer a mis queridos perros, Hachis y BamBam, por estar siempre a mi lado y por darme amor y alegría. También quiero dedicar este hito de forma especial a BTS. Su música y su mensaje de esperanza me inspiran y me permiten seguir adelante con fe y determinación.

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, a Dios por haberme dado la fuerza, la salud y la sabiduría para superar numerosos desafíos y culminar esta importante etapa de mi vida. También a mi tutora, la profesora María del Pilar Mori Sánchez, por su paciencia, dedicación y su invaluable guía durante mi investigación. A todos los profesores que participaron en este proyecto. Su guía y entusiasmo contribuyeron significativamente a mi crecimiento académico y personal. Al personal directivo de la Institución Educativa N. S. M. por su generoso apoyo y contribución a esta investigación. Finalmente, a todos los estudiantes que participaron y colaboraron activamente. Gracias a sus contribuciones, esta investigación fue posible.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
LISTA DE TABLAS	5
RESUMEN	6
ABSTRACT	7
RESUMO	8
1. INTRODUCCIÓN	9
2. MÉTODO	20
2.1. Tipo y diseño	20
2.2. Población, muestra y muestreo	20
2.3. Hipótesis	20
2.4. Variables y operacionalización	21
2.5. Instrumentos o materiales	21
2.6. Procedimiento	23
2.7. Análisis de datos	23
2.8. Aspectos éticos	24
3. RESULTADOS	25
4. DISCUSIÓN	29
5. CONCLUSIONES	32
6. RECOMENDACIONES	33
REFERENCIAS	34
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

- Tabla 1 Relación entre bienestar psicológico y autoestima
- Tabla 2 Niveles de bienestar psicológico
- Tabla 3 Niveles de autoestima
- Tabla 4 Relación entre la dimensión autoaceptación y autoestima
- Tabla 5 Relación entre la dimensión relaciones positivas y autoestima
- Tabla 6 Relación entre la dimensión autonomía y autoestima
- Tabla 7 Relación entre la dimensión dominio del entorno y autoestima
- Tabla 8 Relación entre la dimensión crecimiento personal y autoestima
- Tabla 9 Relación entre la dimensión crecimiento personal y autoestima

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE AYACUCHO

JANE MADDY HUAMANÍ ANYOSA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

El objetivo principal de este estudio fue esclarecer la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima. La investigación fue de tipo básica con un diseño no experimental de corte transversal, de nivel correlacional y enfoque cuantitativo. La extracción de la muestra se basó en los principios de no probabilidad y conveniencia, y se incluyeron 354 estudiantes de 15 a 19 años. Los instrumentos de medición utilizados fueron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Villanueva, 2023) y la Escala de Autoestima de Rosenberg (Sánchez et al., 2021). Los resultados no mostraron relación entre las variables comparadas ($p = 3.31$; $r = -.052$). Además, el 43.5% de los encuestados tenía buena salud mental y el 66.1% mostró baja autoestima. Solo se encontró una asociación en una de las dimensiones que es la Autoaceptación ($p = .037$; $r = -.111$, y en el resto no se halló asociación entre la autoestima y las dimensiones; buenas relaciones ($p = .266$; $r = -.059$), autonomía ($p = .161$; $r = -.075$), adaptación al entorno ($p = .087$; $r = -.118$), desarrollo personal ($p = .76$; $r = -.099$) y propósito de vida ($p = .171$; $r = -.085$). En conclusión, no se encontró una correlación significativa entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de secundaria de Ayacucho.

Palabras clave: bienestar psicológico, autoestima, autonomía, autoaceptación

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND SELF-ESTEEM AMONG SECONDARY SCHOOL STUDENTS AT AN EDUCATIONAL INSTITUTION IN AYACUCHO

JANE MADDY HUAMANÍ ANYOSA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The main objective of this study was to determine the relationship between psychological well-being and self-esteem. The research was of a basic type with a non-experimental cross-sectional design, correlational level, and quantitative approach. The sample extraction was based on the principles of non-probability and convenience, and 354 students aged 15 to 19 were included. The measurement instruments used were the Ryff Psychological Well-being Scale (Villanueva, 2023) and the Rosenberg Self-Esteem Scale (Sánchez et al., 2021). The results showed no relationship between the variables compared ($p = 3.31$; $r = -.052$). Furthermore, 43.5% of the respondents had good mental health and 66.1% showed low self-esteem. An association was only found in one of the dimensions, which is Self-acceptance ($p = 0.037$; $r = -.111$), and in the rest, no association was found between self-esteem and the dimensions; good relationships ($p = .266$; $r = -.059$), autonomy ($p = .161$; $r = -.075$), adaptation to the environment ($p = .087$; $r = -.118$), personal development ($p = 0.76$; $r = -0.099$), and life purpose ($p = .171$; $r = -.085$). In conclusion, no significant correlation was found between psychological well-being and self-esteem in secondary school students from Ayacucho.

Keywords: psychological well-being, self-esteem, autonomy, self-acceptance

BEM-ESTAR PSICOLÓGICO E AUTOESTIMA ENTRE ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO DE UMA INSTITUIÇÃO EDUCACIONAL EM AYACUCHO

JANE MADDY HUAMANÍ ANYOSA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

O principal objetivo deste estudo foi determinar a relação entre bem-estar psicológico e autoestima. A pesquisa foi de tipo básico com delineamento transversal não experimental, nível correlacional e abordagem quantitativa. A extração da amostra foi baseada nos princípios de não probabilidade e conveniência, e foram incluídos 354 estudantes de 15 a 19 anos. Os instrumentos de medida utilizados foram a Escala de Bem-Estar Psicológico de Ryff (Villanueva, 2023) e a Escala de Autoestima de Rosenberg (Sánchez et al., 2021). Os resultados não mostraram relação entre as variáveis comparadas ($p = 3.31$, $r = -.052$). Além disso, 43.5% dos entrevistados apresentaram boa saúde mental e 66.1% apresentaram baixa autoestima. Foi encontrada associação apenas em uma das dimensões, que é a Autoaceitação ($p = .037$; $r = -.111$), e nas demais, não foi encontrada associação entre autoestima e as dimensões: bons relacionamentos ($p = .266$; $r = -.059$), autonomia ($p = .161$; $r = -.075$), adaptação ao meio ambiente ($p = .087$; $r = -.118$), desenvolvimento pessoal ($p = .376$; $r = -.099$) e propósito de vida ($p = .171$; $r = -.085$). Em conclusão, não foi encontrada correlação significativa entre bem-estar psicológico e autoestima em estudantes do ensino médio de Ayacucho.

Palavras-chave: bem-estar psicológico, autoestima, autonomia, autoaceitação

1. INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico y la autoestima en adolescentes enfrentan nuevos desafíos en el contexto actual, asociado por el uso continuo de las redes sociales, las crisis globales y las demandas académicas intensificadas (Angulo et al., 2024; Twenge, 2023). Investigaciones recientes destacan que la autocompasión y el apoyo socioemocional en la escuela son predictores más fuertes en la salud mental y en la autoestima tradicional (Buimer et al., 2023; Neff, 2023). Sin embargo, persiste una brecha entre estas evidencias y las prácticas educativas, especialmente en entornos con recursos limitados (Bohlmeijer et al., 2019) Urge integrar enfoques basados en fortalezas, como el modelo *PROSPER* (McGrath & Noble, 2022) para mitigar riesgos como la ansiedad o el aislamiento, agravados post pandemia (Hewitt et al., 2023).

A nivel mundial, el 35% de la carga global de enfermedades en adolescentes de entre 10 a 19 años está vinculada a dificultades de la salud mental. Esta cifra evidencia la vulnerabilidad de esta población ante factores como el maltrato físico o psicológico, cuyos efectos deterioran su bienestar psicológico y, consecuentemente, su salud integral. Estudios recientes demuestran que experiencias adversas en esta etapa como el acoso escolar o la negligencia emocional incrementan en un 40% el riesgo de desarrollar depresión o ansiedad crónica antes de la adultez (McGrath & Noble, 2022)

Pese a esto, menos del 56% de los países cuentan con políticas públicas específicas para atender estas problemáticas (United Nations International Children's Emergency Fund [UNICEF], 2024) lo que refleja una brecha crítica entre las necesidades documentadas y las respuestas institucionales. Urge, por tanto, priorizar intervenciones basadas en evidencia, tanto en el ámbito educativo como en los sistemas de salud, para mitigar este impacto (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2024).

El bienestar psicológico y la autoestima representan factores vulnerables frente al uso excesivo de redes sociales en adolescentes, con el 50% de jóvenes experimentando insatisfacción corporal (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2024), y el 78% atribuyendo su malestar mental a estas plataformas. La comparación social patológica, en el cual el 65% se sienten inferiores y la dependencia a la validación externa, el 40% mayor riesgo de ansiedad (Twenge, 2023) generando auto rechazo, bajo rendimiento académico y depresión. La

exposición a contenidos nocivos hace que 1 de cada 3 encuentra material autolesivo diario (UNICEF, 2023) agravando así esta crisis.

La autoestima emerge como mediador clave entre presiones digitales y deterioro emocional (OPS, 2024), exigiendo intervenciones urgentes: alfabetización digital crítica, diseño ético de plataformas y programas de autocompasión (Neff, 2023) para reconstruir bases psicológicas saludables.

En Latinoamérica más del 70% de adolescentes de México, Colombia, Argentina, Chile, Ecuador y Perú reportan emociones negativas como cansancio (25,18%), tristeza (23,68%), soledad (19,53%) y frustración (14%), mientras que el 36,06% desconoce la causa de su malestar. Esta incapacidad para reconocer y gestionar sus estados emocionales refleja graves carencias en su bienestar psicológico. Particularmente resulta grave el círculo vicioso entre baja autoestima y dificultades de socialización, donde el aislamiento agrava la percepción negativa de sí mismos. Estos aportes marcan la urgente necesidad de efectuar habilidades educativas para que refuercen las habilidades blandas y reconstruyan la autoestima, siendo fundamental hacia el desarrollo del adolescente saludable en la región (Martínez, 2025).

Los reportes nacionales revelan que, durante la pandemia, cuatro de cada diez adolescentes peruanos experimentaron niveles preocupantes de estrés académico, manifestándose en cuadros de ansiedad y deterioro de la autovaloración personal (Ministerio de Educación [MINEDU], 2023). Esta situación crítica se vio exacerbada por el aislamiento prolongado y la carencia de redes de apoyo psicosocial, donde el 78% de instituciones educativas no contaban con servicios de orientación psicológica especializada (Grupo de Análisis para el Desarrollo [GRADE], 2022). Las consecuencias trascienden lo académico, mostrando un impacto profundo en la construcción identitaria y gestión emocional de esta generación.

En respuesta a esta situación, las organizaciones profesionales recomiendan priorizar las siguientes medidas: (1) establecer procedimientos de diagnóstico temprano, (2) capacitar al profesorado para brindar apoyo psicológico oportuno y adecuado, y (3) asignar presupuestos específicos para programas de intervención en salud mental escolar.

El reporte local indica que el 61.3% de jóvenes han sufrido abuso (51.4% psicológico, 34% físico), formando graves consecuencias. Entre 2021-2023 se encargaron más de 21,000 incidentes de depresión y ansiedad, posicionando a la

región como la segunda con mayor demanda de salud mental. Esta crisis refleja el impacto de la violencia doméstica y escolar en el desarrollo emocional de los adolescentes. Como respuesta, en 2024 se implementaron 42 Servicios de Escucha en colegios y se atendió integralmente a 35,920 adolescentes, demostrando que intervenciones oportunas pueden reconstruir la autoestima y prevenir daños psicológicos a largo plazo en esta población vulnerable (Dirección Regional de Salud de Ayacucho [DIRESA], 2024).

Durante la adolescencia, los niños pueden sentirse abrumados por los cambios físicos y ambientales que experimentan. Esta fase, en la que se forja el temperamento y el vínculo en la pertenencia (Erikson, 1968), hace que el bienestar psicológico y la autoestima se conviertan en aspectos clave para su desarrollo. El bienestar psicológico constituye un constructo dinámico y personalizable que, lejos de ser un estado fijo, puede cultivarse y potenciarse mediante intervenciones específicas (Ryff, 1989). Este proceso se ve significativamente reforzado cuando se combina con una autoestima fuerte, la cual funciona como factor protector ante adversidades (Rosenberg, 1965).

Particularmente en la adolescencia en la cual es caracterizada por cambios biopsicosociales acelerados, en donde ambos elementos actúan sinérgicamente para poder incrementar la capacidad adaptativa, modular respuestas emocionales ante transiciones vitales, y favorecer mecanismos de afrontamiento resilientes. Estudios recientes destacan que esta sinergia es crucial para navegar exitosamente las exigencias propias del desarrollo adolescente (Beyers et al., 2022). Considerando la información planteada, surge como cuestión central de la investigación: ¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho?

La concepción actual del bienestar psicológico lo precisa como un fenómeno complejo que abarca tanto componentes hedónicos (experiencias placenteras y satisfacción) como eudaimónicos (autorrealización y sentido de propósito). Los estudios recientes (Diener et al., 2018) lo conceptualizan como un estado de plenitud que combina el funcionamiento psicológico óptimo (manifestado en autonomía, relaciones satisfactorias y adaptación al entorno) y el bienestar subjetivo (afectividad positiva y evaluación favorable de la vida).

La psicología positiva enfatiza aspectos como el compromiso y la búsqueda de sentido en la vida, pero investigaciones recientes (Holt, 2022) van más allá de una

visión reduccionista de estos aspectos como déficits patológicos y enfatizan sus conexiones con las habilidades socioemocionales, en particular la regulación de las emociones y las relaciones interpersonales.

La autoestima es un proceso dinámico en el que las personas integran factores emocionales y cognitivos para evaluar sus propias capacidades y valía. La resiliencia de la autoestima se refleja en la capacidad de una persona para adaptarse a sus interacciones con el entorno. Por lo tanto, la autoestima refleja un constructo psicológico en evolución que va más allá de una simple evaluación estática. Las investigaciones actuales destacan la fluidez de la autoestima y su impacto en el bienestar psicológico, desde la depresión hasta la resiliencia. Se señala que la autoestima inestable predispone a trastornos emocionales, mientras que una autoestima alta y estable favorece la toma de decisiones autónomas (Harris & Orth 2020).

Por consiguiente, se presentaron antecedentes que ayudaron en esta investigación.

Diversos estudios señalan que no existe relación entre ambas variables, esto en función a que el bienestar psicológico que es un estado corresponde a una variable que se enfoca en dimensiones como autonomía, crecimiento personal, propósito en la vida y relaciones positivas, mientras que la autoestima es un rasgo que evalúa la valoración global que una persona tiene de sí misma, esto no está necesariamente vinculada a la satisfacción o el funcionamiento óptimo, existen factores como la resiliencia, apoyo social o personalidad que podrían influir en ambas variables de manera independiente (Barba & Tigselema 2021; Huertas 2022; Naranjo 2023; Salvatierra, 2024).

En contraste se identificaron estudios que muestran que el bienestar psicológico se asocia de manera directa e inversa con la autoestima esto debido a que actúa como base para el bienestar al satisfacer necesidades de competencia y autoaceptación, y nos demuestra que son constructos distintos, que se influyen mutuamente: una autoestima sana favorece el desarrollo personal (dimensión de bienestar), y a su vez, un propósito vital claro refuerza la autovaloración. Factores como la resiliencia y apoyo social pueden modular esta relación, explicando porque algunos estudios encuentran estas divergencias, la evidencia sugiere que ambos elementos interactúan en un proceso bidireccional que depende de variables

individuales y situacionales (Anticono et al., 2025; Burga, 2024; Calderon & Martínez, 2022; Franco, 2025; Guevara et al., 2022; Melendez, 2023).

Tras este recorrido por los antecedentes, es momento de abordar las bases teóricas que sustentan el estudio, para ello (Díaz et al., 2006), señalan que el bienestar psicológico, se reduce a la mejora de nuestras aptitudes y la evolución personal, en el cual la persona evidencia señales de un rendimiento efectivo.

El bienestar psicológico es un discernimiento personal que puede desarrollarse y mejorarse con el tiempo junto con una autoestima fortalecida, ayuda a afrontar mejor los cambios y desafíos de la vida. Ambos aspectos son clave para un desarrollo personal saludable, permitiendo relaciones más positivas y una mejor adaptación social. Sin embargo, estudios revelan que el 60% de los adolescentes experimentan insatisfacción personal, en gran parte influenciada por las redes sociales (Gonzales, 2024).

Ryff y Keyes (1995), definen al bienestar psicológico, a manera de que el ser humano, busca esforzarse y superarse para poder desarrollar mejor su potencial ya que posee tener un objetivo en su existencia, lo que ayuda a proporcionarle sentido: significando así someterse a retos y ocuparse para superarlos con el fin de alcanzar sus objetivos propuestos. Una representación más acertada sería concretarlo a manera del impulso por mejorar y de la ejecución de su propia capacidad. Por ello la salud mental (el concepto de felicidad y bienestar) requiere lo siguiente: el propósito de vida, que con ello la vida tiene sentido, trabajar duro para enfrentarte a grandes desafíos y superarlos para así lograr el objetivo de centrarnos en nuestro desarrollo personal y el estilo y que con este nuevo enfoque poder comprender mejor el bienestar psicológico.

Arias (2023) evidencia que el 50% de los alumnos en Ayacucho mantuvo un grado alto de bienestar psicológico pese al retraimiento social durante la pandemia. Esta resiliencia emocional les permitió nivelar sus estados afectivos y adaptarse a las restricciones del aislamiento por COVID-19, incluso cuando se vieron obligados a suspender sus actividades presenciales. El logro es destacable considerando que el 49.6% de adolescentes a nivel nacional reportó ansiedad o depresión en ese periodo (Ministerio de Salud [MINSA], 2022). El caso ayacuchano sugiere que componentes preventivos como redes de apoyo familiar o estrategias locales de afrontamiento podrían explicar esta preservación del bienestar en entornos adversos.

Diener (1994), es viable asemejar componentes estables y cambiantes en el bienestar psicológico, donde la emoción actúa como un factor dinámico que puede influir en la valoración de situaciones, aunque mantiene cierta estabilidad relativa. En cambio, el nivel cognitivo se basa en un equilibrio entre el éxito y el fracaso, y es más estable. Existen dos caminos principales hacia la felicidad. El primero es el hedonismo, que se basa en la búsqueda del placer, la autorrealización y la evitación de las emociones negativas, y también considera los componentes emocionales y evaluativos. El segundo es el hedonismo holístico, que enfatiza el desarrollo personal, la plena realización del potencial y el equilibrio psicológico. Para comprender plenamente este concepto, es necesario comprender su teoría subyacente y explicar sus diversos aspectos.

El modelo multidimensional de bienestar psicológico de Ryff (1989) ofrece una visión más integral que los modelos tradicionales de felicidad que priorizan la gratificación inmediata. A diferencia de las teorías que priorizan la gratificación instantánea, este modelo enfatiza la importancia del autodesarrollo y la maximización del potencial, proponiendo que el bienestar óptimo surge de la interacción dinámica de seis dimensiones clave que desempeñan un papel crucial en las experiencias vitales plenas. Como marco teórico pionero en psicología positiva, el modelo integra factores cognitivos, conductuales, relacionales y emocionales en un marco cohesivo y empíricamente validado, lo que permite una evaluación integral del bienestar.

Este modelo considera seis dimensiones del bienestar y las considera expresiones del mismo, no predictores. En este marco, la metodología se centra en la presentación de resultados según la pertinencia o incompatibilidad de cada dimensión. Un aspecto central de este modelo es el desarrollo de herramientas de evaluación precisas y fiables para medir estas seis dimensiones. La investigación ha demostrado que, dentro de este marco teórico, la salud mental es un concepto independiente de los síntomas de enfermedad mental o de mala salud mental. Los hallazgos empíricos (Ryff, 2014) demuestran correlaciones consistentes entre altos niveles de bienestar psicológico y mayor satisfacción vital, niveles reducidos de cortisol y citocinas proinflamatorias, menor riesgo cardiovascular, y patrones de sueño más regulados (mayor duración de fase REM).

Estas asociaciones subrayan la relevancia clínica del modelo al vincular dimensiones psicológicas con parámetros objetivos de salud física, ofreciendo así un enfoque integral para la evaluación del funcionamiento humano óptimo, estas son:

La autoaceptación; llega a ser uno de los discernimientos más influyentes en el bienestar mental, en el cual las personas buscan estar bien con ellos mismos, siendo inclusive consecuentes hacia sus propias restricciones, teniendo comportamientos positivos hacia uno mismo una particularidad esencial de la fundamentación psicológica positiva (Keyes & Shmotkin, 2002).

La autonomía; es para mantener su inherente personalidad en semejantes situaciones sociales, ya que los individuos requieren anotar en sus convenientes opiniones (autodeterminación), y conservar su autonomía e influencia personal, estos individuos son idóneos para mantener a gran escala la influencia social y donde conservan una compostura excelente en sus actitudes (Ryff & Keyes, 1995).

El dominio del entorno; llega a ser una cualidad propia para poder escoger o producir ambientes favorables para poder compensar los deseos e insuficiencias propias, además una de las actitudes del funcionamiento positivo. Los sujetos con un predominio del ambiente tienen una prominente impresión de poder sobre el entorno y opinan que son competentes para intervenir sobre el argumento que los ciñe. Posteriormente, ellos requieren de metas, para poder concretar un flujo de propósitos que les consientan otorgar a su vida de un seguro discernimiento (Ryff & Singer, 2002),

Las relaciones positivas; las personas necesitan conservar conexiones interpersonales constantes, conversar amistades en el cual podamos creer, ya que la disposición de querer llega a ser una unidad esencial para el bienestar, ya que por diversos estudios muestran que la soledad, el aislamiento social, llegan a estar fijamente concernientes la fatalidad de sufrir enfermedades y reducir el periodo de vida (Erikson, 1996),

Propósito en la vida; el manejo del rendimiento positivo inapreciable no sólo pretende de las actitudes precedentemente notables; requiere asimismo la perseverancia por aumentar sus habilidades, por querer alcanzar progresando y llevando al límite sus talentos (Keyes & Shmotkin, 2002).

Crecimiento personal; si llegamos a poseer un nivel insuperable y en esta dimensión descubrimos una impresión de progreso incesante, donde veremos un avance, y estaremos sinceros a nuevos sucesos y experiencias y con ello estaremos competentes de poder considerar las mejoras personales (Ryff & Singer, 2002).

Como segunda variable estudio se presenta la autoestima, Rosenberg (1965), Menciona que la autoestima llega ser el término de la emoción que siente uno así

mismo, las personas se llegan a creer que son Suficientemente Buenas, es decir que se llegan a sentir digna(o) del cariño del resto y por tanto toma la aprobación y consideración por lo que realmente es. Por ende, la autoestima está estimada a manera de la apreciación, de uno mismo, es señalar, que la persona se aprecia tal y como es, no obstante, esto implica dar la razón a diferentes defectos, destrezas y problemas como ser humano, igualmente se entiende que las ambiciones de superación, las metas deseadas y los triunfos logrados que llegan a ser fragmento de nuestra existencia.

Rosenberg et al. (1995) señalan que la autoestima comienza a desarrollarse desde la infancia, no obstante en la período de la inexperiencia su desarrollo se torna crítico y esto se debe a que están en un proceso de cambios, que produce que busque quiénes son, cómo comportarse o simplemente como aprender a lidiar con todo lo que les presente, como los amigos, la familia, los estudios e incluso las redes en línea, debido a que es muy primordial en su vida tener una buena adaptación social porque ello ayudar en su evolución con el bienestar psicológico. La autoestima constituye un componente inseparable del desarrollo personal, ya que se encuentra vinculado a las emociones y raciocinio que un individuo posee consigo mismo, por ello, que si no llega a estar bien determinado impresionara de una forma característica en su vida (Travezaño et al., 2024).

Se ha estimado que se permite ser inconsistente ya que alcanza a estar unida netamente con el individuo, además logra a ser estable y que esté acostumbrado a quererse tal y como es el individuo y cómo influirá a poseer una idea legítima consigo mismo y coincidir acorde a ello, apreciarse, sentirse querido, consentido y ser amable con nosotros y crear el auto respeto, la intimidad y la autoaceptación.

Rosenberg (1965) conceptualizó la autoestima desde una perspectiva sociocultural y la definió como la tendencia de un individuo a ser optimista o pesimista sobre sí mismo. Este marco teórico asume que la autoestima es un proceso socialmente influenciado, en gran medida por la asimilación de normas culturales, expectativas ambientales y experiencias interpersonales. Los autores enfatizan que la autoevaluación de los individuos se ve afectada por su auto interpretación subjetiva, basada en variables sociales y culturales asimiladas. Desde esta perspectiva, existe una relación significativa entre una alta autoestima y la salud mental.

La baja autoestima aumenta la vulnerabilidad emocional, como la ansiedad y la depresión, mientras que la alta autoestima actúa como un escudo que nos protege

del dolor psicológico. Por lo tanto, esta teoría integra sistemáticamente los factores sociales y culturales y su impacto en el funcionamiento psicológico general, enfatizando la naturaleza multifacética de la autoestima.

El modelo de autoestima de Rosenberg (1965) consideraba la autoestima como un indicador integral del valor personal, que reflejaba la percepción pública en múltiples aspectos. Desde una perspectiva sociocultural, argumentó que la autoestima se desarrolla en etapas durante la socialización, a partir de los valores, normas y perspectivas individuales, que a su vez se ven influenciados por la familia, la cultura y las relaciones interpersonales. Rosenberg propuso una medida unidimensional de la autoestima, asumiendo que se mantiene estable en un cierto nivel y que exhibe un impacto significativo en la adaptación psicológica. Según esta teoría, una alta autoestima protege a las personas del malestar psicológico, mientras que una baja autoestima tiende a provocar ansiedad y depresión.

Las evaluaciones de autoestima son unidimensionales porque se evalúan como un solo concepto en lugar de abarcar múltiples dimensiones. Esto se basa en la idea de que la autoestima es una sola dimensión, que abarca desde autoevaluaciones positivas hasta negativas, y se entiende como una autoimagen holística derivada de la autoevaluación independiente de una persona en diversas dimensiones (Travezaño et al., 2022).

El bienestar psicológico (Ryff, 2014) La salud mental abarca dimensiones como la independencia, el desarrollo personal y las relaciones interpersonales positivas, lo que refleja un estado óptimo de funcionamiento que va más allá del mero alivio del dolor. Por otro lado, la autoestima (Rosenberg, 1965) es una evaluación integral de la propia valía, que incorpora tanto factores de estabilidad (rasgos de carácter) como situacionales (estatus). La teoría de la autodeterminación (Deci & Ryan, 2001) afirma que la autoestima se basa en la conciencia de las posibles deficiencias psicológicas (habilidades, independencia, relaciones interpersonales), que son cruciales para promover la salud mental. Investigaciones recientes (Harris & Orth, 2020) sugieren que estas relaciones son recíprocas; es decir, una autoestima positiva promueve el compromiso con las metas personales, mientras que una comprensión clara de las metas vitales también mejora la autoestima.

Sin embargo, estos cambios dinámicos se ven influenciados por variables de control específicas, como la resiliencia (Masten, 2018) y las redes de apoyo social (Holt, 2022), que explican las diferencias en las situaciones reportadas en la literatura.

Si bien existen diferencias conceptuales, la autoestima es una evaluación integral del valor y el bienestar de una persona, una experiencia general de funcionamiento óptimo, y la interacción entre estos factores se considera un pilar fundamental de la salud mental.

Este estudio tiene importantes implicaciones científicas, ya que nos ayuda a comprender la relación entre la salud mental y la autoestima durante la adolescencia, un período crucial para el desarrollo de la identidad. Al aplicar el modelo multidimensional de Ryff, podemos evaluar variables que influyen significativamente en el rendimiento académico y el ajuste sociopsicológico, como la autoidentidad, la calidad de las relaciones interpersonales y la claridad de las metas vitales. Además, el marco teórico de Rosenberg (1965) proporciona una base teórica para comprender cómo la autoestima, formada a través de procesos sociales y culturales, influye en la estabilidad emocional de los adolescentes.

Este marco conceptual permite un análisis profundo del desarrollo holístico del alumnado de secundaria en la zona de Ayacucho. Dadas las características sociales y culturales únicas de esta región, resulta esencial la investigación especializada centrada en estas dinámicas de desarrollo.

Los hallazgos de este estudio proporcionan un valioso respaldo empírico para el desarrollo de programas de psicología educativa destinados a promover la salud mental y la autoestima positiva en las escuelas. Dado que los adolescentes presentan un alto riesgo de padecer trastornos mentales (depresión y ansiedad), la identificación de mecanismos de defensa basados en el modelo de Ryff y Rosenberg contribuirá al desarrollo de estrategias de prevención basadas en la evidencia. Más allá de este marco teórico, este estudio proporciona información valiosa para los profesionales de la educación y la salud mental, promoviendo un enfoque humanista y holístico de la práctica educativa.

Además, los hallazgos de este estudio proporcionarán a los responsables de la formulación de políticas información valiosa para priorizar el desarrollo de la salud mental en la planificación educativa, tanto a nivel local como nacional.

Promover la salud mental y la autoestima en los adolescentes no solo fomenta una personalidad fuerte y autosuficiente, sino que también contribuye al desarrollo de relaciones interpersonales más sólidas y satisfactorias (Diener & Seligman, 2002). Este proceso de fortalecimiento emocional mejora significativamente la adaptabilidad psicosocial de los adolescentes, les permite adaptarse eficazmente a diversos

entornos y construir relaciones interpersonales sólidas basadas en el respeto mutuo (Harter, 1999), satisfaciendo adecuadamente las necesidades de desarrollo específicas de este grupo de edad.

En resumen, las intervenciones dirigidas a estas estructuras psicológicas pueden proporcionar a los jóvenes los recursos cognitivos y emocionales necesarios para superar los desafíos de la adolescencia y promover un desarrollo psicológico más estable, equilibrado y completo en la adolescencia temprana.

Reconociendo la importancia de este estudio, establecimos objetivos de investigación que incluían metas generales y específicas. El objetivo principal fue determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de nivel secundario en una institución educativa de Ayacucho.

Los objetivos específicos son: a) Analizar el nivel bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundario. b) Analizar el nivel de autoestima en estudiantes de nivel secundario c) Determinar la relación entre la dimensión autoaceptación y autoestima en estudiantes del nivel secundario. d) Determinar la relación entre la dimensión relaciones positivas y autoestima en estudiantes del nivel secundario. e) Determinar la relación entre la dimensión autonomía y autoestima en estudiantes del nivel secundario. f) Determinar la relación entre la dimensión dominio del entorno y autoestima en estudiantes del nivel secundario. g) Determinar la relación entre la dimensión propósito en la vida y autoestima en estudiantes del nivel secundario. h) Determinar la relación entre la dimensión crecimiento personal y autoestima en estudiantes del nivel secundario.

Entre las principales limitaciones de esta investigación al centrarse en una sola institución educativa de Ayacucho, las respuestas no son generalizables a otros contextos socioeducativos. Las condiciones particulares de la región, como factores económicos o culturales, podrían influir en los indicadores de bienestar psicológico (Ryff) y autoestima (Rosenberg), pero no fueron controladas exhaustivamente. El ambiente transversal del estudio imposibilita instaurar relaciones impensadas, restringiendo a identificar asociaciones entre las inconstantes.

2. MÉTODO

2.1. Tipo y diseño

Es una investigación tipo básica que se centra en generar conocimientos teóricos sin un manejo de uso inmediato, en el que su fin principal es desarrollar el discernimiento científico mediante la exploración de causas, relaciones o propiedades fundamentales, sin considerar necesariamente su utilidad práctica a corto plazo. El diseño fue no experimental de corte transversal ya que estudia variables en un momento determinado, sin manipularlas, y es útil para describir o correlacionar fenómenos, pero no para establecer causalidad, con un alcance correlacional ya que explora y analiza la relación entre variables sin inferir causalidad, utilizando métodos estadísticos para medir su grado de asociación, con un enfoque cuantitativo que utiliza datos numéricos y métodos estadísticos para analizar variables, buscando objetividad y generalización de resultados (Baptista et al., 2021).

2.2. Población, muestra y muestreo

La población quedó conformada por 1250 alumnos de nivel secundario que se encontraban inscritos en el año 2025, de ambos sexos, entre los 15 y 19 años.

Para obtener la muestra se aplicó el método para muestras finitas, obteniendo una muestra de 354 estudiantes. En el cual el 64% fueron varones y el 46% fueron mujeres, entre los 15 y 19 años.

De igual manera el muestreo fue no probabilístico por conveniencia, se seleccionó subjetivamente de acuerdo al acceso facilitado por la Institución Educativa.

Se incluyeron aquellos participantes de ambos sexos con edades entre 15 y 19 años que obtuvieron 2 o más respuestas negativas en los tamizajes de bienestar o autoestima.

Se excluyeron a aquellos participantes que no firmaron el consentimiento y asentimiento informado.

2.3. Hipótesis

2.3.1. General

(H_g) Existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de nivel secundario en una institución educativa de Ayacucho.

2.3.2. Específicas

(H_{e1}): Existe relación entre la dimensión autoaceptación y autoestima en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Ayacucho.

(H_{e2}): Existe relación entre la dimensión relaciones positivas y autoestima en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Ayacucho.

(H_{e3}): Existe relación entre la dimensión autonomía y autoestima en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Ayacucho.

(H_{e4}): Existe relación entre la dimensión dominio del entorno y autoestima en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Ayacucho.

(H_{e5}): Existe relación entre la dimensión propósito en la vida y autoestima en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Ayacucho.

(H_{e6}): Existe relación entre la dimensión crecimiento personal y autoestima en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Ayacucho.

2.4. Variables y operacionalización

En relación a la operacionalización de la variable bienestar psicológico y la variable autoestima en estudiantes de nivel secundario en la institución educativa de Ayacucho se detallan en el anexo 3.

2.5. Instrumentos o materiales

La Escala de Bienestar Psicológico fue instaurada en Estados Unidos por Ryff (1989) con 84 reactivos, es evaluar los aspectos fundamentales del funcionamiento óptimo de una persona, más allá de la simple ausencia de malestar emocional. Este instrumento busca medir seis dimensiones clave, con respecto a sus propiedades los resultados indican una alta consistencia interna, con coeficientes alfa de Cronbach mayores 0.70; la autonomía 0.86 (capacidad de tomar decisiones independientes), el dominio del entorno 0.90 (habilidad para manejar situaciones cotidianas), el crecimiento personal 0.87 (disposición a seguir desarrollándose), las relaciones positivas 0.91 (vínculos significativos con otros), el propósito en la vida 0.90 (tener metas y sentido de dirección) y la autoaceptación 0.93 (actitud positiva hacia uno mismo) lo que muestra una adecuada estabilidad interna.

A diferencia de los enfoques tradicionales basados en la patología, la evaluación Ryff enfatiza la satisfacción personal y la felicidad humana, proporcionando una perspectiva sobre el bienestar general y permitiendo la evaluación de varios componentes de la salud mental. En cuanto a la confiabilidad, alcanzó un valor de 0.92, también se han encontrado niveles estables de confiabilidad test retest, lo que refuerza su utilidad en estudios longitudinales o de seguimiento.

La Escala de Bienestar Psicológico (EBP) fue acondicionada al contexto hispanohablante por Díaz et al. (2006) en España con 39 reactivos, con el propósito de desarrollar una herramienta eficaz y confiable para valorar el bienestar a partir de una representación multidimensional en la población. La versión revisada conserva la estructura original de seis dimensiones. busca promover una comprensión integral del funcionamiento positivo midiendo las percepciones de bienestar de las personas en diversos aspectos de su vida mental. Esta herramienta permite evaluar cómo los individuos enfrentan su existencia, establecen vínculos, toman decisiones y encuentran sentido a sus experiencias.

Respecto a las propiedades, los resultados de la validación exhibieron un alta de consistencia interna, con un alfa de Cronbach superior a 0.70. Además, se encontraron altas correlaciones entre las dos escalas, incluyendo autoaceptación (0.94), relaciones positivas (0.98), autonomía (0.96), sensación de control (0,98), crecimiento personal (0.92) y metas de vida (0.98), sugieren que estas dimensiones reflejan bien los constructos teóricos subyacentes. La confiabilidad alcanzó un coeficiente de .96, lo cual es un buen nivel.

La adaptación se realizó en Perú por Villanueva (2023) con 30 reactivos, sus resultados en su validez, muestra buenos valores (0.88 a 1.00) esto se realizó por motivos de relevancia y claridad. Respecto a la validez interna de los constructos, los ítems se clasificaron en seis dimensiones mediante análisis factorial extendido (AFE), en el que el primer elemento explicó el 28.65% de la varianza y la varianza almacenada el 58.47%. Los índices de ajuste obtenidos mediante análisis factorial confirmatorio (AFC) fueron buenos (CFI = 0.932, GFI = 0.935, TLI = 0.925, RMSEA = 0.063, SRMR = 0.088). Por otro lado, la fiabilidad interna de la escala en su conjunto fue de $\alpha = 0.92$, y los valores de fiabilidad de las dimensiones individuales oscilaron entre $\alpha = 0.83$ y 0.66 . El protocolo de medición se detalla en el anexo 2.

La Escala de Autoestima de Rosenberg fue avanzada en Estados Unidos por Morris Rosenberg (1965) con 10 ítems, con el propósito de evaluar el conocimiento general que una persona tiene sobre su propia valía. El objetivo más importante es medir el grado de aceptación, respeto y aprecio que un individuo siente hacia sí mismo, considerando tanto aspectos positivos como negativos de su autoconcepto. Esta herramienta busca captar una valoración global del yo, más allá de situaciones específicas, permitiendo identificar niveles altos, medios o bajos de autoestima en

diversas poblaciones, especialmente en adolescentes y adultos. Se ha mostrado niveles consistentes de fiabilidad.

Las correlaciones obtenidas en estudios de prueba y reprobación han oscilado entre 0.82 y 0.88, lo que indica una estabilidad adecuada en el tiempo. En cuanto a el equilibrio interno, el coeficiente alfa de Cronbach ha presentado valores que varían entre 0.77 y 0.88, siendo 0.87. Además, se ha evaluado la fiabilidad temporal en diferentes intervalos, obteniéndose coeficientes de 0.72 para una aplicación con dos meses de diferencia y de 0.74 para un seguimiento a un año, ambos considerados aceptables.

La Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) ha sido traducida y aprobada a una versión peruana por Sánchez et al. (2021) con 10 reactivos, que efectuaron un estudio multicultural, administrando la EAR 715 adolescentes de las cuales se presenta una validez 0.75 y una confiabilidad sobre .698 siendo próximo al .70 lo cual indica una adecuada consistencia interna RSE. El protocolo de medición se detalla en el anexo 2.

2.6. Procedimiento

Se solicitó autorización a la dirección general de la Institución Educativa y una vez admitida se realizó una reunión con los apoderados de los estudiantes, donde se les explicó de qué trataba el estudio y también firmaron los consentimientos informados, de ahí a los participantes se les explicó y se les hizo firmar el asentimiento informado para la investigación. La información recolectada fue de manera anónima y confidencial para fines netamente académicos, se aplicó de manera presencial en una semana por grupos.

2.7. Análisis de datos

En el análisis técnico, los datos se presentaron como frecuencias y porcentajes, y se resumieron en tablas de contingencia. La distribución de los datos se evaluó previamente y se analizó mediante la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, la cual indicó que los datos no se ajustaban a una distribución normal. Por lo tanto, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman, una prueba no paramétrica, para el análisis inferencial. Todos los análisis estadísticos se realizaron con SPSS (versión 27), un programa informático diseñado específicamente para el análisis de datos en ciencias sociales.

2.8. Aspectos éticos

El estudio cubrirá los principios éticos básicos requeridos para su implementación y quedará evidenciado mediante la documentación, sujeto al consentimiento y aprobación de los participantes. Protección de las personas, esta norma se logra manteniendo la confidencialidad de la indagación recopilada de cada participante de la investigación. Libre participación y derecho a la información, antes de participar en la investigación, se cumplirá con esta legislación explicando a las personas la intención de la investigación y haciéndoles saber que su cooperación es potestativa. Benevolencia y no maleficencia, este criterio se cumple al recopilar información de los participantes de la investigación de una manera que maximice el beneficio y reduzca cualquier forma de impacto adverso.

Justicia, la justicia prevalece y se respetan los intereses comunes. Esto significa que los intereses personales no tienen prioridad, esto se maneja según los lineamientos de la universidad. Consideración ambiental, este proyecto ayudará a proteger el medio ambiente, ya que no causará ningún daño al ecosistema. Honestidad científica, es deber y responsabilidad del investigador ser honesto al realizar cualquier investigación que afecte el resultado (Universidad Autónoma del Perú [UA], 2020).

3. RESULTADOS

Tabla 1

Relación entre el bienestar psicológico y autoestima

		Autoestima	
Rho de Spearman	Bienestar psicológico	Coefficiente de correlación	-.052
		Sig. (bilateral)	.331
		N	354

Nota. p = significancia, r = correlación, n =muestra

Se muestra que no hay relación entre las variables concertadas ($p = .331 > 0.05$), Por lo cual se rechaza la hipótesis de investigación (H_a), que planteaba la existencia de una relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en los estudiantes evaluados.

Tabla 2

Niveles de bienestar psicológico

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	62	17.5
Promedio	128	36.2
Alto	154	43.5
Muy Alto	10	2.8
Total	354	100.0

Nota. f = frecuencia, % = porcentaje

Se observa que la mayoría de los colaboradores (43.5 %) demostró una salud mental excelente, una actitud positiva y una gran adaptabilidad. Además, el 36.2 % de los participantes mostró una salud mental moderada y el 17.5 % presentó una salud mental deficiente y dificultades de adaptación psicosocial. Una pequeña minoría (2.8 %) demostró una salud mental excepcionalmente alta y una adaptabilidad personal y social sostenida y orientada al crecimiento.

Tabla 3*Niveles de autoestima*

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	234	66.1
Medio	80	22.6
Elevado	40	11.3
Total	354	100.0

Nota. *f* = frecuencia, % = porcentaje

Los resultados indicaron que la mayoría de los participantes (66.1%) presentaba baja autoestima, dificultad para reconocer su propio valor, alta vulnerabilidad emocional y posibles dificultades para responder a las exigencias del entorno. Por otro lado, el 22.6% de los participantes tenía una autoestima media, lo que demuestra un equilibrio moderado entre autoconocimiento y confianza personal. Una pequeña minoría (11.3%) tenía alta autoestima, lo que indica abundantes recursos personales y buena adaptabilidad emocional y social.

Tabla 4*Relación entre la dimensión autoaceptación y autoestima*

		Autoestima
Rho de Spearman	Autoaceptación	-0.111
		.037
		354

La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Se expone que, si existe relación significativa entre las variables, como efecto de haber contado con un ($p = 0.37 < 0.050$), aceptando la hipótesis de investigación (H_{e1}), alcanzando un coeficiente de ($r = -0.111$) correlación negativa muy débil, es decir que, si uno aumenta, la otra disminuye exactamente en la misma unidad.

Tabla 5*Correlación entre la dimensión relaciones positivas y autoestima*

		Autoestima
Rho de Spearman	Relaciones positivas	-0.059
		.266
		354

Nota. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Se ha demostrado que no existe relación entre ambas variables, esto debido a que el valor de ($p = 0.266 > 0.050$), aceptando la hipótesis nula (H_0).

Tabla 6*Correlación entre la dimensión autonomía y autoestima*

			Autoestima
Rho de		Coefficiente de correlación	-.075
Spearman	Autonomía	Sig. (bilateral)	.161
			N
			354

Nota. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Se muestra que no existe relación entre la dimensión autonomía y autoestima, como resultado de tener un ($p = .161 > 0.050$), rechazando la hipótesis de investigación (H_{e3}).

Tabla 7*Relación entre la dimensión dominio del entorno y autoestima*

			Autoestima
Rho de	Dominio del	Coefficiente de correlación	-.118
Spearman	Entorno	Sig. (bilateral)	.087
			N
			354

Nota. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Se indica que no hay relación entre las variables planteadas, por tener un ($p = .087 > 0.050$), aceptando la hipótesis nula (H_0).

Tabla 8*Relación entre la dimensión crecimiento personal y autoestima*

			Autoestima
Rho de	Crecimiento	Coefficiente de correlación	-.099
Spearman	personal	Sig. (bilateral)	.376
			N
			354

Nota. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Se ha validado que no concurre una relación significativa entre las ocisas conferidas por tener un ($p = \text{valor } .376 > .050$), rechazando la hipótesis de investigación (H_{e5}).

Tabla 9*Relación entre la dimensión propósito en la vida y autoestima*

			Autoestima
Rho de		Coefficiente de correlación	-.085
Spearman	Propósito la vida	Sig. (bilateral)	.171
			N
			354

Nota. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Se ha comprobado que no se halla relación entre las variables propuestas, esto debido a que el ($p=.171 > 0.050$), rechazando la presencia de la hipótesis de investigación (H_{e6}).

4. DISCUSIÓN

La presente investigación se propuso determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoestima en estudiantes de nivel secundario de Ayacucho. La ausencia de relación entre estas variables desafía las creencias compartidas en la psicología educativa, donde frecuentemente se asume que una mayor autoestima conlleva automáticamente a un mejor bienestar emocional. Este resultado sugiere que, al menos en poblaciones adolescentes de contextos como Ayacucho (caracterizados por realidades socioeconómicas particulares y dinámicas culturales propias), ambos constructos podrían desarrollarse de manera independiente.

Desde una perspectiva aplicada, esto implica que los programas de promoción de salud mental en escuelas secundarias deberían abordar estas dimensiones por separado, en lugar de suponer que intervenir en una beneficiará directamente a la otra.

En relación al objetivo principal se determinó que no existe relación entre las occisas comparadas. Por ello esta investigación coincide con los resultados de (Barba y Tigselema, 2021; Huertas, 2022; Naranjo, 2023; Salvatierra, 2024) en los que se utilizó una población similar con estudiantes adolescentes, donde se adquirió como efecto que no existe correlación entre ambas variables. La falta de correlación en estas variables se puede deber a que el bienestar psicológico y la autoestima son constructos independientes en el desarrollo de la adolescencia (Baumeister et al., 2003) ya que el bienestar pueda verse influenciado por lo social y el ambiente en el que se encuentran (Huppert, 2009), mientras que la autoestima por el autoconcepto que tienen de sí mismos en contraste a sus ideales (Orth & Robins, 2014).

Estos principios básicos se llegan a desarrollar a través de sus habilidades sociales en el que normalmente se presentan dificultades para poder vincularse correctamente. Es decir que el ideal que se plantean con lo real es menor y que la autoestima se vuelve mejor. Por el contrario, cuanto más es el trayecto, la autoestima será menor, aun cuando la persona sea vista efectivamente por otros (Guevara et al., 2022).

No obstante, estos resultados difieren con los encontrados por (Anticono et al., 2025; Burga, 2024; Calderon y Martínez, 2022; Franco, 2025; Guevara et al., 2022; Melendez, 2023) en el cual se trabajó con estudiantes de nivel secundario, en el que los resultados mostraron la existencia de relación directa entre moderada y fuerte entre el bienestar psicológico y autoestima, ratificando que mientras mayor sea el

bienestar psicológico mayor será la autoestima o viceversa en la población estudiada. Con todo lo hallado podemos mencionar que el bienestar psicológico llega a ser una variable que es muy influenciada por situaciones recientes que afectan al individuo, tales como el ambiente de su entorno, emocionales, familiares y oportunas de la etapa del desarrollo por las cuales atraviesan los adolescentes.

Y en la autoestima al estar en una edad donde las habilidades sociales son muy importantes pueden generar experiencias traumáticas como el acoso escolar, el abuso sexual, físico y psicológico, que pueden llegar a generar cambios de ánimo ansioso o depresivos, con ello es muy importante entender que para poder tener un buen bienestar psicológico es importante poder tener una buena autoestima primero ya que eso se puede verse muy influenciado a la hora de buscar resultados más eficaces (Maganto et al., 2019).

Con lo relacionado a los dos primeros objetivos específicos se halló que de la totalidad presentan un nivel alto de bienestar psicológico con y un nivel bajo de autoestima, estos hallazgos, surgirían debido a que existen ciertas cualidades propicias referente a sus destrezas sociales, tolerancia al estrés y un ajuste a los conmutaciones, de igual modo estos rasgos contradictorios sobre la confianza, asertividad inadecuada y perturbaciones emocionales, demostrando así que las variables de bienestar psicológico y autoestima son elementos independientes.

Esto podría deberse a que muestran un nivel alto de bienestar psicológico y autoestima, en el cual los alumnos presentan una habilidad muy elevada para poder crear o modificar contextos, y con ello poder usarlo de mejor manera sus necesidades e intereses, lo cual los puede ayudar a afrontar sus consecuencias de un mejor modo (Diener, 1984).

Con respecto al tercer objetivo primero en la dimensión autoaceptación se demostró que, si existe relación negativa muy débil, esto porque vincula la autocomprensión con la valoración personal. Este resultado enfatiza que aceptarse incondicionalmente incluso en las imperfecciones constituye un cimiento para una autoestima resiliencia.

No obstante, es una relación inexistente, futuras investigaciones deberían explorar cómo factores socioculturales moderan esta dinámica, pues la auto percepción no se construye en el vacío, sino en interacción con el entorno (Orth & Robins, 2014). Este hallazgo sugiere que la autoaceptación actúa como un factor protector de la autoestima, al mitigar la dependencia de validación externa. A

diferencia de una autoestima frágil basada en logros o comparaciones sociales (Seligman, 2002).

En cambio, en el cuarto objetivo, la dimensión relaciones positivas y autoestima se determinó que no existe relación, esto ya que en la teoría de Ryff (1989) nos dice que esta dimensión es independiente porque busca establecer vínculos con sus pares mientras que la autoestima se establece mejor de manera interna.

Continuando a ello la dimensión de autonomía y autoestima se concluyó que no existe relación, esto según de (Orth & Robins, 2014) que en sus estudios la autoestima se relaciona más a la autoevaluación que a la propia capacidad de ser autónomo, con ello Ryff (1989) también hace énfasis de que la autonomía pueda existir incluso en personas con baja autoestima o viceversa.

Así también con la dimensión de dominio del entorno y autoestima que el resultado fue que no hay relación entre ambas, Sheldon & Kasser (1995) encontraron en sus estudios que uno puede sentirse competente en su entorno sí que ello llegue a perjudicar la autoevaluación que tienen de sí mismos.

También en la dimensión de crecimiento personal y autoestima no hubo relación, Ryff (1989) explica que se refiere a la emoción de desarrollo incesante y la elaboración del potencial personal. Sin embargo, este sentido de crecimiento no siempre se traduce en una autoevaluación positiva, ya que la autoestima depende más de cómo la persona se valora a sí misma en relación con sus estándares internos y externos.

Para finalizar la dimensión propósito en la vida y autoestima demostró que no existe relación, esto según estudios son independientes ya que el primero es con respecto a tener metas y objetivos significativos mientras que por el por otro lado es sobre la valía personal y que no afecta a ninguna (Huppert, 2009).

5. CONCLUSIONES

En el actual estudio de investigación se señaló que no existe relación entre ambas variables, es decir que el bienestar se precisa más de componentes externos como el apoyo y recursos, mientras que la autoestima suele dar refutaciones más vigorosas desde lo social, es debido a esto que se necesita diferentes mediaciones.

Para el primer objetivo específico el bienestar psicológico es de nivel alto porque cuentan con vínculos afectuosos consistentes, esto indica una buena adaptabilidad emocional y social.

En el segundo objetivo el nivel de autoestima fue bajo, esto puede dificultar el reconocimiento de su propio valor y puede dejarlo emocionalmente vulnerable.

En el tercer objetivo en la dimensión aceptación si existe una relación negativa muy débil entre la dimensión autoaceptación y autoestima, esto es debido a que la autoaceptación es un componente importante en la autoestima, aunque la relación es mínima (tabla 5).

Con respecto al resto de las dimensiones se encontró que no hay asociación en ninguna de ellas lo que significa que ambas variables son independientes se puede deber a la influencia de otras variables que permitan un mayor constructo.

6. RECOMENDACIONES

A las entidades se recomienda cubrir conceptos de este estudio ya que han sido poco estudiados a nivel internacional, nacional y local, que es significativo prorrogar la investigación en este campo y con ello poder comprender su impacto en los estudiantes.

Se recomienda que futuros investigadores amplíen la localidad de estudio y generalicen los hallazgos a estudiantes de manera experimental o cuasiexperimental entre otras instituciones públicas o privadas y otras áreas geográficas.

Se recomienda a la casa de estudio considerar estrategias y prácticas de prevención y apoyo que puedan apoyar al bienestar y la salud de los estudiantes, como el manejo del estrés académico, talleres sobre reforzar la autoestima, el modo de vida y entrenamiento, y asesoramiento psicológico.

REFERENCIAS

- Angulo, B., Lobato, L., López, Á., Pastor, Y., Pérez-Torres, V., & Thomas, H., (2024). Uso de redes sociales en adolescentes: Motivación, estrés de minorías y bienestar eudaimónico. *Anales de Psicología*, 40(2). <https://revistas.um.es/analesps/article/view/556871>
- Anticona, V. D. M., Chacchi, C., & Velasque. C. (2025). *Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes del nivel secundario de una Institución Pública Ayacucho, 2024* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio de la Universidad Autónoma de Ica. <https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/2932/1/23- TESIS%20-%20CHACCHI%20SUARES%20-%20VELASQUE%20CERDAN.pdf>
- Arias, Y. (2023). *Bienestar Psicológico y Afrontamiento al Estrés en estudiantes de la Institución Educativa Pública "Luis Carranza" en Ayacucho* [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25812/BIEN ESTAR_PSICOLOGICO_AFRONTAMIENTO_AL_ESTRES_ARIAS_QUISPE_YULY_PILAR.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Baptista, P., Fernández, C., & Hernández, R., (2021). *Metodología de la investigación* (7.ª ed.). McGraw-Hill.
- Barba, P. D., & Tigselema, S. D., (2021). *Autoestima y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato de Cotopaxi y Tungurahua*. Ecuador Ambato [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica de Ecuador]. Repositorio de la Pontificia Universidad Católica de Ecuador <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3327/1/77482.pdf>
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D., (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1-44. <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>
- Beyers, W., Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Van P, S., (2022). Rebels with a cause? Adolescent defiance from the perspective of reactance theory and self-determination theory. *Child Development*, 93(1), 1-15. <https://doi.org/10.1111/cdev.13682>

- Bohlmeijer, E. T., Clarke, A. M., Elfrink, T. R., Goldberg, J. M., Schreurs, K. M. G., & Sklad, M., (2019). Effectiveness of interventions adopting a whole school approach to enhancing social and emotional development: *A meta-analysis. European Journal of Psychology of Education, 34*(4), 755–782. <https://doi.org/10.1007/s10212-018-0406-9>
- Buimer, E., Bullmore, E. T., Dolan, R. J., Fonagy, P., González G, N., Goodyer, I., Jones, P. B., Lim, S., Moreno L, L., Romero G, R., Sallie, S. N., Scheuplein, M., Van H, A., Váša, F., & Whitaker, K. J., (2023). Resilient functioning is associated with altered structural brain network topology in adolescents exposed to childhood adversity. *Development and Psychopathology, 35*(5), 2253–2263. <https://doi.org/10.1017/S0954579423000901>
- Burga, R. (2024). *Bienestar psicológico y autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Las Lomas, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33842/AUTOESTIMA_ESTUDIANTES_BURGA_REATEGUI_GREISY_ENELITA.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Calderon, T., & Martinez, P. (2022). *Relación entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de 1º ciclo de la carrera de psicología de una Universidad privada, Lima 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/31775/Calderon%20Tapia%2C%20Maria%20Laura%20Lucero-Martinez%20Palomino%2C%20Jose%20Gustavo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M., (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology, 52*(1), 141-166. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Díaz, D., Rodríguez C, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Dierendonck, D., (2006). Adaptación española de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff. *Psicothema, 18*(3), 572-577. file:///C:/Users/HP/Desktop/REQUISITOS%20ATP/NORMAS%20APA%20AUTONOMA%20DEL%20PER%20C3%9A.pdf

- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: *Progress and opportunities*. *Social Indicators Research*, 31(2), 103–157. <https://doi.org/10.1007/BF01207052>
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Psychology*, 4(1), 15. <https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81-84. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1111/1467-9280.00415>
- Dirección Regional de Salud de Ayacucho (2024). *Reporte epidemiológico de salud mental en adolescentes 2021-2023*. <https://www.saludayacucho.gob.pe/index.php/2025/01/24/durante-el-2024-35-mil-920-adolescentes-de-la-region-ayacucho-recibieron-atencion-integral-en-salud/>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W.W. Norton & Company.
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed* (Extended version). W. W. Norton & Company.
- Franco, A. M. (2025). *Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Chimbote, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio Universidad Católica los Ángeles de Chimbote <https://hdl.handle.net/20.500.13032/39230>
- Gonzales, H. (2024). *Autoestima y uso de redes sociales en adolescentes* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional De Loja]. Repositorio de la Universidad Nacional De Loja https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/30596/1/BettyEsperanza_GonzalezHerrera.pdf
- Grupo de Análisis para el Desarrollo (2022). *Impacto de la pandemia en la educación y salud mental de los adolescentes en Perú*. Grade. <https://www.grade.org.pe>
- Guevara, H. M., Gaillez, E. A., Las Peñas, V. T., & Pizarro, L. (2022). Autoestima y bienestar psicológico: Condiciones Emocionales para el logro de metas académicas de estudiantes universitarios. *Revista Universidad Nacional de Córdova*, 5(8), 93-107. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp/article/view/33325/33750>

- Harris, M. A., & Orth, U. (2020). The link between self-esteem and social relationships: A meta-analysis of longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 119*(6), 1459-1477. <https://doi.org/10.1037/pspp0000265>
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. Guilford Press.
- Hewitt, J., Holy, C., Korczak, D. J., Madigan, S., McArthur, B. A., Neville, R. D., Pador, P., Park, J. L., Racine, N., & Vaillancourt, T. (2023). Changes in depression and anxiety among children and adolescents from before to during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatrics, 177*(6), 567–581. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2023.0846>
- Holt, L. (2022). Social connection as a public health issue: The evidence and a systemic framework for prioritizing the "social" in social determinants of health. *Annual Review of Public Health, 43*(3), 193-213. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-052020-110732>
- Huertas, M. (2022). *Bienestar Psicológico y Autoestima en adolescentes del distrito de Chorrillos, Lima 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29913/BIENESTAR_PSICOLOGICO_HUERTAS_MANTILLA_KATHERINE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Huppert, F. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 1*(2), 137-164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Keyes, C., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of Two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*, 1007-1022.
- Maganto, M, C., Peris, H. & Sánchez, R. (2019). El bienestar psicológico en la adolescencia: variables psicológicas asociadas y predictoras. *European Journal of Education and Psychology, 12*(2), 139-151. <https://www.redalyc.org/journal/1293/129365934003/html/>
- Martínez, C. (2025). *Fatiga emocional, tristeza y soledad predominan entre adolescentes latinoamericanos*. Infogate. <https://www.infogate.cl/2025/04/fatiga-emocional-tristeza-y-soledad-predominan-entre-adolescentes-latinoamericanos/>

- Masten, A. S. (2018). Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise. *Journal of Family Theory & Review*, 10(1), 12–31. <https://doi.org/10.1111/jftr.12255>
- McGrath, H., & Noble, T. (2022). PROSPER: A New Framework for Positive Education. *Psychology of Well-Being*, 5(2). <https://doi.org/10.1186/s13612-015-0030-2>
- Melendez, LI. (2023). *Bienestar Psicológico y Autoestima en adolescentes de una Institución Educativa pública, Pucallpa, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34547/BIENESTAR_PSICOLOGICO_MELENDEZ_DANTAS_LLERMETH.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Ministerio de Educación (2023). *Estadísticas sobre salud mental y bienestar en estudiantes de secundaria*. MINEDU. <https://www.gob.pe/minedu>
- Ministerio de Salud (2022). *Encuesta Nacional de Salud Mental en Adolescentes*. <https://www.minsa.gob.pe/estadisticas>
- Naranjo, C. (2023). *Autoestima y Bienestar Psicológico en la Motivación Académica de estudiantes Universitarios Chilenos* [Tesis de pregrado, Universidad Gabriela Mistral]. Repositorio de la Universidad Gabriela Mistral <https://repositorio.ugm.cl/bitstream/handle/20.500.12743/2299/Autoestima%20y%20Bienestar%20Psicol%C3%B3gico.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Neff, K. (2023). *Self-Compassion: The Proven Power of Being Kind to Yourself* (2^a ed.). HarperCollins.
- Organización Mundial de la Salud (2024). *Impact of social networks on the mental health of adolescents*. <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 381-387. <https://doi.org/10.1177/0963721414547414>
- Organización Panamericana de la Salud (2024). *Mental health and psychological well-being in the Americas*. PAHO. <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.

- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg F. (1995) Global self-esteem and specific self-esteem. *American Sociological Review*, 60(2), 141-56.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. [10.1037/0022-3514.57.6.1069](https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069)
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C., & Singer, B. (2002). From social structure to biology. En C. Snyder y A. López (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 63-73). Oxford University Press. <https://midus.wisc.edu/findings/pdfs/83.pdf>
- Salvatierra, P. (2024). *Relación entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria, Ayacucho, 2023* [Tesis de pregrado; Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/39234/AUTOESTIMA_BIENESTAR_PSICOLOGICO_SALVATIERRA_PRADO_NOELIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Sánchez, V., De La Fuente, F., & Ventura, L. (2021). Modelos factoriales de la Escala de Autoestima de Rosenberg en adolescentes peruanos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 26(1), 47–55. <https://doi.org/10.5944/rppc.26631>
- Seligman, M. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.
- Sheldon, K. M., & Kasser, T. (1995). Coherence and congruence: Two aspects of personality integration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(3), 531-543. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.3.531>
- Travezaño, C, A., Santos-García, S., & Vilca, L. (2024). Escala de autoestima de Rosenberg-P (EAR-P) en universitarios: Nuevas evidencias psicométricas de

su estructura interna. *Interdisciplinaria*, 41(1), 15–16.
<https://doi.org/10.16888/interd.2024.41.1.15>

Twenge, J. M. (2023). *Generations: The Real Differences Between Gen Z, Millennials, Gen X, Boomers, and Silents*. Simon & Schuster.

United Nations International Children's Emergency Fund (2023). *A safer digital environment for children: Now is the time to act*. United Nations Children's Fund.

https://violenceagainstchildren.un.org/sites/violenceagainstchildren.un.org/files/documents/publications/a_safer_digital_environment_for_children.pdf

United Nations International Children's Emergency Fund (2024). *Global Annual Results Report 2023: Mental Health – For every child, mental health & psychosocial wellbeing*. UNICEF.

<https://www.unicef.org/media/161436/file/Spotlight%20Global%20Thematic%20Fund%20Mental%20Health.pdf>

Universidad Autónoma del Perú (2020). *Código de ética en la investigación*.
<https://www.autonoma.pe/wp-content/uploads/2023/07/REGLAMENTOS-DE-CODIGO-DE-ETICA-EN-LA-INVESTIGACION.pdf>

Villanueva, Q. (2023). *Propiedades psicométricas de la escala bienestar psicológico de Ryff en estudiantes de una universidad de Lima Sur, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2553/Villanueva%20Quispe%20Diana%20Esther.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

ANEXOS

Anexo 01. Matriz de consistencia

ENUNCIADO	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa de Ayacucho?	Objetivo general Determinar la relación entre el bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa de Ayacucho.	Hipótesis general Existe relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho.	VARIABLE 1 bienestar psicológico	Tipo de investigación: *Básica *Cuantitativa
	Objetivos específicos 1. Analizar el nivel bienestar psicológico. 2. Analizar el nivel de autoestima. 3. Determinar la relación entre la dimensión autoaceptación y autoestima. 4. Determinar la relación entre la dimensión relaciones positivas y autoestima. 5. Determinar la relación entre la dimensión autonomía y autoestima.	Hipótesis específicas (H1): Existe relación entre la dimensión autoaceptación y autoestima en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho. (H2): Existe relación entre la dimensión relaciones positivas y autoestima en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho. (H3): Existe relación entre la dimensión autonomía y autoestima en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho. (H4): Existe relación entre la dimensión dominio del entorno y autoestima en	Dimensiones *autoaceptación *relaciones positivas *autonomía *dominio del entorno *propósito en la vida *crecimiento personal	VARIABLE 2 autoestima Unidimensional

-
- | | | |
|---|--|------------------------------------|
| 6. Determinar la relación entre la dimensión dominio del entorno y autoestima. | estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho.
(H5): Existe relación entre la dimensión | No probabilística por conveniencia |
| 7. Determinar la relación entre la dimensión propósito en la vida y autoestima. | propósito en la vida y estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho. | |
| 8. Determinar la relación entre la dimensión crecimiento personal y autoestima. | (H6): Existe relación entre la dimensión crecimiento personal y autoestima en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho. | |
-

Anexo 02. Protocolo de los instrumentos de medición

Instrumento	Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (adaptado por Villanueva, 2023)	Escala de Autoestima de Rosenberg (adaptado por Sánchez et al., 2021)
Autor y año original	Carol Ryff (1989)	Morris Rosenberg (1965)
Adaptación utilizada	Villanueva (2023)	Sánchez, Torres y Rivera (2021)
Objetivo	Evaluar el nivel de bienestar psicológico a partir de seis dimensiones relacionadas con el desarrollo personal y el funcionamiento positivo.	Evaluar el grado de autoestima global, entendida como la valoración positiva o negativa que una persona tiene de sí misma.
Dimensiones	6 dimensiones	unidimensional
Número de ítems	30 ítems (versión abreviada adaptada al contexto peruano).	10 ítems.
Tipo de ítems / Escala de medición	Escala tipo Likert de 5 puntos (de 1 = Totalmente en desacuerdo a 5 = Totalmente de acuerdo).	Escala tipo Likert de 4 puntos (de 1 = Totalmente en desacuerdo a 4 = Totalmente de acuerdo).
Población de aplicación	Estudiantes adolescentes y jóvenes del contexto peruano.	Estudiantes adolescentes y jóvenes del contexto peruano.
Confiabilidad	$\alpha = 0.91$ en la validación de Villanueva (2023).	$\alpha = 0.86$ en la adaptación de Sánchez et al. (2021).
Validez	Es constructivo y ha pasado el análisis factorial de confirmación y la verificación de consistencia interna.	Se basa en constructos y está respaldado por análisis factorial y análisis de correlación con otros instrumentos de medición de la autoestima.
Procedimiento de aplicación	Colectiva, en formato papel o digital; duración aproximada de 15 a 20 minutos.	Colectiva, en formato papel o digital; duración aproximada de 10 minutos.
Observaciones / Adaptación	La adaptación peruana de Villanueva (2023) ajustó el lenguaje y los ítems a la realidad sociocultural juvenil.	Sánchez et al. (2021) validaron la escala en estudiantes peruanos, confirmando su fiabilidad y validez.

Anexo 03. Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Bienestar psicológico	Ryff y Keyes (1995) plantean que el bienestar psicológico está vinculado al estado emocional y mental que permite al individuo mantener un funcionamiento psíquico adecuado, en consonancia con su estilo personal y su capacidad para ajustarse tanto a las demandas internas como a las del entorno físico y social	El bienestar psicológico se mide a través de seis dimensiones estructuradas en la Escala de Bienestar Psicológico (Ryff, 1989), adecuada a una versión española por (Díaz, et al. 2006) y adaptada a una versión peruana por (Villanueva, 2023).	Autoaceptación Relaciones positivas Autonomía Dominio del entorno Propósito en la vida Crecimiento personal	Valoración positiva sobre nosotros, aceptando fortalezas y debilidades. Establecimiento de vínculos significativos y de apoyo mutuo. Toma de decisiones independientes y basadas en valores personales. Capacidad para manejar responsabilidades y adaptarse a cambios. Tener metas claras y sentir que la vida es importante. Búsqueda constante de mejora y progreso personal	Ordinal
Autoestima	Rosenberg (1996) sostiene que la autoestima se manifiesta como una valoración que puede ser favorable o desfavorable hacia uno mismo. Este concepto se construye a partir de componentes tanto emocionales como racionales, lo que influye en la manera en que cada individuo reflexiona y se juzga a sí mismo.	La autoestima se midió de manera unidimensional en la Escala de Autoestima de (Rosenberg, 1996) y adaptada a una versión peruana por (Sánchez. et al. 2021)	Unidimensional	Opinión general positiva o negativa sobre la valía personal, reconociéndose y aceptando fortalezas como debilidades.	Ordinal

Anexo 04. Consentimiento informado



CONSENTIMIENTO INFORMADO

La finalidad de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de una Institución Educativa de Ayacucho.

Y es dirigido por la investigadora, Jane Maddy Huamaní Anyosa.

El propósito de la investigación es: Determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de una Institución Educativa de Ayacucho.

Para ello, se le invita a su menor hijo(a) a participar en una encuesta que le tomará 30 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Nosotros guardaremos la información de su hijo(a) sin nombre alguno. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de su hijo(a).

Al concluir la investigación, si usted desea ser informado de los resultados podrá escribir al correo mahe2812260119@gmail.com para recibir mayor información.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: _____

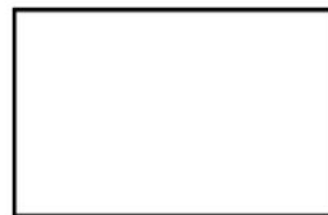
Fecha: _____

Correo electrónico: _____

Firma del tutor: _____

Firma del investigador (o encargado de recoger información):

Anexo 05. Asentimiento informado



ASENTIMIENTO INFORMADO

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre la investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

Este documento tiene valor si su padre o apoderado ha aceptado su participación firmando el formato de consentimiento informado para autorizar la participación de un (a) menor en un estudio de investigación.

La presente investigación se titula: Bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho Dirigida por Jane Maddy Huamaní Anyosa, investigadora de la Universidad Autónoma del Perú.

El propósito de la investigación es determinar la relación entre bienestar psicológico y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Ayacucho.

Para ello, se le invita a participar de una evaluación que le tomará 30 minutos aproximadamente de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted puede solicitar cualquier información escribiendo al correo mahe2812260119@gmail.com.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Fecha :

Firma :

Anexo 06. Carta de autorización de instrumentos

Permiso para utilizar la Escala de Bienestar Psicológico.

11/7/25, 22:25

Gmail - SOLICITO PERMISO PARA UTILIZAR LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO



Jane Maddy <mahe2812260119@gmail.com>

SOLICITO PERMISO PARA UTILIZAR LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO

3 mensajes

Jane Maddy Huamaní Anyosa <mahe2812260119@gmail.com>

19 de febrero de 2025, 19:15

Para: Diana Esther Villanueva Quispe <villanuevadianaesther12@gmail.com>

Cordial Saludo,

Mi nombre es Jane Maddy Huamaní Anyosa soy bachiller de la carrera profesional de Psicología en la Universidad Autónoma de Perú y me gustaría solicitar su permiso para poder utilizar La escala de Bienestar Psicológico adaptado en Perú para la realización de una investigación empírica con fines de cumplir la experiencia curricular.

Por lo expuesto:

Ruego a su persona a aceptar mi solicitud, gracias.


Diana Esther Villanueva Quispe <villanuevadianaesther12@gmail.com>

24 de febrero de 2025, 15:00

Para: Jane Maddy <mahe2812260119@gmail.com>

Hola Jane,

Claro que puedes utilizar el instrumento, lo adjunto aquí

 **Versión final - Escalas de Bienestar Psicológico (1).docx**

21K

Jane Maddy Huamaní Anyosa <mahe2812260119@gmail.com>

24 de febrero de 2025, 15:08

Para: Diana Esther Villanueva Quispe <villanuevadianaesther12@gmail.com>

Muchas gracias 😊

[El texto citado está oculto]

Permiso para utilizar la Escala de Autoestima de Rosengberg.

11/7/25, 22:24

Gmail - SOLICITO PERMISO PARA UTILIZAR LA ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG



Jane Maddy <mahe2812260119@gmail.com>

SOLICITO PERMISO PARA UTILIZAR LA ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

3 mensajes

Jane Maddy Huamaní Anyosa <mahe2812260119@gmail.com>
Para: vale96.dlf@gmail.com

19 de febrero de 2025, 19:01

Cordial Saludo,

Mi nombre es Jane Maddy Huamaní Anyosa soy bachiller de la carrera profesional de Psicología en la Universidad Autónoma de Perú y me gustaría solicitar su permiso para poder utilizar La escala de Autoestima de Rosemberg adaptado en Perú para la realización de una investigación empírica con fines de cumplir la experiencia curricular.

Por lo expuesto:

Ruego a su persona a aceptar mi solicitud, gracias.

Valeria S. de La Fuente <vale96.dlf@gmail.com>
Para: Jane Maddy Huamaní Anyosa <mahe2812260119@gmail.com>

27 de febrero de 2025, 13:19

Buenas tardes Jane,

Te agradecemos el interés en nuestro trabajo. Puedes utilizar el instrumento ya que es de acceso libre, lo encontrarás en el siguiente artículo: <https://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/26631>

No olvides citarnos.

Un saludo.

[El texto citado está oculto]

--

Atte. Valeria S. de La Fuente Figuerola

Jane Maddy Huamaní Anyosa <mahe2812260119@gmail.com>
Para: "Valeria S. de La Fuente" <vale96.dlf@gmail.com>

27 de febrero de 2025, 13:48

Muchas gracias 😊

[El texto citado está oculto]

