



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

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

TESIS

ANSIEDAD ESTADO – RASGO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES
DE LA FACULTAD DE SALUD DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DEL NORTE –
2022

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

AUTORA

LEYCI PAMELA ORE PACHECO (ORCID: 0000-0002-0728-315X)

ASESORA

DRA. SILVANA GRACIELA VARELA GUEVARA (ORCID: 0000-0002-3528-8548)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DE PROGRAMA

BIENESTAR PSICOLÓGICO

LÍNEA DE ACCIÓN RSU

SALUD Y BIENESTAR

LIMA, PERÚ, NOVIEMBRE DE 2022



CC BY-NC-ND

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.

Referencia bibliográfica

Ore Pacheco, L. P. (2024). *Ansiedad estado - rasgo y bienestar psicológico en estudiantes de la Facultad de una Universidad Privada del Norte – 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Leyci Pamela Ore Pacheco
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	74835603
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-0728-315X
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	47283514
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-3528-8548
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Diego Valencia Pecho
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	46196305
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Max Hamilton Chauca Calvo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	08035455
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Karol Mabel Contreras Castro
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	70051011
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Ansiedad estado - rasgo y bienestar psicológico en estudiantes de la Facultad de una Universidad Privada del Norte - 2022
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: el MG. DIEGO ISMAEL VALENCIA PECHO como presidente, el MG. MAX HAMILTON CHAUCA CALVO como secretario y la MG. KAROL MABEL CONTRERAS CASTRO como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**ANSIEDAD ESTADO – RASGO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN
ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE SALUD DE UNA UNIVERSIDAD
PRIVADA DEL NORTE – 2022**

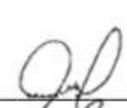
Presentado por la bachiller:
LEYCI PAMELA ORE PACHECO

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 **TRECE (13)**.

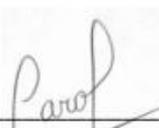
En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 21 de noviembre del 2022.



PRESIDENTE
MG. DIEGO ISMAEL
VALENCIA PECHO



SECRETARIO
MG. MAX HAMILTON
CHAUCA CALVO



VOCAL
MG. KAROL MABEL
CONTRERAS CASTRO

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo Silvana Graciela Varela Guevara 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 asesora de la tesis titulada:

Ansiedad estado – rasgo y bienestar psicológico en estudiantes de la Facultad de Salud de una Universidad Privada del Norte - 2022

De la bachiller Leyci Pamela Ore Pacheco, certifico que la tesis tiene un índice de similitud de 17% verificable en el reporte de similitud del software Turnitin que se adjunta.

La suscrita revisó y analizó dicho reporte a lo que 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, 15 de mayo del 2024.



Silvana Graciela Varela Guevara

DNI: 47283514

DEDICATORIA

A mi familia, por brindarme el apoyo y la fuerza para nunca rendirme y seguir luchando por mis objetivos. Para ti adorada Scotty, que eres mi ángel guardián quien acompaña y protege mi camino.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por brindarme la salud y fuerza que necesitaba durante estos cuatro meses que fueron difíciles, llenos de un arduo trabajo. Agradezco a mi padre, Willian Oré, por su apoyo económico y porque, a pesar de las circunstancias, siempre se preocupa por mí, me cuida y orienta a seguir mis metas. A mi querida madre, Edith Pacheco, por brindarme su amor y apoyo incondicional, por acompañarme durante este arduo proceso y darme la fuerza para no rendirme hasta cumplir mi objetivo. A mi mamita Rosa y a mi papito Nicolás, por ser mis segundos padres, darme todo su amor, apoyo, confianza y protegerme siempre. A mis hermanos Paola, Karina y Diego, por apoyarme en este camino de superación. Asimismo, agradezco a mi enamorado por haber sido mi fortaleza y motivación para no rendirme a mitad de camino. Deseo agradecer de igual forma a mis queridos ex profesores, María Zegarra, Deyvi Baca y Jesús Aiquipa, por haber sido parte de mi formación académica, brindarme sus conocimientos y contribuir con mi desarrollo profesional. A la Universidad Autónoma del Perú, por permitirme seguir forjándome como profesional. A mi asesor Diego Valencia, por guiarme y esclarecer las dudas que tenía en cada clase. Para concluir, agradezco a todos los estudiantes que fueron parte de este estudio, permitiendo así que se concrete con éxito.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
LISTA DE TABLAS	5
RESUMEN	6
ABSTRACT	7
RESUMO	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	20
2.1. Tipo y diseño de investigación.....	21
2.2. Población, muestra y muestreo.....	21
2.3. Hipótesis.....	23
2.4. Variables y operacionalización.....	23
2.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos validez y confiabilidad...	26
2.6. Procedimientos.....	29
2.7. Análisis de datos.....	29
2.8. Aspectos éticos.....	30
CAPÍTULO III: RESULTADOS	31
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN	38
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES	47
CAPÍTULO VI: RECOMENDACIONES	50
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS
Tabla 2	Operacionalización de las variables
Tabla 3	Frecuencias y porcentajes de los niveles de ansiedad estado
Tabla 4	Frecuencias y porcentajes de los niveles de ansiedad rasgo
Tabla 5	Frecuencias y porcentajes del bienestar psicológico
Tabla 6	Prueba de normalidad de la ansiedad estado y la ansiedad rasgo
Tabla 7	Prueba de normalidad de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones
Tabla 8	Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y bienestar psicológico
Tabla 9	Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión autoaceptación
Tabla 10	Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión relaciones positivas
Tabla 11	Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión autonomía
Tabla 12	Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión dominio del entorno
Tabla 13	Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión propósito en la vida
Tabla 14	Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión crecimiento personal

**ANSIEDAD ESTADO – RASGO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN
ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE SALUD DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA
DEL NORTE – 2022**

LEYCI PAMELA ORE PACHECO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

La finalidad de esta indagación fue determinar la relación entre las variables ansiedad estado-rasgo y bienestar psicológico en universitarios pertenecientes a la Facultad de Salud de una Universidad Privada del Norte. El modelo del estudio fue descriptivo y de diseño correlacional, no experimental. La muestra seleccionada estuvo constituida por 217 universitarios, de sexo femenino como masculino y el intervalo de edad oscilaba entre 18 a 35 años, con un muestro no probabilístico. Los instrumentos aplicados fueron el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) (Spielberg, 1994) y la Escala de Bienestar Psicológico (Ryff, 1995). Asimismo, los resultados obtenidos nos arrojan que existe una correlación positiva, de nivel bajo y estadísticamente muy relevante entre las variables ansiedad estado y bienestar psicológico ($r=0.341$; $p=0.000$), asimismo, se observa una correlación positiva, moderada y muy relevante entre las variables ansiedad rasgo y bienestar psicológico ($r=0.410$; $p=0.000$).

Palabras clave: ansiedad, bienestar, universitarios

**ANXIETY STATE - TRAIT AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN STUDENTS
OF THE FACULTY OF HEALTH OF A PRIVATE UNIVERSITY OF THE NORTH –
2022**

LEYCI PAMELA ORE PACHECO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between the variables state-trait anxiety and psychological well-being in university students belonging to the health faculty of a Private University of the North. The study model was descriptive and correlational design, not experimental. The selected sample consisted of 217 university students, both female and male, and the age range ranged from 18 to 35 years. with a non-probabilistic sample. The instruments applied were the State-Trait Anxiety Inventory (IDARE) (Spielberg, 1994) and the Psychological Well-Being Scale (Ryff, 1995). Likewise, the results obtained show us that there is a positive, low-level and statistically very relevant correlation between the variables state anxiety and psychological well-being ($r=0.341$; $p=0.000$), likewise, a positive, moderate and very relevant correlation is observed. between the variables trait anxiety and psychological well-being ($r=0.410$; $p=0.000$).

Keywords: anxiety, well-being, university students

**ESTADO DE ANSIEDADE - TRAÇO E BEM-ESTAR PSICOLÓGICO EM ALUNOS
DA FACULDADE DE SAÚDE DE UMA UNIVERSIDADE PRIVADA DO NORTE –
2022**

LEYCI PAMELA ORE PACHECO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

O objetivo deste estudo foi determinar a relação entre as variáveis estado-traço de ansiedade e bem-estar psicológico em estudantes universitários pertencentes à faculdade de saúde de uma Universidade Privada do Norte. O modelo de estudo foi de desenho descritivo e correlacional, não experimental. A amostra selecionada foi composta por 217 universitários, tanto do sexo feminino quanto masculino, e a faixa etária variou de 18 a 35 anos. uma amostra não probabilística. Os instrumentos aplicados foram o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDARE) de (Spielberg, 1994) e a Escala de Bem-Estar Psicológico de (Ryff, 1995). Da mesma forma, os resultados obtidos mostram-nos que existe uma correlação positiva, de baixo nível e estatisticamente muito relevante entre as variáveis estado de ansiedade e bem-estar psicológico ($r=0.341$; $p=0.000$), assim como uma correlação positiva, moderada e muito relevante observa-se correlação entre as variáveis ansiedade-traço e bem-estar psicológico ($r=0.410$; $p=0.000$).

Palavras-chave: ansiedade, bem-estar, estudantes universitários

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

Recientemente, nuestra sociedad se ha visto afectada por el origen de una pandemia generada por un virus llamado COVID-19. Esta enfermedad trajo consigo contagios masivos en la población dejando consecuencias irremediables en algunos casos como es la muerte. Sin embargo, en el rango de salud mental, las personas han experimentado situaciones ansiosas, estresantes y depresivas, afectando así su bienestar psicológico; en consecuencia, han desarrollado sensaciones de frustración, angustia y estrés.

A nivel mundial, existe un 50% de jóvenes que presentan algún trastorno de salud mental, siendo la ansiedad el de mayor porcentaje; en la mayoría de casos los trastornos mentales suelen aparecer alrededor de los 14 años de edad (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2014). Tanto la ansiedad como la depresión son las alteraciones psicológicas más trabajadas en los centros médicos en adultos, generando un impacto significativo en los educandos de educación superior (Agudelo et al., 2008). Asimismo, el 10% de la población mundial ha sido afectada en algún momento de su vida por un trastorno de ansiedad (OMS, 2016). De igual forma, en el 2021, existió un incremento del 25% en la incidencia de casos de ansiedad y depresión (OMS, 2022). Por otro lado, en una muestra española se encontró que el 47.1% de educandos padecía desórdenes de ansiedad y el 55.6% depresión, encontrando mayor predominancia en el género femenino.

En América Latina, un porcentaje mayor al 22% padecen alteraciones psíquicas predominando la depresión y la ansiedad severa (Banco Mundial, 2017). Según el periódico Emol (2017) Brasil fue el país que presentó mayor número de desórdenes de ansiedad con 9.3% en los habitantes, seguido de Paraguay (7.6%), Argentina (6.3%) y Perú (5.7%). De igual manera, en Chile se encontró que un grupo de universitarios con un nivel elevado de ansiedad ante los exámenes, generando

consecuencias negativas a nivel cognitivo, fisiológico y motor (Álvarez et al., 2012). Asimismo, en Colombia se halló que el 58% de alumnos de Psicología presentan una tasa alta de ansiedad y depresión a causa de factores económicos y problemas familiares (Vergara et al., 2014 y Cardona et al., 2016).

En el Perú, el Ministerio de Salud y la Dirección de Salud Mental (DSAME), desde el mes de enero hasta agosto del año 2021, se registraron 813 426 casos de ansiedad y depresión en ciudadanos limeños. Yuri Cutipé, dirigente de DSAME, acotó que la población que manifiesta desordenes en su bienestar mental se ha ido incrementando a causa de la epidemia.

La vida universitaria conlleva a experimentar una serie de situaciones en donde se pone a prueba el talento de la persona para poder afrontarla y solucionarla de una manera eficaz. Desde una perspectiva personal, los estudiantes manifiestan y experimentan una serie de emociones, situaciones y conflictos que deben resolver a lo largo de su carrera universitaria, esto les ocasiona ansiedad, estrés, alteración en su alimentación y en el sueño (Ramírez, 2016).

Asimismo, en referencia a la variable bienestar psicológico, se considera un proceso de autoaceptación y percepción personal, que ayuda al ser humano a desarrollarse a nivel personal, familiar, social y laboral en su entorno. Asimismo, permite mantener una vida saludable, con objetivos y metas establecidas que le ayudarán a desenvolverse y actuar de una manera adecuada, haciendo frente a los diversos obstáculos que puedan manifestarse a lo largo de su vida (OMS, 2012; Sánchez, 2013; Martínez, 2014).

Estudios realizados en Ecuador evidenciaron que el bienestar psicológico pronostica una correcta adaptación social, basándonos en las vivencias dolorosas que hayan experimentado los educandos que presentan niveles bajos de bienestar

psicológico, por ende, estarían más expuestos a presentar algún trastorno psicológico (Moreta et al., 2017).

Ante todo, lo expuesto anteriormente y por la relevancia de la problemática surge la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el bienestar psicológico en educandos de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte?

En el alcance nacional, Hinostroza (2022) delimitó el rango de bienestar psicológico en 134 educandos de nivel académico superior, siendo un 23% hombres y el 77% mujeres, de una institución en Huancayo. Se encontró que el 80% de universitarios manifiestan un grado moderado de bienestar psicológico, el 16% un grado bajo y el 4% un grado elevado. Por tanto, se concluyó que los educandos presentaron un nivel adecuado de bienestar psicológico gracias a la percepción en relación a sus objetivos en la vida.

Por su lado, Hernández (2020) examinó el vínculo entre procrastinación académica, estrés académico y bienestar psicológico en 184 alumnos de una universidad privada de Chincha. Los resultados indicaron que hubo una correlación relevante entre las variables estudiadas, excluyendo las dimensiones: regulación académica y estímulos estresores las cuales presentan una correlación no significativa, pero concuerda con la teoría, concluyendo que los resultados encontrados se relacionan con los antecedentes y bases teóricas expuestas en este estudio.

A su vez, Carrillo (2019) estableció el vínculo entre ansiedad y bienestar psicológico en un grupo de 160 estudiantes de Psicología pertenecientes a una institución superior pública en Tumbes. En relación a los resultados se evidenciaron relaciones entre ansiedad estado (AE) con bienestar subjetivo (BPS), bienestar

material, bienestar laboral y vínculos amorosos, mientras que la ansiedad rasgo (AR) con bienestar subjetivo, bienestar material, bienestar laboral, y vínculos amorosos. Se concluyó que existió un vínculo establecido entre las variables estudiadas.

En alcance internacional, Gonzales (2021) estableció la asociación de la ansiedad y resiliencia con el bienestar psicológico en 378 educandos de una universidad pública de Guatemala, siendo 252 mujeres y 126 varones. Los resultados evidenciaron que existió un índice bajo de trastorno generalizado de ansiedad con 2.907, mientras que la variable resiliencia obtuvo un indicador alto con 4.816, los cuales perjudican al bienestar psicológico con una varianza de 26.20%. Concluyendo que se debe dar mayor importancia a los síntomas de ansiedad y resiliencia para generar un mejor desarrollo del bienestar psicológico.

Antoñanzas et al. (2019), identificaron el vínculo entre ansiedad con personalidad y con la inteligencia emocional en universitarios. La investigación utilizó un modelo ex post-facto de carácter prospectivo, constituida por 160 estudiantes del Magisterio de la Facultad de Educación de Zaragoza, cuyas edades oscilan entre 17 a 33 años. Se descubrió una correlación significativa entre los factores analizados en relación a las variables ansiedad, personalidad e inteligencia emocional percibida, concluyendo que debe tomarse en cuenta la relación relevante entre las variables estudiadas, para que se utilicen en la formación de los estudiantes de educación.

Martínez et al. (2019) determinaron la relación entre bienestar psicológico y el rendimiento académico en 170 educandos universitarios del II y III semestre de la Facultad de Ciencias Médicas de la UNA. De acuerdo al bienestar psicológico, los resultados evidenciaron que el 50.59% de la muestra estudiada presentan un rango moderado de bienestar psicológico y un nivel promedio en relación al rendimiento

académico (3.50), concluyendo que si hay una correlación entre ambas variables en un grupo de universitarios.

El término ansiedad emana del latín *anxietas/anxietis* y se manifiesta en el sujeto poniéndolo en una situación de alarma, ocasionándole preocupación, inquietud y nerviosismo. El experimentar un fracaso monetario, familiar o amoroso eran considerados reacciones normales y las reacciones que se mostraban muy repetitivas y exageradas eran síntoma de ansiedad. Esta se puede definir entonces como un estado que el organismo del individuo manifiesta ante la vivencia de una situación amenazante o de peligro (Rojo, 2011).

Por el contrario, la ansiedad es considerada como una mezcla de diversas situaciones que manifiesta el individuo a nivel mental y físico ante una amenaza o peligro imaginario; por el contrario, experimenta una sensación de crisis, un estado confuso que genera pánico y temor en la persona que lo vive. Se suele confundir la ansiedad con la angustia o con el miedo. La diferencia con el segundo es que el miedo se presenta ante vivencias presenciales y la ansiedad se vincula con el adelanto de un suceso peligroso (Marks, 1986; citado en Torres, 2020).

Algunos de los síntomas que se manifiestan a causa de la ansiedad, son clasificados en síntomas fisiológicos, cognitivos y motores (Rodríguez, 2008). Los síntomas fisiológicos más destacados serían desvanecimiento, dolor de cabeza, problemas en la vista, sudoración excesiva, labios secos, bochorno, sonrojo en los cachetes, respiración agitada, complicaciones para respirar, presión en el pecho, contracciones cardíacas, variación del periodo menstrual, deseo sexual mínimo, alteración en la eyaculación, complicaciones para la ingesta de alimentos, digestión lenta, regurgitar los alimentos y fatiga.

Por su parte, los síntomas cognitivos más representativos son las inquietudes persistentes e irracionales, timidez injustificada y absurda, miedo anticipado de experiencias peligrosas, aparición de ideas negativas y revolucionario, falta de confianza en sí mismo, percepción distante e irreal, percepción general de desorden y complicaciones en el desarrollo de toma de decisiones.

En último lugar, tenemos a los sistemas motores considerando los movimientos motores son lentos y tardíos, acciones consecutivas (morderse los labios), respuestas de sobresaltos, poca tolerancia a la violencia y frustración, entorpecimiento en la comunicación oral, conductas evitativas, retraimiento social, conductas compulsivas y actitudes que ponen en riesgo nuestra salud.

Por otro lado, según Stein y Hollander (2010), las causas de la ansiedad son fortuitos, repentinos y pueden ser originados en base a factores genéticos o ambientales. En mención a la genética, puede considerarse hereditario manifestándose a través del carácter y personalidad del individuo, ya que se enfoca en lo orgánico y se presenta desde temprana edad (Muriel et al., 2013). En relación al factor ambiental se relaciona con el entorno que frecuenta el individuo, se pueden presentar ciertos estímulos los cuales originarían un trastorno de ansiedad, a causa de un episodio que cause estrés o un elemento externo que lo desarrolle.

De acuerdo con la teoría de la ansiedad estado – rasgo de Spielberger (1970), para describir de manera correcta el término de ansiedad, primero, se debe conocer y diferenciar la ansiedad como un estado emocional (la cual se manifiesta de manera inmediata y se caracteriza por generar tensión, inquietud y poner en estado de alerta y nerviosismo al individuo) en relación con la ansiedad como rasgo de personalidad (se caracteriza por ser una tendencia, no se presenta en la conducta y se manifiesta de manera reiterativa en el individuo).

Años más tarde, Spielberger replanteó la definición de ansiedad, acotando que no solo se describiría como una reacción, sino que también como un estado emocional, generando una sensación desagradable al individuo que lo experimente. Esta sensación se caracteriza de forma diferente a cualquier otro estado emocional, ya que la ansiedad estado es una fusión de emociones que causan temor, inquietud y alerta, trayendo consigo alteraciones fisiológicas en el sujeto (Spielberger y Rickman, 1990).

Por otro lado, el concepto de bienestar se ha venido desarrollando con base en los diversos panoramas psicológicos (Peterson et al., 2005). El primero se enfoca en el punto de vista hedónico, donde el bienestar se vincula con el grado de satisfacción, tomando en cuenta que este ocupa un nivel elevado en el sujeto, brindando felicidad y relacionándose con los sentimientos efectivos, un grado de bienestar pleno y la escasez de sentimientos destructivos. Estas características se les conoce en la actualidad como bienestar subjetivo (Diener et al., 1999).

Desde el enfoque eudamónico del bienestar, podemos afirmar que en su momento era complicado examinar el bienestar psicológico de manera única, por ello se propuso un modelo multifacético, orientado en los índices de funcionalidad positiva en la vida del sujeto como lo son: la autonomía, el desarrollo personal, la autoaceptación, los intereses y metas de vida, el manejo del lugar en que nos encontremos y los vínculos sociales como puntos importantes e indispensables que engloba el bienestar personal (Ryff & Keyes, 1995).

El prototipo multifacético del bienestar psicológico de Ryff consta de seis dimensiones: la autoaceptación, la cual se define como el conocimiento y la evaluación que es aplicada al propio sujeto, consta de conocer las ideas, comportamientos, gustos y emociones personales, para auto conocerse la persona

debe identificar sus defectos y virtudes, continuamos con los vínculos sociales con los demás: este se conceptualiza por presentar la capacidad para interactuar con el prójimo, demostrar la empatía y respeto por la otra persona, mostrar y defender de manera adecuada los ideales personales; seguimos con el desarrollo personal: este se define como la capacidad para conocer y potencializar los propios conocimientos, es el potencial para crecer y desarrollarse a nivel personal (Ballesteros et al., 2006; Ryff & Singer, 2008).

Además, incluye el propósito de vida conceptualizada como los objetivos que cada individuo establece a lo largo de su vida, consta de los propósitos que cada individuo busca alcanzar para generar un nivel de satisfacción, afianzar los conocimientos que se van adquiriendo para mejorar y optimizar el desarrollo del individuo; el dominio del ambiente: es la capacidad y facilidad que manifiesta la persona en un ambiente diferente, manejo de emociones de forma adecuada y desenvolvimiento del sujeto según la situación en la que este se encuentre y finalmente tenemos a la autonomía: esta dimensión es la que abarca mayor importancia en la vida del individuo puesto ya que el individuo tiene la capacidad de plantear, defender y compartir sus pensamientos con respeto y tolerancia hacia los demás, es conocer la ideología, sentimientos y poner a prueba su nivel de regulación (Ballesteros et al., 2006; Ryff & Singer, 2008).

Una de las teorías de mayor impacto acerca del bienestar psicológico fue la de Carol Ryff. Esta teoría fue planteada con la finalidad de obtener una incorporación basándose en un principio en el modelo eudaimónico, el cual incorpora a la autorrealización, crecimiento personal y las técnicas para perfeccionar y desplegar las facultades del hombre.

La investigadora propuso en su teoría que el bienestar psicológico estaría conformado por seis categorías las cuales permitirían estimar los niveles positivos y negativos de los individuos. La autoaceptación, las relaciones positivas con los demás, la autonomía, el dominio del entorno, el desarrollo personal y el objetivo de la vida. Este estudio estuvo basado en un juicio de reflexión e ideas automáticas tomando en cuenta estudios que abarquen la madurez, la definición de autorrealización, la perspectiva psicológica, el desenvolvimiento de las facultades del ser humano y el modelo de la independización (Ryff, 1989). La definición de bienestar psicológico se basa en el punto de vista desde la perspectiva de madurez que manifiesta el sujeto a lo largo del desarrollo de su vida, abarcando todas las etapas del ser humano.

En su modelo Ryff, les brinda importancia a los procesos de desarrollo y evolución, tomando en cuenta las características buenas, malas y que generen respuestas positivas en la vida, siendo consideradas como un concepto multidimensional. En relación a lo antes ya mencionado, Deci & Ryan (2006; citado en Pardo, 2010) plantean que el bienestar posibilitará la presencia de una vida satisfactoria, evaluará las capacidades del individuo y evolucionaran de manera constante. Por tal motivo, es relevante examinar al bienestar psicológico en base a la psicología positivista ya que actualmente existen investigaciones que evalúan la variable desde un punto subjetivo y personal (Diener et al., 1997; citado en Casullo y Castro, 2000).

Respecto a la justificación de este estudio, a nivel teórico, se desarrolló y afianzó las teorías acerca de la ansiedad y bienestar psicológico propuestas por Spielberg y Ryff, además de los modelos teóricos de otros autores acerca de estas

variables. Asimismo, servirá como un marco de referencia para futuros estudios de investigadores y estudiantes que muestren interés en este campo.

A nivel práctico, se buscó incrementar la estabilidad mental en la comunidad universitaria a nivel personal y profesional, brindándoles herramientas que permitan un manejo adecuado de las situaciones de ansiedad, optimizar su bienestar psicológico y prevenir la aparición de algún trastorno en el futuro.

A nivel social, se busca concientizar a las entidades educativas universitarias destacando el valor significativo del bienestar psicológico en cada uno de sus estudiantes, debido a que son los principales agentes que se encargan de brindar las condiciones adecuadas que optimicen su salud mental dentro de la institución.

Los objetivos que pretende alcanzar este estudio son, a nivel general, comprobar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el bienestar psicológico en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad particular del norte. De forma específica, se pretende describir los niveles de la variable ansiedad estado-rasgo y bienestar psicológico. También tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad rasgo y las dimensiones de autoaceptación, cuidado del medio ambiente, relaciones positivas, autonomía, crecimiento personal y propósito en la vida entre estudiantes de una Facultad de Salud de una universidad privada.

CAPÍTULO II
METODOLOGÍA

2.1. Tipo y diseño de investigación

2.1.1. Tipo

Se optó por un tipo de investigación correlacional, en este caso se pretende correlacionar las variables ansiedad estado - rasgo y bienestar psicológico, de acuerdo con Hernández y Mendoza (2018) este tipo se utiliza cuando se pretende correlacionar de dos a más variables.

2.1.2. Diseño

Pertenece a un diseño no experimental, debido que se pretendió observar a las variables en su ambiente habitual sin ser manipuladas. El corte utilizado fue transversal o transaccional, porque se recogieron en una etapa única (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

2.2. Población, muestra y muestreo

La población estuvo conformada por 500 educandos de estudios superiores que pertenecen a la escuela de salud de una Institución Privada del Norte. Los participantes de este estudio presentaron las siguientes características: categorías de edad entre (18 a 35 años), de ambos géneros, pertenecientes a las carreras de Terapia física y rehabilitación, Obstetricia, Nutrición y Dietética, Psicología y Enfermería.

A través de la fórmula para muestras independientes, teniendo en cuenta un intervalo de confianza al 95% y un margen de error de un 5%, se precisó la participación de 217 participantes en total.

$$n = \frac{\frac{Z^2}{4E^2}}{1 + \frac{Z^2}{4E^2} \frac{1}{N}} \quad n = \frac{\frac{1.96^2}{4(0.05)^2}}{1 + \frac{1.96^2}{4(0.05)^2} \frac{1}{500}} = 217.245$$

Donde:

n = Magnitud de la muestra

N = Magnitud del universo

No = Magnitud de la muestra sin ajustar

E = Error (5%) ... 0.05

Z = Porcentaje de fiabilidad

Tabla 1

Variables sociodemográficas

	<i>fi</i>	%
Sexo		
Masculino	69	31.8
Femenino	148	68.2
Edad		
Jóvenes 18 a 26 años	184	84.8
Adultos 27 a 35 años	33	15.2
Estado civil		
Soltero (a)	129	59.4
En pareja (enamorado(a)/noviazgo)	67	30.9
Conviviente	21	9.7
Carreras		
Psicología	144	66.4
Enfermería	7	3.2
Nutrición y Dietética	30	1.8
Obstetricia	11	5.1
Terapia Física y Rehabilitación	25	11.5
Total	217	100.0

Nota: fi=frecuencia absoluta

Criterios de inclusión.

- Pertener a la Facultad de Salud de una institución superior del Norte.
- Edades entre 18 a 35 años.
- Aceptar de forma voluntaria la participación dentro del estudio.

Criterios de exclusión.

- Formar parte de otra institución superior.
- Formar parte de otras facultades de la Universidad Privada del Norte.
- Contar con una edad distinta a la establecida.
- Denegar la autorización para su participación.

2.3. Hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Hg: La ansiedad estado-rasgo se relaciona con el bienestar psicológico en alumnos de la Facultad de Salud de la universidad privada del norte, 2022.

2.3.2. Hipótesis específicas

He₁: La ansiedad estado-rasgo se relaciona con la autoaceptación en estudiantes de la Facultad de Salud de la universidad privada del norte, 2022.

He₂: La ansiedad estado-rasgo se relaciona con el dominio del entorno en estudiantes de la Facultad de Salud de la universidad privada del norte, 2022.

He₃: La ansiedad estado-rasgo se relaciona las relaciones positivas con los demás en estudiantes de la Facultad de Salud de la universidad privada del norte, 2022.

He₄: La ansiedad estado-rasgo se relaciona la autonomía en estudiantes de la Facultad de Salud de la universidad privada del norte, 2022.

He₅: La ansiedad estado-rasgo se relaciona con el crecimiento personal en estudiantes de la Facultad de Salud de la universidad privada del norte, 2022.

He₆: La ansiedad estado-rasgo se relaciona con el propósito en la vida en estudiantes de la Facultad de Salud de la universidad privada del norte, 2022.

2.4. Variables y operacionalización

Tabla 2*Operacionalización de las variables*

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Ansiedad	Es una respuesta emocional irritante como consecuencia de un daño anticipado. Hay dos tipos de ansiedad: estado y rasgo, la primera se puede definir como la percepción de temor y tensión ante una situación específica en un periodo transitorio que varía en intensidad y tiempo; mientras que la ansiedad rasgo percibe las situaciones como amenazantes, por ello se le considera como un rasgo de personalidad (Spielberger, 1972).	Puntajes del Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE) conformada por 40 ítems (Spielberger y Díaz, 2015).	Ansiedad-Estado	Ansiedad estado afirmativo (nerviosismo, tensión, preocupación e intranquilidad)	Ordinal
			Ansiedad-Rasgo	Ansiedad estado negativo (activación positiva, animación, bienestar, satisfacción y confianza en sí mismo). Ansiedad rasgo afirmativo (melancolía, desesperanza y sentimientos de incapacidad). Ansiedad rasgo negativo (estabilidad y ausencia de cambios de humor).	

<p>Bienestar Psicológico</p>	<p>Es un periodo de felicidad personal y con el entorno en la que se desenvuelve un sujeto involucrándose en aspectos internos y externos derivados de un análisis, y teniendo como resultado emociones positivas, perspectivas de la felicidad. El bienestar psicológico se refiere a aspectos relacionados al funcionamiento positivo de las personas, por ello es importante ver al individuo de manera integral y considerando la etapa de desarrollo en la que se encuentra (Ryff y Singer, 2008).</p>	<p>Puntajes de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, que consta de 39 ítems (Ryff & Reyes, 1995).</p>	<p>Crecimiento personal</p>	<p>Objetivos personales. Capacidad de apreciar las mejoras personales. Desarrollo continuo. Seguridad.</p>	<p>Ordinal</p>
			<p>Dominio del entorno</p>	<p>Facilidad comunicativa. Ambiente favorable. Autoestima.</p>	
			<p>Autoaceptación</p>	<p>Conciencia de valores personales. Percepción personal. Confianza.</p>	
			<p>Relaciones positivas con otros</p>	<p>Creencias de las personas en sus vínculos de confianza. Empatía. Lazos de confianza entre amigos y familiares.</p>	
			<p>Autonomía</p>	<p>Capacidad para resistir la presión social. Poder de elegir y tomar sus propias decisiones. Independencia personal y emocional.</p>	
			<p>Propósito de vida</p>	<p>Cumplimiento de metas y objetivos. Evaluación de la capacidad del individuo. El individuo sabe lo que quiere y como conseguirlo.</p>	

2.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos validez y confiabilidad

El método empleado fue hipotético-deductivo con la finalidad de comparar las hipótesis planteadas para después aseverar o confutar las mismas, infiriendo el progreso de las conclusiones que se cotejarán con los sucesos (Bernal, 2016). Según Arias (2021), la técnica empleada fue la encuesta la cual nos permite recabar información en un grupo de individuos seleccionados, se puede utilizar de manera virtual o física, es eficaz, rápida y permite manejar opciones de respuestas cerradas, abiertas o mixtas. Se procederá a describir los instrumentos utilizados:

2.5.1. *Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)*

Descripción general.

Esta versión del inventario está conformada por 40 ítems, está dividido en dos dimensiones: la primera es la ansiedad estado (AE) compuesta por 20 ítems, las alternativas de respuestas son: nada (1), algo (2), bastante (3) y mucho (4), se toma en cuenta la respuesta en base a “cómo te sientes en este momento, en el instante”. La segunda dimensión es la ansiedad rasgo (AR) compuesta por los 20 ítems restantes, las opciones de respuestas son: (1 = casi nunca, 2 = a veces, 3 = a menudo y 4 = casi siempre) tomando en cuenta la respuesta a “cómo te sientes en general”. El tiempo estimado para la administración es de 15 minutos, puede aplicarse de manera individual o colectiva y está orientada a una población de adolescentes y adultos (Spielberger et al., 1970).

Confiabilidad y validez en su versión original.

En la versión original, el inventario de ansiedad en relación a variables de edad y sexo obtuvo una consistencia interna entre 0.90 y 0.93 en ansiedad estado, mientras que en ansiedad rasgo mostró una consistencia de 0.87. Asimismo, se aplicó en una muestra de 854 participantes por el procedimiento de dos mitades (pares e impares),

obteniendo un coeficiente de 0.94 alfa de Cronbach en A/E y 0.86 en A/R (Spielberger et al., 1970).

La validez mediante el análisis factorial establecen la tetradimensionalidad del cuestionario acorde al modelo presentado por Spielberger (1970). El STAI está dividido en cuatro factores: Factor I (ansiedad estado afirmativo), Factor II (ansiedad estado negativo), Factor III (ansiedad rasgo positivo) y Factor IV (ansiedad rasgo negativo).

Confiabilidad y validez en su versión adaptada.

La consistencia interna según el método Alfa de Cronbach, el inventario presenta un índice de 0.863 demostrando una consistencia interna altamente significativa. De igual manera, la dimensión ansiedad estado muestra un indicador de 0.853 y la ansiedad rasgo un indicador de 0.901; concluyendo que ambos factores denotan una confiabilidad alta. El método de validez de contenido según jueces expertos obtuvo un índice de 1.00 al igual que el puntaje de la V de Aiken en relación a la escala ansiedad estado, esto quiere decir que se está midiendo lo que se desea medir. De igual forma el puntaje obtenido en la escala de ansiedad rasgo según los jueces expertos fue de 1.00 siendo válida. Por otro lado, según la validez de constructo (ítem – factor) la dimensión ansiedad estado obtuvo un puntaje de (0.336 y 0.640) y la dimensión ansiedad rasgo un valor entre (0.402 y 0.759) siendo ambos resultados altamente significativos ($p < 0.01$) (More, 2020).

2.5.2. Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

Descripción general.

Esta versión de la Escala de Ryff fue reducida por Dierendonck et al. (2006) a 39 ítems, dividido en seis dimensiones (autoaceptación, dominio del entorno, relaciones positivas con los demás, autonomía, crecimiento personal y propósito en

la vida); las respuestas tipo Likert que presenta son: totalmente en desacuerdo, en desacuerdo, algunas veces de acuerdo, frecuentemente de acuerdo, de acuerdo y totalmente de acuerdo. Dirigidos a una población de jóvenes universitarios, la aplicación puede darse de forma individual o grupal y el tiempo estimado de duración es de 20 minutos.

Confiabilidad y validez en su versión original.

La escala de bienestar en su versión original presentó una consistencia interna entre 0.71 y 0.83 alfa de Cronbach a nivel general, en las dimensiones las consistencias internas fueron: (autoaceptación = 0.83), (relaciones positivas = 0.81), (autonomía = 0.73), (dominio del entorno = 0.71), (propósito en la vida = 0.83) y (crecimiento personal = 0.68), concluyendo que las consistencias internas fueron significativas a excepción de la escala de crecimiento personal.

En cuanto a la validez del instrumento se constató mediante el uso del análisis factorial confirmatorio utilizando el programa AMOS versión 5.0 que los resultados obtenidos no eran satisfactorios en contrastación con la teoría que planteo la autora (Díaz et al., 2006).

Confiabilidad y validez en su versión adaptada.

La confiabilidad de la escala en general presentó 0.942 alfa de Cronbach, esto significa que presenta una consistencia interna alta; mientras que a nivel de dimensiones el alfa de Cronbach encontrado fueron: Autoaceptación = 0.904, relaciones positivas = 0.894, autonomía = 0.909, dominio del entorno = 0.907, propósito en la vida = 0.882 y crecimiento personal = 0.897; concluyendo que las dimensiones presentan un nivel de confiabilidad altamente significativas (Pérez, 2017).

La validez de la escala se comprobó mediante la V de Aiken, obteniendo un valor de 0.96 (alto índice de validez) por ende no es necesario eliminar ninguna pregunta. También se empleó el método del análisis factorial confirmatorio, en donde se evidenció que existe una estadística significativa ($p < .01$) entre las correlaciones de los ítems; además se puede observar que los índices de ajuste (CFI Y GFI) mostraron un valor ($< .90$) esto quiere decir que los resultados concuerdan con la teoría establecida por Ryff (Pérez, 2017).

2.6. Procedimientos

En primer lugar, se diseñó una encuesta online que incluía dos instrumentos validados como el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Una vez diseñado la encuesta, se procedió a obtener la autorización ética correspondiente de las autoridades pertinentes de la institución académica. Esto implicó la presentación de la solicitud de autorización, donde se detallaron los objetivos del estudio, la metodología de recolección de datos, los instrumentos utilizados y las medidas para garantizar la confidencialidad y el consentimiento informado de los participantes. Con la autorización obtenida, se realizó una convocatoria a los estudiantes de la Facultad de Salud para participar en la encuesta.

2.7. Análisis de datos

Los datos fueron insertados en el programa estadístico SPSS versión 27 y se analizaron según los objetivos planteados. Se utilizó el estadístico inferencial de Kolmogorov-Smirnov para conocer el tipo de distribución siendo esta de tipo no normal, por ende, se utilizó la prueba de Spearman para saber el nivel de correlación entre ansiedad estado-rasgo y bienestar psicológico.

2.8. Aspectos éticos

Para garantizar la integridad y el cumplimiento ético en la realización de esta tesis se consideró el consentimiento informado donde se estipulan los objetivos del estudio, los procedimientos involucrados, cualquier riesgo potencial y sus derechos como participante. Además, se les debe asegurar que su participación es voluntaria y que pueden retirarse en cualquier momento sin consecuencias.

Se siguió todas las regulaciones y normativas vigentes relacionadas con la protección de datos personales. Esto incluye cumplir con las leyes de privacidad y confidencialidad, obtener las autorizaciones necesarias para el manejo de datos sensibles y asegurar que los datos sean utilizados únicamente para los fines establecidos en el estudio.

CAPÍTULO III
RESULTADOS

3.1. Resultados descriptivos

Tabla 3

Frecuencias y porcentajes de los niveles de ansiedad estado

	<i>fi</i>	%
Ausencia de AE	115	53.0
Presencia de AE	102	47.0
Total	217	100.0

Nota: M = 26.49

En la tabla 3 se constata que, del total de universitarios encuestados, el 53.0% (115) presentan una ausencia de ansiedad estado y el 47.0% (102) manifiesta una presencia de ansiedad estado.

Tabla 4

Frecuencias y porcentajes de los niveles de la ansiedad rasgo

	<i>fi</i>	%
Ausencia de AR	109	50.2
Presencia de AR	108	49.8
Total	217	100.0

Nota: M = 28.93

En la tabla 4 se evidencia que el 50.2% (109) de estudiantes presentan una ausencia de ansiedad rasgo mientras que el 49.8% (108) refleja una presencia de ansiedad rasgo.

Tabla 5

Frecuencias y porcentajes de bienestar psicológico

	<i>fi</i>	%
Bajo	1	0.5
Moderado	90	41.5
Alto	122	56.2
Elevado	4	1.8
Total	217	100.0

Nota: fi = frecuencia, % = porcentaje

Se puede observar que en la tabla 5 el 56.2% (122) de los encuestados se encuentran en el nivel alto, seguido del nivel moderado con el 41.5% (90), el nivel elevado refleja el 1.8% (4) y finalmente el 0.5% (1) corresponde al nivel bajo en relación al bienestar psicológico.

3.2. Contrastación de hipótesis

Tabla 6

Prueba de normalidad de la ansiedad estado y la ansiedad rasgo

	<i>n</i>	<i>K-S</i>	<i>p</i>
Ansiedad Estado	217	0.120	0.000
Ansiedad Rasgo	217	0.127	0.000

Nota: n=muestra, K-S=Kolmogorov Smirnov, p=significancia estadística

La tabla 6 muestra lo encontrado en el estadístico Kolmogorov-Smirnov, el cual nos permite evidenciar una significancia menor a 0.05 ($p=0.00$), refiriéndose a la distribución no normal de los datos. Por tanto, se utilizaron estadísticos no paramétricos para realizar el análisis correspondiente.

Tabla 7

Prueba de normalidad de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones

	<i>n</i>	<i>K-S</i>	<i>p</i>
Bienestar Psicológico	217	0.058	0.078
Autoaceptación	217	0.113	0.000
Relaciones Positivas	217	0.093	0.000
Autonomía	217	0.099	0.000
Dominio del entorno	217	0.073	0.006
Propósito en la vida	217	0.088	0.000
Crecimiento personal	217	0.134	0.000

Nota: n=muestra, K-S=Kolmogorov Smirnov, p=significancia estadística

Asimismo, la tabla 7 nos muestra lo encontrado en el estadístico Kolmogorov-Smirnov en relación a la variable bienestar psicológico y sus dimensiones

evidenciando así una significancia menor a 0.05 ($p=0.00$), lo cual indica que presenta una distribución no normal de los datos. Por tanto, se emplearon estadísticos no paramétricos para el análisis de los datos.

Tabla 8

Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y bienestar psicológico

	Bienestar psicológico	
	<i>Rho</i>	<i>p</i>
Ansiedad estado	0.341**	0.000
Ansiedad rasgo	0.410**	0.000

Nota: rho=coeficiente de correlación de Spearman, p=probabilidad de significancia

La tabla 8 determina la correlación positiva, moderada, y estadísticamente muy significativa ($rho=0.410$; $p=0.000$) entre la ansiedad rasgo y el bienestar psicológico, lo que indica que a mayor presencia de ansiedad rasgo, mayor presencia de bienestar psicológico. Por lo que se rechazó la hipótesis nula y se acepta la alterna. Mientras que la correlación entre ansiedad estado y bienestar psicológico es positiva, baja y estadísticamente muy significativa ($rho=0.341$; $p=0.000$), esto significa que a mayor presencia de ansiedad estado mayor presencia de bienestar psicológico. Por consiguiente, se rechazó la hipótesis del investigador.

Tabla 9

Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión autoaceptación

<i>n=217</i>	Autoaceptación	
Ansiedad estado	<i>Rho</i>	0.324**
	<i>p</i>	0.000
Ansiedad rasgo	<i>Rho</i>	0.206**
	<i>p</i>	0.000

Nota: n=muestra, rho=coeficiente de correlación de Spearman, p=probabilidad de significancia

En la tabla 9 podemos observar que la correlación es positiva, de nivel baja y estadísticamente muy significativa entre la ansiedad estado y la dimensión autoaceptación ($rho=0.324$; $p=0.000$), lo cual indica que a mayor presencia de

ansiedad estado mayor autoaceptación. Mientras que entre la ansiedad rasgo y la dimensión autoaceptación existe una correlación positiva, de nivel baja y estadísticamente muy significativa ($\rho=0.206$; $p=0.000$), esto quiere decir que a mayor ansiedad rasgo mayor presencia de bienestar psicológico. Por lo que, en ambos casos, se procede a rechazar la hipótesis del investigador.

Tabla 10

Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión relaciones positivas

<i>n=217</i>		Relaciones positivas	
Ansiedad estado	<i>Rho</i>	0.176**	
	<i>p</i>	0.009	
Ansiedad rasgo	<i>Rho</i>	0.181**	
	<i>p</i>	0.008	

Nota: n=muestra, rho=coeficiente de correlación de Spearman, p=probabilidad de significancia

En la tabla 10 se observó que no existe correlación entre ansiedad estado y la dimensión relaciones positivas ($\rho=0.176$; $p=0.009$). Mientras que entre ansiedad rasgo y dimensión relaciones positivas se muestra una correlación positiva, de nivel muy bajo y no significativa ($\rho=0.181$; $p=0.008$). En ambos casos, se procede a aceptar la hipótesis del investigador.

Tabla 11

Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión autonomía

<i>n=217</i>		Autonomía	
Ansiedad estado	<i>Rho</i>	0.277**	
	<i>p</i>	0.000	
Ansiedad rasgo	<i>Rho</i>	0.430**	
	<i>p</i>	0.000	

Nota: n=muestra, rho=coeficiente de correlación de Spearman, p=probabilidad de significancia

La tabla 11 nos muestra la correlación positiva, de nivel bajo y estadísticamente muy significativa entre la ansiedad estado y la dimensión autonomía ($\rho=0.277$; $p=0.000$), indicando que a mayor ansiedad estado mayor autonomía. La dimensión

autonomía obtuvo una correlación positiva, de nivel moderado y estadísticamente muy significativa con la ansiedad rasgo ($\rho=0.430$; $p=0.000$). En consecuencia, se procederá a rechazar la hipótesis del investigador.

Tabla 12

Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión dominio del entorno

<i>n=217</i>		Dominio del entorno
Ansiedad estado	<i>Rho</i>	0.188**
	<i>p</i>	0.006
Ansiedad rasgo	<i>Rho</i>	0.152**
	<i>p</i>	0.025

Nota: n=muestra, rho=coeficiente de correlación de Spearman, p=probabilidad de significancia

En la tabla 12 observamos la correlación positiva, de nivel muy bajo y estadísticamente no significativa entre la ansiedad estado y la dimensión dominio del entorno ($\rho=0.188$; $p=0.006$), lo cual indicó que no existe correlación entre ambas variables. Por otro lado, entre la ansiedad rasgo y la dimensión dominio del entorno se muestra una correlación positiva, de nivel muy bajo y estadísticamente no significativa ($\rho=0.152$; $p=0.025$). Por consiguiente, se aceptará la hipótesis del investigador.

Tabla 13

Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión propósito en la vida

<i>n=217</i>		Propósito en la vida
Ansiedad estado	<i>Rho</i>	0.297**
	<i>p</i>	0.000
Ansiedad rasgo	<i>Rho</i>	0.500**
	<i>p</i>	0.000

Nota: n=muestra, rho=coeficiente de correlación de Spearman, p=probabilidad de significancia

La tabla 13 presenta la correlación positiva, de nivel bajo y estadísticamente muy significativa entre la ansiedad estado y la dimensión de propósito en la vida ($\rho=0.297$; $p=0.000$), esto significa que a mayor presencia de ansiedad estado mayor

presencia en su propósito de vida. Mientras que entre la ansiedad rasgo y la dimensión de propósito en la vida indican una correlación positiva, de nivel moderado y estadísticamente muy significativa ($\rho=0.500$; $p=0.000$), indicando que a mayor ansiedad rasgo mayor propósito de vida. En ambos casos se procederá a rechazar la hipótesis del investigador.

Tabla 14

Correlación entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión crecimiento personal

<i>n=217</i>		Crecimiento personal
Ansiedad estado	<i>Rho</i>	0.250**
	<i>p</i>	0.000
Ansiedad rasgo	<i>Rho</i>	0.302**
	<i>p</i>	0.000

Nota: n=muestra, rho=coeficiente de correlación de Spearman, p=probabilidad de significancia

La tabla 14 presenta la correlación positiva, de nivel baja y estadísticamente muy significativa ($\rho=0.250$; $p=0.000$) entre ansiedad estado y la dimensión crecimiento personal, lo cual indica que a mayor ansiedad estado mayor crecimiento personal. Mientras que entre la variable ansiedad rasgo y la dimensión crecimiento personal presentan una correlación positiva, de nivel baja y estadísticamente muy significativa ($\rho=0.382$; $p=0.000$), indicando que a mayor ansiedad rasgo mayor presencia de crecimiento personal. En ambos casos se procederá a rechazar la hipótesis del investigador.

CAPÍTULO IV

DISCUSIÓN

Se procuró encontrar un nivel de correlación entre la ansiedad estado-rasgo y el bienestar psicológico en 217 universitarios pertenecientes a las carreras de Psicología (66.4%), Enfermería (3.2%), Nutrición y Dietética (13.8%), Obstetricia (5.1%) y Terapia física y Rehabilitación (11.5%) pertenecientes a la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.

Gracias al coeficiente de Spearman, se pudo aseverar una correlación positiva, moderada y estadísticamente significativa ($\rho=0.410$; $p=0.000$) entre la ansiedad rasgo y el bienestar psicológico, lo cual indicó que ante un grado alto de ansiedad estado-rasgo se puede generar un alto nivel de bienestar psicológico. Mientras que entre la ansiedad estado y el bienestar psicológico la correlación fue positiva, baja y estadísticamente muy significativa ($\rho=0.341$; $p=0.000$), esto quiere decir que a mayor presencia de ansiedad estado mayor presencia de bienestar psicológico.

Como lo afirma Carrillo (2019), concluyeron que existe una correlación positiva entre ansiedad estado-rasgo y bienestar psicológico, de esta manera se puede afirmar que mientras la ansiedad se presente en niveles bajos o moderados no afectará el bienestar psicológico de las personas y por el contrario puede traer beneficios para desarrollar las capacidades de los seres humanos.

Asimismo, nos respaldamos en Bhave y Nagpal (2005, citado en Carrillo, 2019) quienes explican que la ansiedad en niveles moderados trae resultados positivos para los estudiantes quienes, al presentar síntomas de ansiedad, buscan una solución al problema que presentan, desarrollan su capacidad para afrontar y solucionar los obstáculos que se les presente a lo largo de su vida universitaria, proactividad, deseo de superación y búsqueda de soluciones efectivas; beneficiando su salud mental al tratar de mantener la calma ante una situación estresante y ansiosa. En la actualidad los jóvenes han desarrollado la capacidad de afrontar sus problemas de una manera

positiva, buscar ayuda de un especialista si el caso lo requiere porque se preocupan más por su estabilidad emocional y su bienestar psicológico.

Es por ello que Alegre (2014) afirma que los jóvenes hoy en día se preocupan por desarrollar nuevas destrezas y experimentar situaciones que los lleven al éxito, los haga sentir pleno en su ámbito social y les permita descubrir y perfilar las capacidades que tienen para generarles un estado de bienestar pleno y beneficioso para su desarrollo personal. Una persona con altos niveles de bienestar se muestra alegre, optimismo, perseverante y en busca de nuevos retos en su vida; mientras que un joven con nivel bajo de bienestar se caracteriza por ser pesimista, negativo y renuente siendo más propensos a desarrollar un trastorno o desorden emocional.

Por el contrario, Gutiérrez (2017) contradice lo encontrado en esta investigación, pues su estudio presentó una correlación inversa, moderada y estadísticamente muy significativa entre bienestar psicológico y ansiedad estado-rasgo, esto quiere decir que ante un nivel bajo de bienestar psicológico existe un mayor nivel de ansiedad. Siendo este el resultado que se esperaba en un principio por parte de la autora de este estudio.

En base con el primer objetivo específico, “describir los niveles de la variable ansiedad estado-rasgo”, podemos observar en que el 53.0% (115) de los estudiantes encuestados presentan una ausencia de ansiedad estado y el 47.0% (102) manifiesta una presencia de ansiedad estado. En relación a la variable ansiedad rasgo se evidenció que el 50.2% (109) de encuestados presentan una ausencia de ansiedad rasgo mientras que el 49.8% (108) refleja una presencia de ansiedad rasgo. Poniendo en evidencia que se encontró un nivel más alto en relación a la variable ansiedad rasgo, estos datos se contrastan en lo planteado por Antoñanzas et al. (2019), donde encontró que la ansiedad rasgo se ubicó en un nivel elevado con el (21,3%) y en el

nivel intermedio con 42.5% mientras que la ansiedad estado obtuvo un 8.1% en el nivel elevado y un 431% en el nivel intermedio, por lo que concluyó que existe una correlación significativa entre los niveles de ansiedad con la personalidad e inteligencia emocional de los estudiantes. Esto significa que es de suma importancia medir la ansiedad en los universitarios para así poder evitar la presencia de ansiedad rasgo en niveles elevados, ya que esta perjudicaría el desarrollo de la formación de los educandos, quienes al verse escasos de conocimientos y estrategias de afrontamiento presentarían problemas en el cumplimiento de sus actividades académicas.

Tal como lo afirma Otero (2014), la ansiedad en niveles elevados y viéndolo desde un aspecto negativo puede repercutir de manera significativa en la personalidad y forma de actuar del universitario que lo presente, trayendo como consecuencia un decaimiento en el rendimiento académico, en el desarrollo de tareas, en sus relaciones interpersonales y hasta problemas en la salud física y mental. Por ello la ansiedad presenta un rol adaptativo donde también se puede llegar a relacionar con el ámbito patológico, ya que su magnitud o duración son significativas.

En relación al segundo objetivo específico, “describir los niveles de la variable bienestar psicológico”, el 56.2% (122) de los encuestados se encuentran en un nivel alto, seguido del nivel moderado con el 41.5% (90), el nivel elevado refleja el 1.8% (4) y finalmente el 0.5% (1) corresponde al nivel bajo en relación al bienestar psicológico.

Martínez et al. (2019) evidenciaron que el 50.59% de la muestra estudiada presenta un rango moderado de bienestar psicológico y un nivel promedio en relación al rendimiento académico (3.50), concluyendo que si hay una correlación entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico en un grupo de universitarios de la Facultad de Medicina de la UNA.

Las personas que presentan niveles altos de bienestar psicológico se han caracterizado por realizarse una autoevaluación y han sido capaces de identificar el nivel de su capacidad para poder abordar y solucionar de manera óptima algún problema que lleguen a presentar, por tal motivo es que su nivel de competencia y crecimiento personal es alto también. Estas personas cuentan con la capacidad de enfrentar sus conflictos, tienen confianza en sí mismo para lograr sus objetivos, se reponen con facilidad y sienten la satisfacción al poder realizarlos, por ende, manejan de manera correcta su nivel de bienestar psicológico (Benatuil, 2004).

De igual forma Hinostroza (2022) obtuvo los siguientes resultados, el 80% de universitarios manifiestan un nivel moderado de bienestar psicológico, el 16% un nivel bajo y el 4% un nivel elevado. Por tanto, se concluyó que los educandos de una universidad de Huancayo presentan un nivel de bienestar psicológico adecuado gracias a la percepción que presentan en relación a sus objetivos de vida.

Esto demuestra que los jóvenes de hoy tienen más claro sus objetivos, metas y logros que desean alcanzar a lo largo de su vida. Su forma de pensar y facilidad de relación social les permite conocer y experimentar diversas situaciones de forma constante, esto les permite adquirir nuevos conocimientos y elevado su nivel de satisfacción al concluir un objetivo que se hayan propuesto.

El tercer objetivo específico buscó “identificar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y la autoaceptación”. Se observó que la correlación fue positiva, de nivel baja y estadísticamente muy significativa entre la ansiedad estado y la dimensión autoaceptación ($\rho=0.324$; $p=0.000$), de igual forma entre ansiedad rasgo y autoaceptación ($\rho=0.206$; $p=0.000$). Para ambos casos la correlación es directa, esto quiere decir que a mayor nivel de una de las variables la otra variable también aumentará.

Zúñiga (2018) encontró que existió una relación positiva y altamente significativa entre bienestar psicológico y la dimensión autoconcepto ($r=0.449$; $p<0.01$). Por lo que concluyó que a mayor nivel de bienestar psicológico también habrá un incremento de autoconcepto en los universitarios. Esto se afianza con lo que mencionan Castellanos et al. (2011), la ansiedad cuando se mantiene en un nivel moderado, resulta beneficioso y funcional para el universitario ya que este nivel de presión lo ayuda a desarrollar deseos de superación y resolución de problemas, brinda estrategias de afrontamiento y capacita mentalmente al estudiante.

Asimismo, Casullo y Solano (2000) mencionan la importancia de poder identificar el nivel de bienestar psicológico en los educandos de nivel académico superior, se debe poner énfasis en el grado de aceptación de uno mismo, plantearse metas y cumplirlas, identificar la misión que el ser humano tiene en el mundo, el desarrollo personal y social y la facilidad para relacionarse en un ambiente determinado.

De la misma forma el cuarto objetivo específico buscaba “establecer la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el dominio del entorno”, por lo que observamos que existe correlación entre las variables ansiedad estado-rasgo y la dimensión dominio del entorno ($\rho=0.188$; $p=0.006$) y ($\rho=0.152$; $p=0.025$).

El quinto objetivo específico buscó, “identificar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y las relaciones positivas con los demás”, señalando que existe una correlación positiva, muy baja y significativa entre ansiedad rasgo y la dimensión de relaciones positivas ($\rho=0.181$; $p=0.008$); por otro lado, se evidenció que existe relación entre ansiedad estado y relaciones positivas ($\rho=0.176$; $p=0.009$).

Esto se contrasta con los resultados que obtuvo la investigación de Gonzales (2021), al hallar que existe un indicador bajo del trastorno generalizado de ansiedad

los cuales repercuten en los niveles de bienestar de la persona, por lo que es importante detectar y atender a tiempo los signos de ansiedad que puedan manifestarse en los estudiantes a lo largo de su vida universitaria para evitar la presencia de síntomas de inestabilidad e inseguridad en un futuro. Rojo (2011) menciona que en ciertas situaciones se suelen confundir la angustia con la ansiedad, el primero se caracteriza como una sensación de opresión e intranquilidad, mientras que el segundo se considera una experiencia emocional que un individuo atraviesa en algún momento de su vida.

Sandoval et al. (2017), precisaron que un 41.7% de alumnos de grado académico superior manifiestan un nivel bajo en sus relaciones positivas con su círculo social. Este resultado se afianza con lo que plantearon Páramo et al. (2012), los jóvenes que presenten un bajo nivel de bienestar vivenciarán situaciones estresantes, desagradables y perjudiciales para su salud y desarrollo en sus actividades cotidianas, en situaciones específicas algunas personas desarrollan un grado de estrés o ansiedad alto a causa de experimentar sentimientos de inferioridad, inseguridad y falta de confianza en sí mismo.

El sexto objetivo específico buscó, “determinar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y la autonomía”, evidenciándose que existe una correlación positiva, baja y estadísticamente muy significativa entre ansiedad estado y autonomía ($\rho=0.277$; $p=0.000$), asimismo también se observó una correlación positiva, moderada y estadísticamente muy significativa entre ansiedad rasgo y autonomía ($\rho=0.430$; $p=0.000$).

Los resultados expuestos anteriormente se afianzan en el aporte que realizó Rodrich (2019) al obtener una relación moderada negativa estadísticamente significativa entre las variables autoestima y la ansiedad estado mientras que entre

las variables autoestima y ansiedad rasgo se obtuvo una relación moderada significativa por lo que concluyó que existió una relación significativa entre las variables autoestima y la ansiedad estado – rasgo en un grupo de universitarios de Lima. Benatuil (2004) menciona que el grado de autonomía también trae beneficios en el sujeto ya que le permite progresar de manera óptima generando una confianza única en el adolescente, asimismo brinda un grado de independencia positiva y permite desenvolverse sin contratiempos, por el contrario, un joven que manifieste un nivel bajo de bienestar buscará reemplazar la ausencia de seguridad apegándose a otro individuo que le genere confianza.

El séptimo objetivo específico buscó, “identificar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el crecimiento personal”. La correlación fue positiva, baja y estadísticamente muy significativa entre la ansiedad estado-rasgo y la dimensión de crecimiento personal ($\rho=0.250$; $p=0.000$) y ($\rho=0.382$; $p=0.000$).

Moreta et al. (2017) evidenciaron que existe una correlación estadísticamente significativa entre bienestar psicológico y satisfacción con la vida ($r=.598$), a su vez también se correlacionan en un nivel alto con Bienestar Social, concluyendo que los resultados afirman que el bienestar psicológico es un pronosticador del bienestar social y por ende afectara en su desarrollo. Esto se contradice con lo hallado por Sandoval et al. (2017) quienes evidenciaron que un 25.3% de educandos experimentaron un nivel deficitario de crecimiento personal.

Por otro lado, Ryff (1989) plantea que el bienestar psicológico es fruto de una valoración que constante que se desarrolla a lo largo de la vida del ser humano, en tal sentido el grado de bienestar de una persona no puede cambiar de forma repentina ya que está constituida por ideales, pensamientos, apreciaciones a nivel cognitivo, este proceso abarca la experiencia que adquiere el individuo en base a las

experiencias que vive de forma constante. En su teoría la autora se basa en el modelo eudaimónico, el cual incorpora a la autorrealización, crecimiento personal y las técnicas para perfeccionar y desplegar las facultades del hombre.

Por último, el octavo objetivo específico se buscó, “establecer la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el propósito en la vida”, se mostró la correlación positiva, baja y estadísticamente muy significativa entre ansiedad estado y la dimensión propósito en la vida ($\rho=0.297$; $p=0.000$), de igual manera observamos una correlación positiva, moderada y estadísticamente muy significativa ($\rho=0.500$; $p=0.000$) entre ansiedad rasgo y propósito en la vida.

Sandoval et al. (2017) exponen que un 40.6% de estudiantes de educación superior manifestaron tener claridad sobre su propósito en su vida. De la misma forma Moreta et al. (2017) concluyeron en su estudio que existió una correlación estadísticamente significativa entre bienestar psicológico y satisfacción con la vida ($r=.598$), a su vez también se correlacionan en un nivel alto con bienestar social, concluyendo que los resultados afirman que el bienestar psicológico es un pronosticador del bienestar social y por ende afectará en su desarrollo. Esto se afianza con lo planteado por Ballesteros et al. (2006), quienes afirman que el propósito de vida de cada individuo consta de las metas y objetivos que cada persona busca alcanzar para generar un nivel de satisfacción, afianzar los conocimientos que se van adquiriendo para mejorar y optimizar el desarrollo del individuo.

CAPÍTULO V
CONCLUSIONES

1. Se observa una relación positiva y moderada, respaldada por datos significativos, entre la ansiedad rasgo y el bienestar psicológico. Esto sugiere que niveles elevados de ansiedad rasgo pueden asociarse con un mayor bienestar psicológico.
2. Se ha identificado una correlación significativamente alta y positiva entre la ansiedad estado y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Esto implica que un aumento en los niveles de ansiedad estado está asociado con un mayor nivel de bienestar psicológico.
3. En el primer objetivo específico se evidenció que el 50.2% de evaluados manifestaron una ausencia de ansiedad rasgo y el 53 % de ansiedad estado mientras que el 49.8% reflejó presencia de ansiedad rasgo y el 47% de ansiedad estado.
4. En el segundo objetivo específico se comprobó que el 56.2% de los encuestados presentan un nivel alto, el 41.5% un nivel moderado, el 1.8% un nivel elevado y el 0.5% un nivel bajo de bienestar psicológico.
5. No existe un nivel de correlación entre las variables ansiedad estado – rasgo y la dimensión dominio del entorno perteneciente al bienestar psicológico.
6. No existe una correlación inversa entre las variables ansiedad estado – rasgo y bienestar psicológico, como se esperaba encontrar en el estudio basándonos en las investigaciones de otros autores.
7. En la actualidad los jóvenes universitarios manifiestan tener un mejor manejo de sus emociones, claridad en sus objetivos y autocontrol ante situaciones ansiógenas.

8. A pesar de haber experimentado situaciones de ansiedad, estrés y depresión a causa del confinamiento por la pandemia de Covid-19, los jóvenes han sabido buscar alternativas para controlar y desarrollar su salud mental.

CAPÍTULO VI
RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a los jóvenes universitarios de las diversas carreras que conforman la facultad de Salud que sigan trabajando en potenciar su salud mental para poder desarrollar sus capacidades y destrezas a lo largo de la carrera, ya que son futuros profesionales que abarcaran situaciones complicadas al momento de brindar sus servicios a la sociedad.
2. Se recomienda a los futuros investigadores nacionales, ahondar en el estudio de las variables planteadas en esta tesis, ya que es de suma importancia salvaguardar y mejorar la salud mental de los jóvenes ya que son el futuro de la sociedad, con el objetivo de brindar información acerca de los cuadros ansiógenos que cualquier persona puede llegar a experimentar en algún momento de su vida y mejorar su nivel de bienestar psicológico.
3. A los futuros investigadores internacionales, realizar estudios que relacionen las variables empleadas en esta investigación, con la finalidad de enriquecer los conocimientos de los profesionales de la salud y así poder fomentar un nivel óptimo de la salud mental para cada individuo a nivel global.
4. A los Psicólogos del Perú, incrementar talleres, campañas y marchas pacíficas con la finalidad de concientizar a la población que asistir a una terapia psicológica enriquece e incrementa el bienestar psicológico y brinda herramientas para disminuir casos de ansiedad y depresión en la población.
5. Brindar información a los educandos y docentes para fomentar el uso de herramientas adecuadas que permitan mantener en un grado moderado la presencia de ansiedad, estrés y depresión para promover un adecuado grado de bienestar psicológico.

REFERENCIAS

- Advíncula, C. (2018). *Regulación Emocional y Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional de la Pontificia Universidad Católica del Perú. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/12666/Adv%C3%ADncula_Coila_Regulaci%C3%B3n_emocional_bienestar1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Agudelo, D., Casadiegos, C. y Sánchez, D. (2008). Características de Ansiedad y Depresión en estudiantes universitarios. *Revista Redalyc*, 1(1), 1-80. https://www.redalyc.org/pdf/2990/299023503006.pdf?fbclid=IwAR2RNLO_vYIkAo7mpZWcX91Tjn
- Alegre, A. (2014). Autoeficacia académica, autorregulación del aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes universitarios iniciales. *Propósitos y Representaciones*, 2 (1), 79 – 120. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2014.v2n1.54>
- Antoñanzas, L., Larraz, R. y Salavera, B. (2019). Niveles de Ansiedad y su relación con la Personalidad y la Inteligencia Emocional percibida en el alumnado de Magisterio. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 34(2), 1-12. <https://revista.uclm.es/index.php/ensayos/article/view/1970/pdf>
- Arbildo, V., González, M. & Mosquera, V. (2014). Niveles de Ansiedad en estudiantes de Odontología de una Universidad Peruana. *Revista Kiru: Universidad San Martín de Porres*, 11(2), 143-147. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/1986>
- Arrese, T. (2021). *Bienestar Psicológico y Ansiedad Rasgo-Estado en Basquetbolistas de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Pontificia Católica del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Pontificia Católica del Perú.

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RPUC_c27df50c1bf97360cce6e2cd316a3ba0

Balanza, S., Morales, I., y Guerrero, J. (2009). Prevalencia de Ansiedad y Depresión en una población de estudiantes universitarios: Factores Académicos y Sociofamiliares Asociados. *Revista Scielo*, 20(2), 1-5. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742009000200006)

[52742009000200006](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742009000200006)

Barrera, H., Sotelo, C., Barrera, H. y Aceves, S. (2019). Bienestar Psicológico y Rendimiento Académico en estudiantes universitarios. *Revista de CNEIP*, 1(2), 1-8. <https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/42/33>

Becerra, C. y Pachamora, P. (2015). *Ansiedad y Depresión en estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2015* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/147/Jhenny_Tesis_bachiller_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Benites, Q. (2021). *Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Abancay durante la pandemia del Covid-19* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/4245/FP-258-21-UGT%20BENITES%20QUISPECAHUANA%20ROSA%20MILAGROS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bermúdez, V. (2018). Ansiedad, Depresión, Estrés y Autoestima en la adolescencia, relación, implicaciones y consecuencias en la educación privada. *Cuestiones Pedagógicas*, 26, 37-52. <http://dx.doi.org/10.12795/CP.2017.i26.03>

https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/83493/03.%20MO%2003_26%20DEFINITIVO.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Briceño, M. (2021). *Ansiedad por el Covid-19 y Bienestar Psicológico en personas adultas del Distrito de Ate Vitarte* [Tesis de pregrado, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio institucional de la Universidad San Martín de Porres. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/8402>

Canedo, C., Laura, A., y Canet, J. (2019). Influencia de las Estrategias Cognitivas de Regulación Emocional en el Bienestar Subjetivo y Psicológico en estudiantes universitarios. *Revista: Universidad San Martín de Porres*, 2-34. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2019.v25n1.03>

Campos, D. (2018). *Bienestar Psicológico en estudiantes (según semestre de estudios y género) de una Universidad Privada de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1624/tesis%20DANIEL%20CAMPOS%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cárdenas, A., Martínez, B., Insfrán, C. y Ovando, R. (2019). Correlación entre el Bienestar Psicológico y el Rendimiento Académico de estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Asunción, Paraguay. *Revista Red Iberoamericana de Innovación y Conocimiento Científico*, 3(2), 37-45. <https://doi.org/10.2300/dm.v3i2.3140>

Carrillo, G. (2019). *Ansiedad y Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional de Tumbes* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de Tumbes.

<http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/367/TESIS%20-%20CARRILLO%20PRADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Casari, L., Anglada, J., y Daher, C. (2014). Estrategias de Afrontamiento y Ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología (PUCP)*, 32(2), 1-6. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0254-92472014000200003&script=sci_arttext

Castro, S. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 1-31. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27419066004.pdf>

Chacaltana, H. (2018). *Procrastinación Académica, Adaptación universitaria y Bienestar Psicológico en Estudiantes Universitarios de Psicología – Ica* [Tesis de maestría, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio institucional de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón. https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/494/Chacaltana%20%20Hernandez_2018.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Chávez, R. (2022). *Ansiedad Estado – Rasgo y Dependencia Emocional en Estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional de la Universidad San Ignacio de Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/e4388a0b-8c08-4feb-bca5-30f2bde311ac/content>

Delgado, N. & Núñez, O. (2019). *Ansiedad y Afrontamiento en Estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma.

<https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/2854/Ansiedad%20y%20Afrontamiento.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., y Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de Bienestar Psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 1-7.
<https://www.redalyc.org/pdf/727/72718337.pdf>

Díaz, P. (2020). *Asertividad Sexual y Ansiedad en estudiantes de una Universidad Privada del distrito de Villa El Salvador en Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma del Perú.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1159/Diaz%20Ignacio%2c%20Paul%20Richard.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Fonseca, P., Paino, M., Sierra, B., Lemos, G. y Muñiz, J. (2012). Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo (STAI) en Universitarios. *Psicología Conductual*, 20(3), 1-16. <http://www.p3-info.es/PDF/PropiedadespsicomeetricasdelSTAI.pdf>

Furlan, L. (2006). Ansiedad antes los exámenes. ¿Qué se evalúa y cómo? *Evaluar*, 6, 1-20. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/533/473>

García de la Ossa, M. y Ramos, M. (2022). Bienestar Psicológico y Estrategias de Afrontamiento en estudiantes de Educación Superior en tiempos de pandemia. *Revista: Dilemas contemporáneos, Educación, política y valores*, 9(2).
<https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i2.3142>

Giannoni, E. (2015). *Procrastinación crónica y ansiedad estado-rasgo en una muestra de estudiantes universitario* [Tesis de pregrado, Universidad Pontificia Católica del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Pontificia Católica del Perú.

Perú.

<https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Search/Results?lookfor=ansiedad+estado+-+rasgo+universitarios&type=AllFields>

González, A. (2021). Bienestar Psicológico, resiliencia y Ansiedad en Estudiantes Universitarios. *Revista: Dialnet*, 4(1), 43-58.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8087937>

González, M., Martín, M., Grau, J., y Lorenzo, A. (2007). Extractos del capítulo: Instrumentos de evaluación psicológica para el estudio de la ansiedad y la depresión. *ResearchGate*, 2-47. https://www.researchgate.net/profile/Marta-Martin/publication/277011296_Extractos_del_capitulo_Instrumentos_de_evaluacion_psicologica_para_el_estudio_de_la_ansiedad_y_la_depresion/links/55e235c08ae9963a11412ae/Extractos-del-capitulo-Instrumentos-de-evaluacion-psicologica-para-el-estudio-de-la-ansiedad-y-la-depresion.pdf

Grijalba, A. (2021). *Ansiedad antes los exámenes y Hábitos de estudio en estudiantes de una Universidad Privada de Villa El Salvador* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma del Perú.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1365/Grijalba%20Mondragon%2c%20Ana%20Stefany.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gutiérrez, M. (2017). *Bienestar Psicológico y Ansiedad en Estudiantes de una Universidad Nacional del Norte del Perú* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional de la Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/10781>

Hernández, N. (2020). *Procrastinación académica, Estrés académico y Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de*

- Chincha, 2020* [Tesis de maestría, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio institucional de la Universidad San Martín de Porres. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/7822/HERNANDEZ_CN.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Hinostroza, T. (2022). *Bienestar psicológico en estudiantes de una universidad particular de Huancayo en tiempos de pandemia por Covid-19, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de los Andes]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana de los Andes. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPLA_4f4640af67db6b8481637fd28a4a0016/Description#tabnav
- Huillca, S. (2019). *Ansiedad en estudiantes universitarios de una Universidad Pública y Privada de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio institucional de la Universidad San Martín de Porres. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/5381/HUILLCA_SG.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Jiménez, L., Enrique, P., y Solano, P. (2017). Relaciones entre Autoconcepto y Bienestar Psicológico en Universitarias Mexicanas. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2(55), 59 – 70. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7659204>
- López, M. (2018). *Niveles de Ansiedad y Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Escuela Académica Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Norbert Wiener* [Tesis de maestría, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2621/MAEST_P

SICOLOG%c3%8dA.Juan%20Abraham%20L%c3%b3pez%20Moya.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Luna, F. (2017). *Relación del Bienestar Psicológico, Estrés Académico y El estilo de Vida de los Estudiantes de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega* [Tesis de doctorado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2379/T_DOCTORADO%20EN%20PSICOLOG%C3%8DA_LUNA_FEIJ%C3%93O_MAR%C3%8DA_DEL_CARMEN.pdf?sequence=2

Lloclla, J. (2021). *Bienestar Psicológico y Autoeficacia en estudiantes de primer ciclo de una Universidad Privada de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1263>

Martínez, P. (2021). *Ansiedad estado y Ansiedad rasgo asociada a la ansiedad social en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Sur* [Tesis de maestría, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma. <https://hdl.handle.net/20.500.14138/4073>

Matos, P. (2017). *Estilos de Apego en la relación de pareja y Niveles del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una Universidad Privada de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma. <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/urp/1135>

Ministerio de Salud (2021). *Ministerio de Salud atendió 813 426 casos de salud mental entre enero y agosto de 2021.*

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/542324-ministerio-de-salud-atendio-813-426-casos-de-salud-mental-entre-enero-y-agosto-de-2021>

Morales, F. y Narváez, M. (2020). Relaciones entre Ansiedad, Empatía e Inteligencia Emocional en universitarios. *Revista Riuma*, 1-8.

<https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/20094/Relaciones%20entre%20ansiedad-DE-CAPITULO-TIRANT-LO-BLANCH-3%20-%20copia.pdf?sequence=5&isAllowed=y>

Morena, L. & Moreno, G. (2016). La ansiedad, el Burnout y el Bienestar Psicológico en Estudiantes Universitarios. *Edu-física.com*, 8 (18), 1-6.

<http://revistas.ut.edu.co/index.php/edufisica/article/view/988>

More, P. (2020). *Propiedades psicométricas del inventario ansiedad: Rasgo – Estado en Jóvenes Futbolistas del departamento de Piura – 2020* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46465/More_PJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Moreta, R., Gabior, 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), 172-184.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439752880005>

Moreta, H., López, C., Gordón, V., Ortiz, O. & Gaibor, G. (2018). Bienestar Subjetivo, Psicológico y Social como Predictores de la Salud Mental en ecuatorianos.

Revista Dialnet, 32(124), 111-125.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6484678>

- Obando, P., Abarca, C., & Gaona, T. (2022). *Ansiedad y Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes de la Universidad La Salle en el contexto de la pandemia de Covid-19, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma de Ica. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1467>
- Organización Panamericana de la Salud (2022). *La pandemia por Covid-19 provoca un aumento del 25% en la prevalencia de la ansiedad y la depresión en todo el mundo.* <https://www.paho.org/es/noticias/2-3-2022-pandemia-por-covid-19-provoca-aumento-25-prevalencia-ansiedad-depresion-todo>
- Ordóñez, P. (2018). *Bienestar Psicológico y Estrés Académico en estudiantes de primer y segundo ciclo de la Universidad María Auxiliadora, 2017* [Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/893/Patricia_Tesis_Maestro_2018.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Organización Mundial de la Salud (2014). *Salud para los adolescentes del Mundo: Una segunda oportunidad en la segunda década.* https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/141455/WHO_FWC_MCA_14.05_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Otero, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la facultad de educación. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 29(2), 63-78. <https://revista.uclm.es/index.php/ensayos/article/view/384/562>
- Pardo, F. (2010). *Bienestar Psicológico y Ansiedad rasgo-estado en alumnos de un MBA de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Pontificia Católica

del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Pontificia Católica del Perú. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/672>

Pérez, B. (2017). *Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de los Olivos* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11339/P%
c3%a9rez_BMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11339/P%c3%a9rez_BMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Quispecahuana, B. (2021). *Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Abancay durante la pandemia del Covid-19* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma. <https://hdl.handle.net/20.500.14138/4245>

Rodrich, Z. (2019). *Autoestima y Ansiedad Estado-Rasgo en Jóvenes Universitarios de la Ciudad de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad de Lima]. Repositorio institucional de la Universidad de Lima. [https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10295/Rodrich
_Zegarra_Alejandra.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10295/Rodrich_Zegarra_Alejandra.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Ries, F., Castañeda, V., Campos, M., y Del Castillo. A. (2012). Relaciones entre ansiedad – rasgo y ansiedad – estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 1-9. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-
84232012000200002&lng=es&tlng=es.](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232012000200002&lng=es&tlng=es)

Rivera, D. (2018). *Bienestar Psicológico en estudiantes ingresantes a una facultad de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos* [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional de la Universidad Inca

Garcilaso de la Vega.

[http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2915/TRAB.SUF.PROF_Mar%
c3%ada%20Elena%20Rivera%20D%
c3%adaz.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2915/TRAB.SUF.PROF_Mar%c3%ada%20Elena%20Rivera%20D%c3%adaz.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Rosales, N. (2018). *Bienestar Psicológico y Calidad de Vida: estudio realizado con matrimonios jóvenes de la Iglesia Enseñanza de Agua Viva de la cabecera departamental de Quetzaltenango* [Tesis de pregrado, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio institucional de la Universidad Rafael Landívar. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrzd/2018/05/22/Rosales-Nancy.pdf>

Sandoval, B., Dorner, P., & Véliz, B. (2017). Bienestar Psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Revista Elsevier*, 6(24), 260-266. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2017.01.004>

Sandoval, M. (2020). *Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad en Lima Norte*. [Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/8384>

Silvera, T., Olivella, L., y Cudris, T. (2020). Programas, estrategias y protocolos de Bienestar Psicológico implementados en Jóvenes Universitarios. *AVFT – Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(3). http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/19455

Spielberger, D., Gorsuch, L., & Lushene, E. (2015). *Cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo*. (9° edición), TEA Ediciones <https://web.teaediciones.com/ejemplos/stai-manual-extracto.pdf>

- Taipe, N., & Cantón, C. (2020). Street Workout: Psychosocial Profile of its Practitioners. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 20(79), 1-14. https://revistas.uam.es/rimcafd/article/view/rimcafd2020_79_009/12614
- Tapullima, M., y Ramírez, G. (2022). Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en Estudiantes Universitarios durante las clases virtuales. *Revista Sapienza*, 3(1), 5-17. https://redib.org/Record/oai_articulo3629292-procrastinaci%C3%B3n-acad%C3%A9mica-y-bienestar-psicol%C3%B3gico-en-estudiantes-universitarios-durante-las-clases-virtuales
- Ticona, M., Zela, N., & Vásquez, L. (2021). Ansiedad y estrés en la educación virtual en el periodo de emergencia sanitaria por el COVID-19. *Revista Científica de Sistemas e Informática*, 1(2), 22-37. <https://doi.org/10.51252/rcsi.v1i2.161>
- Torres, E. (2021). *Procrastinación Académica y Ansiedad en estudiante de una Universidad Privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1315/Torres%20Rojas%2c%20Evelyn%20Milagros.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Valerio, U. & Serna, V. (2017). Redes Sociales y Bienestar Psicológico del estudiante universitario. *Revista electrónica de investigación educativa*, 20 (3), 19 – 28. <https://www.redalyc.org/journal/155/15557366003/>
- Vergara, M. (2019). *Ansiedad y Estrategias de Afrontamiento en Jóvenes de una Universidad Particular de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio institucional de la Universidad San Martín de Porres. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/5425>

- Villanueva, L., & Ugarte, A. (2017). Niveles de Ansiedad y la Calidad de vida en estudiantes de una Universidad Privada de Arequipa. *Revista Unife*, 25(2), 1-17. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2017.v25n2.351>
- Yataco, A. (2019). *Bienestar Psicológico y Estrés Académico en estudiantes de la carrera de Ingeniería de Sistemas de una Universidad Privada de Lima Sur*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/707/Yataco%20Apaza%2c%20Jessica%20Paola.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Zarza, A., Bustamante, J., Casanova, O., & Hernández, S. (2019). Autoeficacia creativa, ansiedad rasgo y su relación con la personalidad eficaz en estudiantes universitarios. *Revista ReiDoCrea*, 8, 1-9. <https://www.ugr.es/~reidocrea/8-2.pdf>
- Zuñiga, M. (2018). *Autoconcepto y Bienestar Psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima-Este* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1001/Alexandra_Tesis_Bachiller_2018.pdf?sequence=3&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema general: ¿Cuál es la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el bienestar psicológico en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022?</p> <p>Problemas específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál será el nivel de ansiedad estado-rasgo en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022? ¿Cuál será el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad 	<p>Objetivo general: Determinar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y bienestar psicológico en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> Describir los niveles de la variable ansiedad estado-rasgo en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022. Describir los niveles de la variable bienestar psicológico en 	<p>Hipótesis general: Hg: Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y el bienestar psicológico en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>He₁: Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y la autoaceptación en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.</p> <p>He₂: Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y el dominio del entorno en estudiantes de la Facultad</p>	<p>Variable 1: Ansiedad:</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estado - Rasgo <p>Variable 2: Bienestar psicológico:</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autoaceptación - Dominio del entorno - Relaciones positivas con los demás - Autonomía - Crecimiento personal - Propósito en la vida 	<p>Tipo de investigación Correlacional.</p> <p>Diseño de investigación No experimental, transversal.</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos de medición: Inventario de Ansiedad estado – Rasgo (IDARE) (Spielberger, Gorsuch, & Lushene, 2015). Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Ryff, Lee y Keyes, 1995).</p>

- privada del norte, 2022?
- ¿Cuál es la relación entre la ansiedad estado-rasgo y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022?
 - Identificar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y la autoaceptación en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.
 - Establecer la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el dominio del entorno en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.
- estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.
- He₃:** Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y las relaciones positivas con los demás en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.
- He₄:** Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y la autonomía en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.
- He₅:** Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y el crecimiento personal en estudiantes de la Facultad de Salud de una
-

- Identificar la relación universidad privada del estado-rasgo y las relaciones positivas con los demás en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.
He6: Existe relación entre la ansiedad estado-rasgo y el propósito en la vida en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.
 - Determinar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y la autonomía en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.
 - Identificar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el crecimiento personal
-

en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.

- Establecer la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el propósito en la vida en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022.
-

Anexo 2. Instrumentos de medición

Ficha técnica

Nombre	:	Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)
Autor	:	Spielberger, D.R., Gorsuch, L.D., & Lushene, E.R. (2015)
Adaptación peruana	:	More, P.J. (2020)
Administración	:	Individual y colectiva
Duración	:	15 minutos aprox.
Nivel de aplicación	:	Adolescentes y adultos
Dimensiones	:	Ansiedad estado, Ansiedad rasgo

CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO – RASGO (IDARE)

Spielberger C.D, Gorsuch R.L y Lushere R.E

Adaptado por More (2020).

Instrucciones

A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación 0 a 3 que indique mejor cómo se **SIENTE USTED. AHORA MISMO**, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.

A-E	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1. Me siento calmado.	0	1	2	3
2. Me siento seguro.	0	1	2	3
3. Estoy tenso.	0	1	2	3
4. Estoy contrariado.	0	1	2	3
5. Me siento cómodo (estoy a gusto).	0	1	2	3
6. Me siento alterado.	0	1	2	3
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras.	0	1	2	3
8. Me siento descansado.	0	1	2	3
9. Me siento angustiado.	0	1	2	3
10. Me siento confortable.	0	1	2	3
11. Tengo confianza en mí mismo.	0	1	2	3
12. Me siento nervioso.	0	1	2	3
13. Estoy desasosegado.	0	1	2	3
14. Me siento muy “atado” (como oprimido).	0	1	2	3
15. Estoy relajado.	0	1	2	3
16. Me siento satisfecho.	0	1	2	3
17. Estoy preocupado.	0	1	2	3
18. Me siento aturdido y sobreexcitado.	0	1	2	3
19. Me siento alegre.	0	1	2	3
20. En este momento me siento bien.	0	1	2	3

COMPRUEBE SI HA CONTESTADO TODAS LAS FRASES CON UNA SOLA RESPUESTA

Instrucciones

A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación 0 a 3 que indique mejor cómo se **SIENTE USTED. EN GENERAL**, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.

A-R	Casi Nunca	A veces	A menudo	Casi siempre
21. Me siento calmado.	0	1	2	3
22. Me canso rápidamente.	0	1	2	3
23. Siento ganas de llorar.	0	1	2	3
24. Me gustaría ser feliz como otros.	0	1	2	3
25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto.	0	1	2	3
26. Me siento descansado.	0	1	2	3
27. Soy una persona tranquila serena y sosegada.	0	1	2	3
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas.	0	1	2	3
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	0	1	2	3
30. Soy feliz.	0	1	2	3
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente.	0	1	2	3
32. Me falta confianza en mí mismo.	0	1	2	3
33. Me siento seguro.	0	1	2	3
34. No suelo afrontar crisis o dificultades.	0	1	2	3
35. Me siento triste (melancólico).	0	1	2	3
36. Estoy satisfecho.	0	1	2	3
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	0	1	2	3
38. Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos.	0	1	2	3
39. Soy una persona estable.	0	1	2	3
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado.	0	1	2	3

COMPRUEBE SI HA CONTESTADO TODAS LAS FRASES CON UNA SOLA RESPUESTA

Ficha técnica

Nombre	: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff
Autor	: Carroll D. Ryff and Corey Lee M. Keyes
Adaptación peruana	: Pérez Basilio, Madelinne (2017) UCV.
Administración	: Individual y colectiva.
Duración	: 15 minutos aprox.
Nivel de aplicación	: Adolescentes y adultos
Dimensiones	: Autoaceptación, Dominio del entorno, Relaciones Positivas con los Demás, Autonomía, Crecimiento Personal, Propósito de Vida.

CUESTIONARIO PARA MEDIR EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN UNIVERSITARIOS

Nº	ÍTEMS	1 Totalmente en Desacuerdo	2 En Desacuerdo	3 Algunas veces de Acuerdo	4 Frecuentemente de Acuerdo	5 De Acuerdo	6 Totalmente De Acuerdo
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.						
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.						
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.						
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.						
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.						
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.						
Sumatoria:							
Puntuación Total:							

Anexo 3. Modelo Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN EL ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Yo _____ declaro haber sido informado e invitado a participar en la investigación denominada “*Ansiedad Estado-Rasgo y Bienestar Psicológico en estudiantes de la Facultad de Salud de una universidad privada del norte, 2022*” de la Bachiller Pamela Ore Pacheco, para que obtenga su Título Profesional de Licenciada en Psicología por la Universidad Autónoma del Perú.

Comprendo que el estudio busca determinar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y el bienestar psicológico en una muestra de estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Privada del Norte, y sé que mi participación consistirá en responder una encuesta que demorará 20 minutos aproximadamente. Se me explicó la confidencialidad de la información que brinde, y que los nombres de los participantes serán asociados a un número de serie, significando que las respuestas no podrán ser identificadas por ajenos ni en la publicación del estudio.

Estoy en conocimiento que no se me entregarán los datos y que la participación en este estudio no es remunerada. Conozco que la información podrá beneficiar a la sociedad donde se está llevando a cabo; de igual forma, sé que puedo negar la participación o retirarme cuando crea conveniente, sin causas ni consecuencias negativas para mí. Para confirmar su participación marque con una equis (X) en el siguiente recuadro.

Sí quiero participar

Fecha: _____ de _____ de 2022