



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGIA

TESIS

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS
ADOLESCENTES DE LA I.E. DOS DE MAYO, PUERTO
MALDONADO- MADRE DE DIOS-2024.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO

PRESENTADO POR:
PILAR VELASQUEZ LAROTA

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TITULO
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGIA

DOCENTE ASESOR
MG. ACHARTE CHAMPI WALTER JESÚS
CODIGO ORCID: 0000-0001-6598-7801

CHINCHA, 2025.

Constancia de aprobación de la investigación



CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Chincha, 09 de Marzo del 2025

Mg. Jose Yomil Perez Gomez
Decano de la Facultad de salud
Universidad Autónoma de Ica.

Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarla e informar que la, Bach. PILAR VELASQUEZ LAROTA, de la Facultad de salud, del programa Académico de PSICOLOGÍA, ha cumplido con elaborar su:

PROYECTO DE TESIS

TESIS

TITULADO:

“BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. DOS DE MAYO, PUERTO MALDONADO- MADRE DE DIOS-2024”

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el procedimiento correspondiente para solicitar la emisión de la resolución para la designación de Jurado, fecha y hora de sustentación de la Tesis para la obtención del Título Profesional.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal. Cordialmente,



Firmado digitalmente por:
ACHARTE CHAMPI WALTER
JESUS FIR 45549528 hard
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 09/03/2025 21:11:12-0500

MG. ACHARTE CHAMPI WALTER JESUS
CODIGO ORCID: 0000-0001-6598-7801
DNI: 45549528

Declaratoria de autenticidad de la investigación

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, VELASQUEZ LAROTA PILAR identificada con DNI N°43287450, en mi condición de estudiante del programa de estudios de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. DOS DE MAYO, PUERTO MALDONADO - MADRE DE DIOS-2024, declaro bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de mi autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni auto plagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- d. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, la investigadora no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- e. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 28%), el porcentaje de similitud alcanzado en el estudio es del:

15%

Autorizamos a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplágio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 20 de marzo del 2025




VELASQUEZ LAROTA PILAR.
DNI: 43287450



[Handwritten signature]



DNI. 43287450

**CERTIFICO: LA AUTENTICIDAD DE LA FIRMA
DE: PILAR VELASQUEZ LAROTA
CON DNI Nº 43287450 QUIEN FIRMA EN
REPRESENTACIÓN DE: SI MIS PIA**

PUERTO MALDONADO, 20 MAR 2025



**LOURDES MADELINE GARCÍA MEDINA
ABOGADA - NOTARIA DE TAMBOPATA**



COLEGIO DE NOTARIOS DE TAMBOPATA
PUERTO MALDONADO

COLEGIO DE NOTARIOS DE TAMBOPATA
PUERTO MALDONADO



VELASQUEZ LAROTA PILAR
DNI: 43287450

COLEGIO DE NOTARIOS DE TAMBOPATA
PUERTO MALDONADO

COLEGIO DE NOTARIOS DE TAMBOPATA
PUERTO MALDONADO



0112316985



**NOTARIA
GARCIA MEDINA LOURDES MADELEINE
SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA**



INFORMACIÓN PERSONAL
DNI 43287450
Primer Apellido VELASQUEZ
Segundo Apellido LAROTA
Nombres PILAR

CORRESPONDE
La impresión dactilar capturada
corresponde al DNI consultado.



VELASQUEZ LAROTA, PILAR
DNI 43287450

**INFORMACIÓN DE CONSULTA
DACTILAR**

Operador: 72180221 - Jayra Liz
Albites Ochoa
Fecha de Transacción: 20-03-2025
13:51:14
Entidad: 1018099901 - GARCIA
MEDINA LOURDES MADELEINE

VERIFICACIÓN DE CONSULTA

Puede verificar la información en línea en:
<https://serviciosbiometricos.reniec.gob.pe/identifica3/verification.do>
Número de Consulta: 0112316985



DEDICATORIA

A mi madre, Sofía Larota Lazo.

A mis hijas, Selena y Palomita.

A mi papito, Camilo Velásquez
Oros.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, por ser mi guía en cada paso que di acompañando mi camino para alcanzar mis metas.

Agradezco a mi mamita, Sofía Larota Lazo, por su interminable apoyo en cada momento de mi vida y por todo su amor.

Agradezco a la Universidad Autónoma de Ica por la formación académica.

A mi asesor por todos los conocimientos brindados.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre el bienestar psicológico y estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado-Madre de Dios-2024. **Metodología:** Estudio de tipo básico, enfoque cuantitativo nivel de investigación relacional, diseño no experimental. La población estuvo constituida por 128 estudiantes, la muestra fue no probabilística y de tipo censal. El instrumento utilizado fue el Inventario de empleo la prueba de bienestar psicológico de Ryff y el Inventario de estrés académico de SISCO ambas pruebas cuenta con la validez y confiabilidad pertinente para el estadístico se empleó a Spearman **Resultados:** En cuanto al nivel de bienestar psicológico es de 65%, mientras que el estrés académico es de 63%, en cuanto la relación de las variables es significativa de nivel moderado e inverso; es decir mientras menor bienestar psicológico presenten los estudiantes mayor estrés académico manifestaran. **Conclusiones:** Existe relación significativa entre el bienestar psicológico y el estrés académico, siendo (-,543**) es negativa de magnitud moderada. Esto significa que, a mayor bienestar psicológico, menor estrés académico, y viceversa.

Palabras claves: Bienestar psicológico, estrés académico, estudiantes.

ABSTRACT

Objective: Determine the relationship between psychological well-being and academic stress in adolescents of the I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024. **Methodology:** Basic type study, quantitative approach, relational research level, non-experimental design. The population consisted of 128 students, the sample was non-probabilistic and census type. The instrument used was the Ryff Psychological Wellbeing Inventory and the SISCO Academic Stress Inventory, both tests have the relevant validity and reliability for the Spearman statistic. **Results:** Regarding the level of psychological well-being it is 65%, while academic stress is 63%, as the relationship of the variables is significant at a moderate and inverse level; That is, the lower the students' psychological well-being, the greater their academic stress. **Conclusions:** There is a significant relationship between psychological well-being and academic stress, with (-.543**) being negative and of moderate magnitude. This means that the greater the psychological well-being, the lower the academic stress, and vice versa.

Keywords: Psychological well-being, academic stress, students.

ÍNDICE GENERAL

Portada.....	i
Constancia de aprobación de la investigación	ii
Declaratoria de autenticidad de la investigación	iii
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO	vii
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	ix
ÍNDICE GENERAL.....	x
Índice de tablas académicas.....	xii
Índice de figuras.....	xiii
I. INTRODUCCIÓN	12
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	14
2.1. Descripción del problema	14
2.2. Pregunta de investigación general	16
2.3. Preguntas de investigación específicas.....	16
2.4. Objetivo general	16
2.5. Objetivos específicos.....	17
2.6. Justificación e importancia.....	17
2.7. Alcance y limitaciones	19
III. MARCO TEÓRICO	21
3.1. Antecedentes.....	21
3.2. Bases teóricas Bienestar psicológico	24
3.3. Marco Conceptual	28
IV. METODOLOGÍA.....	31
4.1. Tipo y nivel de investigación.....	31

4.2. Diseño de la Investigación.....	31
4.3. Hipótesis general y específicas	32
4.4. Identificación de las variables.....	32
4.5. Matriz de Operacionalización de variables	34
4.6. Población y muestra	36
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	36
4.8. Técnica de análisis y procesamiento de datos	38
V. RESULTADOS	40
5.1. Presentación de resultados	40
5.2. Interpretación de resultados	53
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	57
6.1. Análisis inferencial.....	57
VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	66
7.1 Comparación resultados.....	66
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	69
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	71
ANEXOS.....	77
Anexo 1: Matriz de consistencia.	77
Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	81
Anexo 3: Validación de jueces expertos	87
Anexo 4: Base de datos.....	90
Anexo 5: Evidencia fotográfica.....	103
Anexo 6: Informe de Turnitin al 28% de similitud	107

Índice de tablas académicas

Tabla 1. Niveles de bienestar psicológico	40
Tabla 2. Nivel de aceptación.....	41
Tabla 3. Nivel de relaciones positivas.....	41
Tabla 4. Nivel de autonomía.	42
Tabla 5. Nivel de dominio del entorno.....	43
Tabla 6. Nivel de propósito de vida.....	44
Tabla 7. Nivel de crecimiento personal.....	45
Tabla 8. Nivel de estrés académico.....	46
Tabla 9. Nivel de Síntomas o reacciones psicológicas.	47
Tabla 10. Nivel de Síntomas o reacciones psicológicas.	48
Tabla 11. Nivel de estrategias de afrontamiento personal.	49
Tabla 12. Nivel de estresores.	50
Tabla 13. Nivel de síntomas (Reacciones).	51
Tabla 14. Nivel de estrategias de afrontamiento religioso y comportamental	52

Índice de figuras

Figura 1 Niveles de bienestar psicológico.....	40
Figura 2. Nivel de aceptación.....	41
<i>Figura 3.</i> Nivel de relaciones positivas.....	42
<i>Figura 4.</i> Nivel de autonomía.	43
Figura 5. Nivel de dominio del entorno.	44
Figura 6. Nivel de propósito de vida.....	45
Figura 7. Nivel de crecimiento personal.....	46
Figura 8. Nivel de estrés académico.....	47
Figura 9. Nivel de Síntomas o reacciones psicológicas.	48
Figura 10. Nivel de Síntomas o reacciones psicológicas.	49
Figura 11. Nivel de estrategias de afrontamiento personal.....	50
Figura 12. Nivel de estresores.	51
Figura 13. Nivel de síntomas (Reacciones).	52
Figura 14. Nivel de estrategias de afrontamiento religioso y comportamental	53

I. INTRODUCCIÓN

Hoy la etapa escolar, significa nuevos retos en los estudiantes de nivel secundario, ya que después de dos años de educación remota, genero múltiples problemáticas como lo son el proceso enseñanza aprendizaje, además de inestabilidad familiar, económica, personal y social.

Es importante resaltar como la Organización Mundial de Salud (2023) Señala que a nivel mundial que de siete de cada diez personas a referido sentirse afectado en su bienestar psicológico, hay mayor población vulnerable a problemas como son la ansiedad, depresión, irritabilidad, y otros más preocupantes como la ideación suicida, son la muestra de mucho estrés ya que hoy vivimos acelerados por el salir delante de una crisis que dejo devastados muchos hogares. La causa principal el estrés acumulado, que si lo vemos en el aspecto educativo se presenta lo que hoy reconocemos como estrés académico.

En España se reportan cifras que ponen en evidencia problemas que afectaran y de no atenderse se proyecta hasta el 2030, llamando así a la discapacidad mental, donde unas de cada cuatro personas refieren tener un trastorno mental a lo largo de su vida. Además, que la edad de inicio es a los 14 años siendo afectada más del 50%, acentuándose al llegar a los 18 años. Lo preocupante es que más del 50 % no recibió ninguna atención menos un tratamiento. (Confederación de Salud mental, España 2019)

Por lo anteriormente mencionado es que el presente estudio abordará dos dificultades presentes en la vida escolar siendo el bienestar psicológico y el estrés académico en estudiantes de la localidad de Madre de Dios, el que permitirá identificar como se presentan y que recomendaciones se pueden alcanzar frente a este asunto de interés público.

El primer capítulo contiene la introducción el cual presenta la investigación y sus capítulos que abordara.

En el segundo apartado se muestra en el Planteamiento teórico de la investigación el cual describe las dificultades encontradas en relación a las variables de estudio, el cual dio relevancia de corte mundial, nacional y local, se formula la pregunta de investigación tanto la general y la específica, se formulan los objetivos y añade una justificación en torno al nivel teórico, social y práctico.

En el tercer capítulo, denominado “Marco Teórico”, se presentan los antecedentes tanto internacionales, nacionales y locales, en segundo punto bases teóricas acorde a las variables correspondiente y el marco conceptual.

El cuarto apartado corresponde a la “Metodología”, el que menciona el tipo y diseño de investigación, hipótesis general como específica, identificación de las variables, Operacionalización de las propias, la población muestra como las técnicas de recolección de datos.

El quinto capítulo presenta el cronograma, el sexto el presupuesto el séptimo las referencias, para finalizar con anexos abarcando (Matriz de consistencia, instrumentos, ficha de validación e informe turnitin)

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

A nivel mundial según la Organización mundial de salud (2024) los problemas mentales en la población de 10 a 19 años, representa un 15% de la causa de muerte. Además, refiere que los problemas más frecuentes son el estado depresivo, los procesos ansiosos y múltiples problemas en el comportamiento, siendo el suicidio la tercera causa de mortalidad. El problema mental afecta lo largo de la vida en las esferas, físico, psicológico y social. UNICEF (2022) afirma que 8 de cada 10 adolescentes están pasando momentos de angustia, decepción y procesos ansiosos, causado por la tensión que perciben en el ámbito educativo, ya que dos años de educación remota ha creado múltiples afecciones siendo la más frecuente el estrés académico así mismo las relaciones sociales se afectaron, como bajo rendimiento académico, ausentismo, deserción escolar. Además, que de ellos un 75% no busca ninguna ayuda psicoemocional en sus espacios educativos, por otro lado, las entrevista demostraron que el 84% de la población tiene miedo al futuro se siente decepcionados, causando insomnio, intranquilidad, cefaleas, dolor corporal, problemas digestivos, pensamiento fatalista.

A nivel internacional la UNICEF (2019) desde este tiempo se hace visible la indiferencia de los gobiernos locales como mundial, al dejar de lado las políticas en prevención y promoción de la salud mental, por lo que la edad de origen de estos problemas nace posiblemente a los 14 años, manifestándose en comportamiento auto lesivos que privaron a los adolescentes de atender de formas oportuna sus afecciones. Para Salfate (2019) en su informe realizado en Chile, acentuó la problemática en la salud mental ocasionados por el estrés académico en 54% causado por la tensión en el colegio siendo un espacio insalubre ya que son múltiples las razones que exponen al estudiante a salir adelante con todas las exigencias.

A nivel nacional el MINSA (2021) Expone que el 30% de los adolescentes de edades entre 12 a 17 años manifiesta padecer algún

problema a su salud mental como la emocional, de la mano de la UNICEF consideran que post pandemia los daños generados en los hogares y los padres a desestabilizado a los jóvenes. SENAJU (2023) en su informe resalta que el 33 de la población juvenil ha tenido problemas siendo una de las causas el estrés, pero hace referencia de la forma más desbastadora el que se da en el colegio, la principal razón es la falta de recursos. El 76% de los estudios revisados en la población universitario con problemas del estrés académico manifiestan que esto representa un problema en nivel moderado, siendo el factor estresor la sobre carga de tareas, los síntomas son la falta de concentración, problemas de sueño, ansiedad, depresión y dolores de cabeza, en la forma de afrontar refieren que escuchar música, tener un momento de ocio son las opciones más usadas, (García et all, 2024)

El MINSA (2024) nos reporta que entre a 15 a 19 años el intento de suicidio para mujeres en un 65% y para varones un 32%, en cuanto a la depresión en mujeres un 65% y en varones 22%, episodios psicóticos en damas 40% y hombres 55%, en un periodo desde el 2016 a la fecha. Por otro lado, el aspecto emocional y problemas de comportamiento se da de cada 10 niños y adolescentes 6 son afectados, mostrado problemáticas en relación a la presión en la académica, siendo más álgido por la educación remota que a la fecha es algo que no se supera, ya que la educación en el país pasa por una brecha de dos años que se debe superar (MINSA, 2020)

A nivel local en el centro de vigilancia epidemiológico reporta que los casos en Madre de Dios son 175 casos de intentos de suicidio presentados desde el 2016 a la fecha, pero el último termino con 50 casos presentados, en la población de 15 a 19 años., por lo que no cuenta con mucha información que respalde el presente estudio, puesto que la realidad estudiada se acerca a la población universitaria.

2.2. Pregunta de investigación general

¿Cuáles la relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?

2.3. Preguntas de investigación específicas

PE1. ¿Cuáles la relación entre la aceptación y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?

PE2. ¿Cuáles la relación entre las relaciones positivas y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?

PE3. ¿Cuáles la relación entre la autonomía y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?

PE4. ¿Cuáles la relación entre el dominio personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?

PE5. ¿Cuáles la relación entre el propósito en la vida y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?

PE6. ¿Cuáles la relación entre el crecimiento personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?

2.4. Objetivo general

Determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

2.5. Objetivos específicos

OE1. Establecer la relación entre la aceptación y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

OE2. Correlacionar las relaciones positivas y el estrés académico de en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

OE3. Relacionar la autonomía y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

OE4. Determinar la relación entre el dominio personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

OE5. Relacionar el propósito en la vida y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

OE6. Verificar la relación entre el crecimiento personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

2.6. Justificación e importancia

Justificación

Este trabajo se justificó en los siguientes aspectos:

Justificación teórica:

Tomando como referencia lo sustentado por Sanchez y Cánovas (2013) el contar con bienestar psicológico es un factor protector frente a múltiples afecciones tanto mentales como físicas, además que permite liberar sustancia químicas que relajan el cuerpo, puesto que el estudio plantea identificar como esta se relación con el estrés

académico que para Barraza (2019) argumenta que es un estado donde el estudiante se somete a las presiones académicas, y esto desequilibra el bienestar que la persona logra tener.

Justificación práctica:

Al no tener antecedentes locales, el estudio permitirá implementar acciones de prevención en torno al mejor manejo del bienestar psicológico y poder afrontar el estrés académico como los menciona Flores (2024) concluye que la presencia del estrés académico en estudiantes afecta al bienestar psicológico, siendo una relación inversa, por lo que sugiere ampliar la muestra a realidades como la de Puerto Maldonado donde solo se encontró el estudio Núñez(2019) trabajo con el estrés académico y hábitos de estudio se evidencia la relación.

Justificación metodológica:

Rodríguez et all. (2006) realiza la adaptación de la escala de bienestar psicológico, refiere que la confiabilidad y validez del instrumento con una consistencia interna mayor y lo propio para las dimensiones, por lo que concluye que el instrumento cumple con las características esperadas. Para Barraza (2014) en su estudio estresores y sus relaciones con apoyo social, refiere que es importante identificar cuáles son los factores estresores, ya que con el Inventario de SISCO, permite el poder atender la problemática ya que los ítems construyen respuesta objetiva. será analizada de forma objetiva, la que ser fuente de información para realizar generalización y atender todos los nudos críticos a encontrarse.

Justificación psicológica

La OMS, (2023) en su informe del impacto del estrés en el bienestar psicológico, puesto que permitirá ser un punto de partida a soluciones desde los estudiantes hasta la comunidad educativa, un modelo que será replicado en otras localidades, además será un espacio reflexivo de adoptar posturas de soluciones. Añade UNICEF (2022) que por

tener una problemática con 61% de la población adolescentes por todos los problemas que alterna su bienestar emocional, lo cual es un asunto publico el cual debe de atenderse.

Importancia

Al atender una problemática que se muestra a nivel internacional con datos preocupantes como menciona organizaciones como la OMS y la UNICEF, es importante ser un punto de solución al conocer de forma objetiva como se manifiesta el bienestar psicológico y estrés académico en una realidad poco estudiada, la cual repercutirá a nivel del Perú donde el MINSA también afirma los riesgos que pasan los adolescentes. La investigación pretende beneficiar directamente a los estudiantes aumentando su bienestar psicológico y sus opciones de intervención ante los riesgos asociados al estrés académico. Los padres también se beneficiarán al recibir informes detallados de resultados que permitirán abordar la situación desde casa (Zamora et al., 2017) la sugerencia se considerará, promover actividades que fortalezcan el equilibrio emocional, por otro lado, sesiones educativas que regulen los índices alto de estrés académico, apoyando a la comunidad educativa para ser agentes de cambio.

2.7. Alcance y limitaciones

Alcances:

Alcance Espacial: La investigación se realizó en la I.E. Dos de mayo, Puerto Maldonado - Madre de Dios – 2024.

Alcance Temporal: La investigación se llevó a cabo el 23 de noviembre al 05 de diciembre del 2024.

Alcance Social: La investigación se realizó con los adolescentes de la I.E. Dos de mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Limitaciones:

El primer obstáculo que se tuvo que manejar es el permiso para iniciar el estudio, ya que los colegios de la localidad tienen resistencia a trabajar

en este tipo de investigaciones, otra dificultad es el tiempo debido a que por estar en el último bimestre la agenda de la comunidad esta recargada por lo que se tuvo que acomodar al tiempo que nos facilitó y evitar extendernos por lo que se planificado y coordino previamente.

Al ser fin de ciclo en los grados de secundaria se tuvo la ausencia de una mínima cantidad de estudiantes que estaban mal de salud o faltaron por alguna otra razón.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Antecedentes internacionales

Espín J. (2023) la investigación fue realizada en Ecuador con estudiantes de nivel secundario cuyo **objetivo** pretendió hallar la relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico, la **metodología** un estudio de enfoque cuantitativo, No experimental correlacional con una muestra de 130 alumnos de edades entre quince y dieciocho años, a los que se les aplico el cuestionario de bienestar psicológico, y la escala de estrés académico SISCO, en la que luego de dar la validación competente se pasó a realizar los **resultados** en cuanto al estrés se halla niveles moderado en sus tres dimensiones y para el bienestar el nivel es bajo, por lo que **concluye** que hay relación entre las variables.

León D. (2023) en su estudio realizado en Chile con estudiantes de nivel universitario, el **objetivo** fue Identificar como influye el estrés académico en el bienestar psicológico de los alumnos de esta universidad en el tiempo de pandemia, cuya **metodología** empleada fue de tipo básica, enfoque cuantitativo, tipo correlacional a la que congreso a 200 estudiantes de ingeniería civil, para ello se aplicó el cuestionario de estrés de SISCO, y el de bienestar psicológico, luego de analizar la información recabada, **resultados** en las tablas demuestran que hay relación inversa y significativa es decir que a mayor nivel de estrés académico menor será el bienestar psicológico, en cuanto a las dimensiones, la dimensión afrontamiento de estrés inversa con el bienestar psicológico a diferencia de las demás, **conclusión** hay relación entre las variables y esta es significativa.

Parada I. (2023) en su investigación realizada en México con estudiantes de México planteo el **objetivo** de Identificar el bienestar psicológico y asociarlo a los estresores académico como la

procrastinación, cuyo **metodológico** fue cuantitativo, correlacional, diseño no experimental, en la que empleo la escala de Bienestar psicológico de Suayed y el cuestionario de estrés académico de CEAU, la escala de procrastinación de Tukman, en la que considero a 130 estudiantes de la carrera de psicología, luego de procesar los datos, **resultados**; se evidencio que el bienestar psicológico es alto y el estrés académico moderado, como la procrastinación para la correlación se obtuvo un nivel significativo entre el bienestar psicológico y el estrés académico, **conclusión** por lo que se aprueba la hipótesis alterna.

Marín Medina, C., et al. (2023) en su investigación realizada en Chile con estudiantes Universitarios en el contexto del COVID 19, **objetivo** fue identificar el bienestar psicológico para lo que se consideró la **metodología** enfoque cuantitativo, tipo correlacional, cuya muestra considero a 377 alumnos de diferentes carreras profesionales a los que se les administro el cuestionario de bienestar psicológico RYFF, luego de ingresar la información y procesar se evidencio que para las dimensiones como crecimiento personal propósito de vida se obtuvo valores altos, puesto que se **concluye** que el nivel de bienestar psicológico es moderado y hallándose diferencia entre el sexo y la escuela profesional.

Antecedentes nacionales

Umbo S. (2024) estudio la realidad de los estudiantes de Tumbes, el **objetivo** fue identificar la relación entre el Bienestar psicológico y estrés académico en adolescentes de un colegio de secundaria, la **metodología** empleada un enfoque cuantitativo, diseño no experimental de tipo correlacional al que congreso a 80 alumnos usando el muestreo por conveniencia, los instrumentos fueron el cuestionario de bienestar psicológico de Ryff y la escala de estrés académico SISCO, luego analizar la información los **resultados** evidenciaron que hay una relación negativo pero frágil entre las variables, los niveles moderados para el bienestar y el entre fue

moderado, se **concluye** que se aprueba la hipótesis alterna, hallándose una relación negativa es decir a mayor bienestar psicológico menor será el estrés académico.

Rojas A. (2023) en su estudio cuyo **objetivo** central fue determinar la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de la ciudad de Piura-2022, **metodología** considero al enfoque cuantitativo, de tipo no experimental y correlacional al que considero a 284 alumnos de 12 a 18 para recabar la información se aplicó el inventario de estrés académico SISCO, y para la segunda variable la Escala de Bienestar psicólogo de Ryff, en ambos se cumplió con la validez y confiabilidad pertinente, **resultados** luego de procesar la información se demostró que el Rho de Spearman arroja una grado de relación significativa entre las variables, por lo que se llega a la **conclusiones** que se aprueba la hipótesis alterna, es decir hay relación entre el estrés académico y el bienestar psicológico.

Turpo J. (2020) en su estudio realizado en Estudiantes del Cusco, el cual tuvo como **objetivo** identificar como es el estrés académico y el bienestar psicológico en tiempo de pandemia, **metodología** investigación de enfoque cuantitativo, nivel correlacional, se congregó a 109 alumnos de cuarto y quinto de nivel secundario, a los que se les aplico las encuestas como es el bienestar psicológico RYFF y estrés académico SISCO, **resultados** Juego de procesar la información se evidencio que el nivel del estrés académico es moderado con más del 50%, y en cuanto al nivel de bienestar psicológico es alto por lo que se **concluye** que existe relación entre las variables estudiadas, probando la hipótesis alterna, es decir a menor estrés académico mayo será el bienestar psicológico presentada en los estudiantes evaluados.

Yataco J. (2019) en su estudio realizado en lima con estudiantes del nivel superior en la que estuvo como **objetivo** correlacionar el bienestar psicológico y el estrés académico, en cuanto al diseño **metodológico**

empleado, fue de nivel básico, enfoque cuantitativo, correlacional en cuanto a la muestra considerada fue de 496 alumnos de 16 a 30 años a los que se tomó la prueba de Bienestar psicológico de Sánchez y el inventario de estrés académico SISCO, al procesar la información por el SPSS, se obtuvo los siguientes **resultados** en cuando al nivel de bienestar psicológico fue 27% con nivel bajo, y para estrés académico es bajo con 32%, en cuanto a las variables como género y ciclo no se halla relación. Se aprueba la hipótesis alterna debido a que hay relación significativa entre las variables, por lo que se **concluye** que hay relación directa y negativa es decir entre menor sea el bienestar psicológico más afecta el estrés académico.

Antecedentes locales

Núñez (2019) tesis realizada en Madre de Dios con estudiantes de nivel secundario la cual tuvo como **objetivo** central identificar la relación entre el estrés académico y los hábitos de estudio, **metodología** empleo un diseño no experimental, correlacional, con una muestra de 135 alumnos a los que se les aplico el Inventario de estrés SISCO, y las pruebas de hábitos de estudio CASM-85, cada uno con sus validaciones correspondientes, en cuanto al procesamientos de la data fue por SPSS, el cual entrego los **resultados** estadísticos, en la relación hallada esta es baja; para las dimensiones del estrés como son estresores y reacciones físicas y los hábitos de estudio no se haya relación alguna: a diferencia de la estrategias de afrontamiento y hábitos de estudio se evidencia relación baja. Por lo que se **concluye**, que hay relación entre las variables estudiadas.

3.2. Bases teóricas

Bienestar psicológico

3.2.1. Concepto de Bienestar psicológico.

Para Barrera (2019) considera que la persona realiza una autoevaluación de diferentes áreas de su vida haciendo una suma y

percibe estabilidad en las emociones y se siente tranquilo esto significa contener el bienestar.

Carrera (2018) El bienestar psicológico se desarrolla gracias a la presencia estar estable a nivel físico, social, el cual permitirá regular las interacciones y ser a el garante para desarrollar múltiples actividades tanto personales como de su contexto.

Hernani et all (2013) afirma que hablar de bienestar en el área psicológico conlleva a poder valorar como esta uno mismo en relación a la comparación que hace de su entorno, que esta es cambiante, y puede ser modificado.

Sandoval et all, (2017) Es importante señalar que este bienestar al cual todos estamos pretendiendo alcanzar depende de múltiples variables, siendo la experiencia de vida, y las presiones quienes alteran esta homeostasis.

3.2.2. Teorías del Bienestar psicológico

Para Salas (2018) considera

Teórica hedónica, la cual está vinculada al bienestar subjetivo;

Teoría Eudaimonica, esta se hace referencia que nosotros estamos bien por tener metas, asumiendo la postura de Aristóteles, que todos estamos bien cuando nuestra deseo y fin seria este.

Teórico- Humanista: Benítez (2018) considera que la persona tiene un componente emocional en la que es importante resaltar el potencial del ser humano, resalta la importancia del control de si mismo, y poder autor realizarse.

Teoría positivista: Rossi (2019) toda la humanidad desde siempre estuvo en busca dela felicidad, la que va de la mano de gozar del bienestar psicológico, somos lo que pensamos y actuamos en relación a como estamos, hace hincapié que el crecimiento como el propósito son dimensiones que se deben atender. Hace relevancia

al aprendizaje subjetivo, que busca la plenitud de la alegría y la satisfacción.

Es la rama de la psicología la que más énfasis pone al hablar de sentirse pleno, una forma de conocer la conducta humana es velar porque siempre buscara su estabilidad emocional que le permite ver la vida de forma optimista, asumiendo los problemas como oportunidad de sacarle el lado positiva, habla de la mirada humana ante los problemas. (Arriga,2018)

3.2.3. Dimensiones del bienestar psicológico.

Para Rodríguez (2010) en su modelo multidimensional refiere que:

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

3.2.4. Características del bienestar psicológico.

La subjetividad: se menciona que todos tenemos un componente introspectivo, que nace de la valoración de cómo estamos, para ellos hace una medición de bien, mal o regular, esto depende de lo que para mí significa estar bien y la capacidad de resolver mis problemas, es importante señalar que esta capacidad es individual, y es diferente de persona a persona. (Diener,1991)

Diener et al. (1985) defendieron los siguientes tres factores:

La primera es una valoración positiva de la vida, la segunda es un experimento de vida. Emociones positivas, la tercera es la experiencia de emociones negativas, tiene un Explique que es necesario experimentar ambas emociones para que se produzcan emociones positivas. Superar y prevenir la frecuencia de emociones negativas. En resumen, es importante que una experiencia subjetiva de autoaceptación y desarrollo de la autoestima.

3.2.5. Adolescentes y bienestar psicológico.

Papalia, Feldman y Martorell (2012) en la clasificación más clara es la que realiza Papalia el cual refiere que el desarrollo humano está de la mano de las etapas:

Adolescencia, de edades de once a veinte años se encuentra el grupo donde se da el desarrollo cognoscitivo, es un pensamiento aun abstracto, llamado de los pensadores, donde aún son inmadurez, hay dudas, se presenta la presión de grupo por que se valora que la adaptación a las múltiples exigencias como factores de riesgos, en esta etapa está claro que hay la fijación de quien seré, y cuáles son mis ideales. En segundo punto el psicosocial, refiere que uno aprende en el contexto los amigos y el medio marca la forma de hablar y mostrarse.

La importancia de velar por el bienestar nace de la protección de los padres, y su medio quienes, por el buen comportamiento, hacer lo correcto le brinda al adolescente el sentido de bienestar, tener un propósito, además del autoconocimiento permite la autorregulación de las emociones y demás.

3.2.6. Estrés académico

Silva Ramos (2019) Hace referencia de la percepción que percibe el estudiante en medios académicos, se asocia al rendimiento académico y la expectativa de como enfrentan las exigencias a futuro Aquí hay algunas características de estrés académico:

- **Carga de Trabajo:** Las tareas acumuladas, como exposiciones curriculares y extracurriculares.
- **Presión por el Rendimiento:** Las notas y el poder competir con el compañero
- **Perfeccionismo:** La presión en casa por ser el mejor, que llega desde niños a tener el pensamiento de hacer todo excelente el cual no acepta el error.
- **Tiempo y Gestión:** La procrastinación una problematiza que hace frente a la buena organización del tiempo como gestión de los

recursos que optimiza y brinda buenos resultados.

3.2.7. Dimensiones del estrés académico

A continuación, se mostrarán los tres componentes:

Estresores: Se refieren a los elementos, estímulos o condiciones presentes en el entorno educativo que pueden ejercer presión o generar una sensación de sobre carga en los estudiantes. Estos estresores pueden manifestarse en diversas formas, ya sea como demandas físicas, sociales o psicológicas, y son considerados como factores que amenazan la integridad de la vida humana (Rodríguez et al., 2021).

Síntomas: Los síntomas de las situaciones estresantes, o desequilibrios sistémicos, se manifiestan de diferentes maneras en los estudiantes y varían tanto en cantidad como en tipo entre individuos. Estos síntomas pueden categorizarse en indicadores fisiológicos, psicológicos y conductuales, reflejando así la diversidad de respuestas ante el estrés (Rodríguez et al., 2021).

Estrategias de afrontamiento: Se representan las diferentes formas en que los individuos abordan y gestionan las situaciones estresantes. Según la definición de Rodríguez et al., (2021). el afrontamiento involucra esfuerzos cognitivos y conductuales que son variables y adaptativos, diseñados para enfrentar demandas externas e internas que se perciben como superiores a los recursos personales disponibles. Estas estrategias pueden variar ampliamente de una persona a otra y pueden incluir enfoques cognitivos, emocionales o conductuales para enfrentar el estrés y resolver problemas.

3.3. Marco Conceptual

Bienestar Psicológico: Castillo (2022) Es la percepción que tiene la persona de sí mismo en relación a la plenitud de su vida, logrando un equilibrio emocional el cual le permita desarrollar su propósito de vida.

Autonomía: Casullo (2022) Es cuando la persona forma de manera independiente sus acciones y se responsabiliza de sus necesidades, además se puede valorar aspectos sociales que ayudan a mejorar.

Proyecto de vida: Casullo (2022) Es la forma que tiene la persona en su búsqueda de un futuro bueno, planteándose objetivos acordes a sus logros ya alcanzados es una misión la cual lo comprometerá avanzar.

Adaptación: Domínguez (2014) Las esferas de la vida, tiene distintos escenarios, donde pone prueba la capacidad del ser humano de amoldarse a situaciones, las cuales le permitirá asumir cambios, que en muchos casos pueden ser positivos como negativos.

Afectos: Son las relaciones de confianza y positivas con las personas cercanas, donde se establecen lazos de vínculo con la familia y entorno, esto puede ser bueno, pero a su vez se deteriora desequilibrando a la persona.

Estrés académico: Es la percepción del estudiante frente a las múltiples exigencias en el colegio sumadas a la presión del hogar sobre el rendimiento académico el que afecta de forma física, como psicológica. (Barraza, 2006)

Estresores: Son las exigencias en la vida académica del estudiante como tareas, exámenes, exposiciones, que se acumulan y crean un efecto de presión, causando dolor de cabeza, insomnio o rechazo al cumplimiento. (Barraza, 2006)

Estrategias de afrontamiento: Es la forma que la persona enfrenta los estímulos estresores, como buscar ayuda, no centrarse en el problema, humor, usar distractores, lo que permite reducir el índice de tensión.

Adolescencia: Papalia (2012) refiere que el niño ingresa a la pubertad y con ella los cambios psicológicos, físicos, y emocionales, para adaptarse a las nuevas formas de ver la vida, aquí está marcado por la época social, el juicio propio y el tomar sus propias decisiones entre los 12 a 17 años.

Síntomas: Son las manifestaciones de alguna malestar o enfermedad que puedan estar configurando la persona sienta esta física o psicológica, que viene después de un desequilibrio personal.

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y nivel de investigación

Tipo

El tipo de investigación presentada es la Básica, también llamada pura en la que se trabaja con teorías, las cuales forma el marco teórico, su propósito es realizar las generalizaciones a partir de los hallazgos estos suelen ser corte filosófico, es aquí que se pretende analizar los datos de dos variables el bienestar psicológico y el estrés académico. (Zorrilla et all 1195)

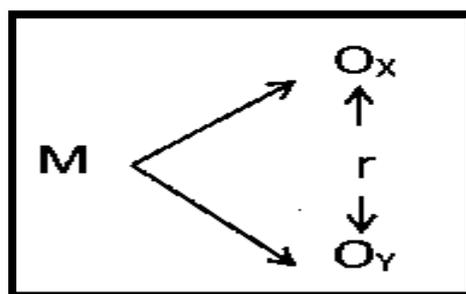
Nivel

Es el Relacional el cual pretende identificar cuáles son las condiciones, además de probabilidades entre dos problemáticas, el cual estará atendiendo dos situaciones a las que se llaman variables y como cada una de ellas se asocian

4.2. Diseño de la Investigación

El estudio en cuestión se adscribe a un diseño no experimental de tipo transversal, el cual se caracteriza por recopilar datos en un tiempo específico y en un lugar determinado debido a la naturaleza de la información recabada en el presente. (Hernández et al. 2014)

La cual se representa de la siguiente manera:



Donde:

M = Muestra

Ox = Bienestar psicológico

Oy = estrés académico

r = Relación

4.3. Hipótesis general y específicas

Hipótesis general

Ha: Existe relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Hipótesis específicas

Ha₁: Existe relación entre la relación entre la aceptación y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Ha₂: Existe relación entre las relaciones positivas y el estrés académico de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Ha₃: Existe relación entre la relación entre la autonomía y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024

Ha₄: Existe relación entre la relación entre el dominio personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024

Ha₅: Existe relación entre la relación entre el propósito de vida y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024

Ha₆: Existe relación entre la relación entre el crecimiento personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

4.4. Identificación de las variables

Variable X. Bienestar psicológico

Dimensiones:

- Aceptación
- Relación positiva.
- Autonomía.

- Dominio del entorno
- Propósito en la vida
- Crecimiento personal

Variable Y. Estrés Académico

Dimensiones

- Estresores
- Síntomas
- Afrontamiento al estrés

4.5. Matriz de Operacionalización de variables

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	de Niveles de rango	Tipo de variables estadística
Bienestar psicológico	Aceptación	Aceptación de bienestar psicológico y Reconocimiento de sí mismo.	7 y 19. 1,13,25,31	“Totalmente desacuerdo”	Bajo	Cuantitativo
	Relación positivas.	Confianza en sí mismo, mantener buenas relaciones sociales	2,8,20,26, 14,32	“Poco acuerdo”	Medio	
	Autonomía.	Ser competente e independizarse en sus actividades.	3,10,21,4,9,15,27,33	“Moderadamente de acuerdo” “Muy de acuerdo” “Bastante de	Alto	

	Dominio del entorno	Control de las emocionales y de cómo influencia los demás	11,16,28,5,22,39	acuerdo” “Totalmente de acuerdo”	
	Propósito en la vida	Es la planificación de los que se hará a largo plazo.	6,12,18,17,23,29		
	Crecimiento personal	Los objetivos y metas planteadas.	24,37,38,35,36,30,34		
Estrés académico	Estresores	Causante de estrés	1-15	O a 20 Nunca	Leve 0-40
		Estresores del aula		21 a 40 Rara vez	
	Síntomas	Respuestas corporales	16-30	41 a 60 Algunas veces	Moderado Cuantitativo
		Respuestas psicológicas			41-50 I
	Afrontamiento al estrés	Afrontamiento comunicativo	31-47	61 a 80 Casi siempre	Profundo
		Estilo de afrontamiento		81 a 100 Siempre	55-100

4.6. Población y muestra

Población

La población es el universo total con la que se trabajó el cual estuvo conformado por 128 estudiantes de secundaria. (Hernández et al. 2014).

Muestra

Se contó con 128 estudiantes de secundaria correspondientes a las secciones de A, B, C y D, se ambos sexos y edades entre 16 a 17 años, de la Institución educativa Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios. (Hernández et al. 2014).

Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados el año académico 2024
- Estudiantes que tenga consentimiento informado.
- Estudiantes que pertenezca al colegio Dos de Mayo.
- Estudiantes de 11 a 17 años.

Criterios de exclusión

- Estudiantes no matriculados el año académico 2024
- Estudiantes que no tenga consentimiento informado.
- Estudiantes de otros colegios diferentes al dos de mayo.
- Estudiantes de edades diferentes a los 11 a 17 años.

4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Psicometría, ya que tuvo como herramienta de recojo de datos la escala, el inventario y el test psicológico, en este caso se empleó Escala de bienestar psicológico de Ryff y el inventario de estrés académico SISCO.

A. Ficha técnica de la escala de bienestar psicológico de Ryff

Nombre Original	Escala de bienestar psicológico de Ryff
-----------------	--

Autores	Carol Ryff, revisión de Dirk van Dierendonck. de Darío Díaz,
Procedencia	Española
Dimensiones	Aceptación <ul style="list-style-type: none"> • Relación positiva. • Autonomía. • Dominio del entorno • Propósito en la vida • Crecimiento personal
Aplicación	Individual y colectiva
Finalidad	En cuanto a la administración, está destinado a personas mayores de 14 años y se puede utilizar de forma individual o grupal durante, para ver su nivel de equilibrio emocional
Numero de ítems	Inicialmente fue de 84 su adaptación llevo 39
Tiempo	15 a 20 minutos
Validez y confiabilidad:	La consistencia interna se logró utilizando un valor alfa de Cronbach mayor o igual a 0,70. Por otro lado, existe una alta correlación entre las dos versiones de la escala: autoaceptación (0,98); 0,98), esta versión en español refleja adecuadamente los elementos teóricos de cada dimensión. Sin embargo, el análisis factorial confirmatorio no mostró un ajuste satisfactorio con el modelo teórico propuesto, por lo que se desarrolló una versión corta con un alfa de Cronbach entre 0,84 y 0,70 para mejorar las propiedades psicológicas.

A. Ficha técnica inventario de estrés académico SISCO

Nombre Original	Inventario de Estrés Académico SISCO
-----------------	---

Autores	Arturo Barraza Macías
Procedencia	Durango – México
Dimensiones	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Estresores ➤ Síntomas ➤ Afrontamiento al estrés.
Aplicación	Individual y colectiva
Finalidad	Se diseñó a partir de las variables de estudio relacionadas con el estrés: nivel de estrés auto percibido, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.
Numero de ítems	31 ítems
Tiempo	15 a 20 minutos
Validez y confiabilidad:	Una confiabilidad por mitades de .83 y una confiabilidad en Alfa de Cronbach de .90, estos niveles sugieren ser resultados muy buenos según DeVellis (citado por García, 2006) o elevados según Murphy y Davishofer (citado por Hogan, 2004. Jabel Camacuari, María Gabriela. Estandarización del inventario de Estrés Académico SISCO en estudiantes de dos universidades De Villa El Salvador.

<

4.8. Técnica de análisis y procesamiento de datos

Se inicio al concluir la recolección de los datos. Los investigadores en posesión de un cúmulo de información, procedió a organizar la información que permita extraer conclusiones para así poder responder a las interrogantes que llevaron a realizar la investigación. Una vez obtenidos los datos se procederá a su análisis considerando los siguientes pasos:

1° Codificación: La información ha sido seleccionada y se generó códigos para cada uno de los sujetos muestrales.

2° Calificación: Consistió en la asignación de un puntaje o valor según los criterios establecidos en la matriz del instrumento para la recolección de datos.

3° Tabulación de datos: En este proceso se elaboró una data donde se encuentran todos los códigos de los sujetos muestrales y en su calificación se aplicó estadígrafos que permitieran conocer cuáles son las características de la distribución de los datos, por la naturaleza de la investigación se utilizó la media aritmética y desviación estándar.

4° Interpretación de los resultados: En esta etapa una vez tabulados los datos se presentaron en tablas y figuras, estos fueron interpretados en función de la variable.

Para ver la correlación entre las variables se empleó un coeficiente de correlación, que mide el grado de asociación entre dos variables.

5° Comprobación de hipótesis: Las hipótesis de trabajo fueron procesadas a través de los métodos estadísticos.

V. RESULTADOS

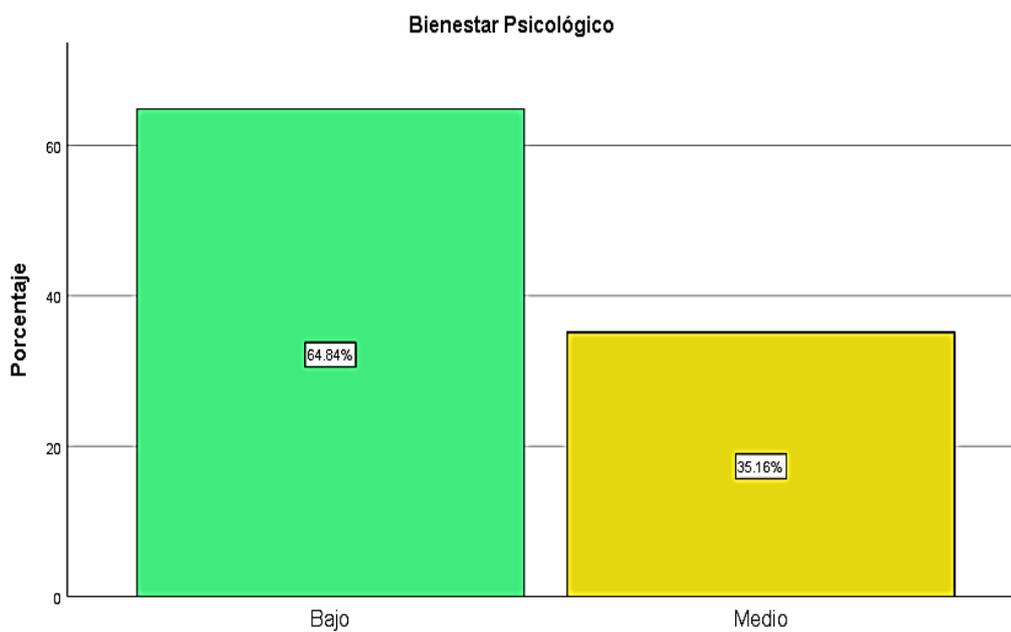
5.1. Presentación de resultados

Tabla 1. Niveles de bienestar psicológico

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	83	64.8%
Medio	45	35.2%
Alto	0	0%
Total	128	100.0%

Fuente: Elaboración propia.

Figura 1 Niveles de bienestar psicológico



Dimensiones de bienestar psicológico

Tabla 2. Nivel de aceptación.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	102	79.7%
Medio	26	20.3%
Alto	0	0%
Total	128	100.0%

Fuente: Elaboración propia.

Figura 2. Nivel de aceptación.

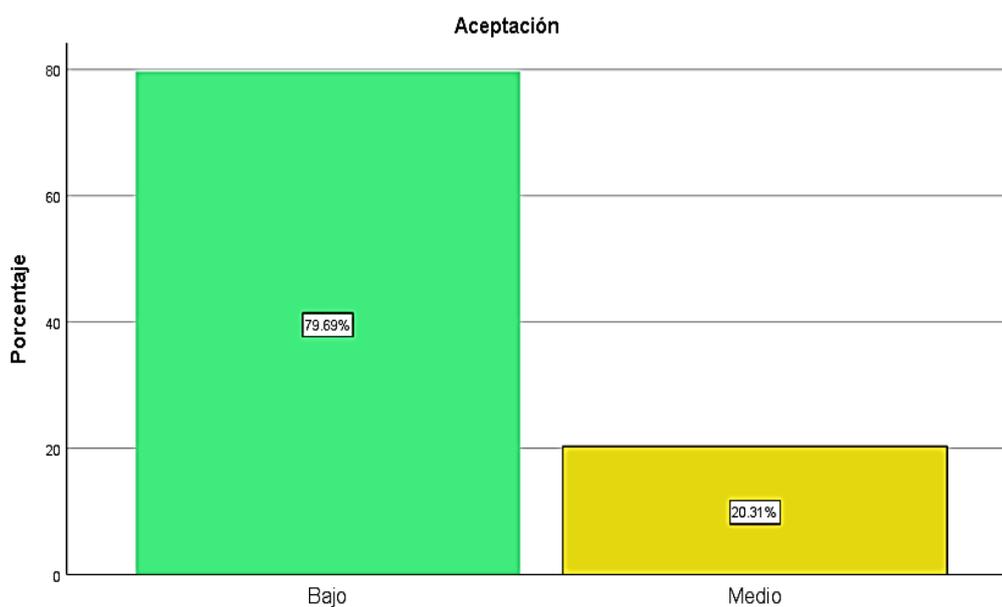


Tabla 3. Nivel de relaciones positivas.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	75	58.6%
Medio	53	41.4%
Alto	0	0%
Total	128	100.0%

Fuente: Elaboración propia.

Figura 3. Nivel de relaciones positivas.

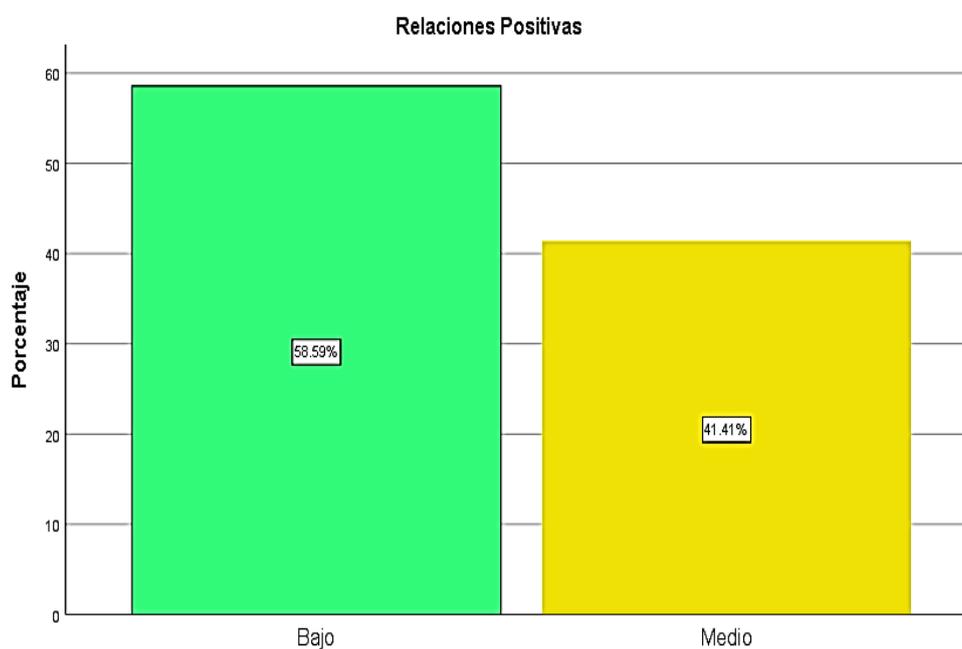


Tabla 4. Nivel de autonomía.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	78	60.9%
Medio	45	35.2%
Alto	5	3.9%
Total	128	100.0%

Fuente: Elaboración propia.

Figura 4. Nivel de autonomía.

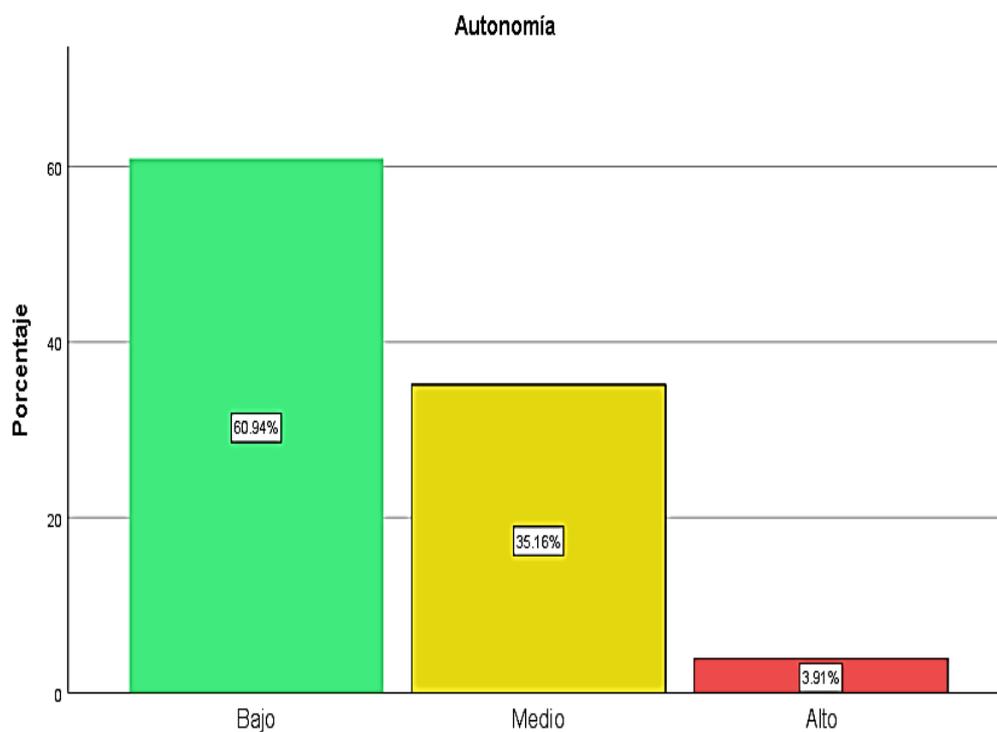


Tabla 5. Nivel de dominio del entorno.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	66	51.6%
Medio	59	46.1%
Alto	3	2.3%
Total	128	100.0%

Fuente: Elaboración propia.

Figura 5. Nivel de dominio del entorno.

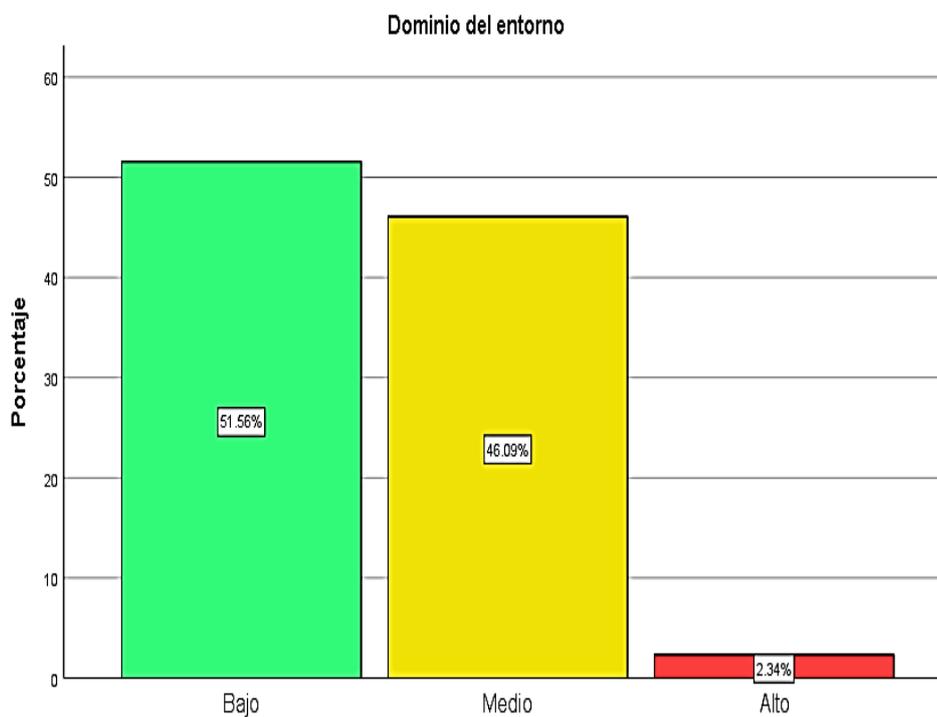


Tabla 6. Nivel de propósito de vida.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	75	58.6%
Medio	51	39.8%
Alto	2	1.6%
Total	128	100.0%

Fuente: Elaboración propia.

Figura 6. Nivel de propósito de vida.

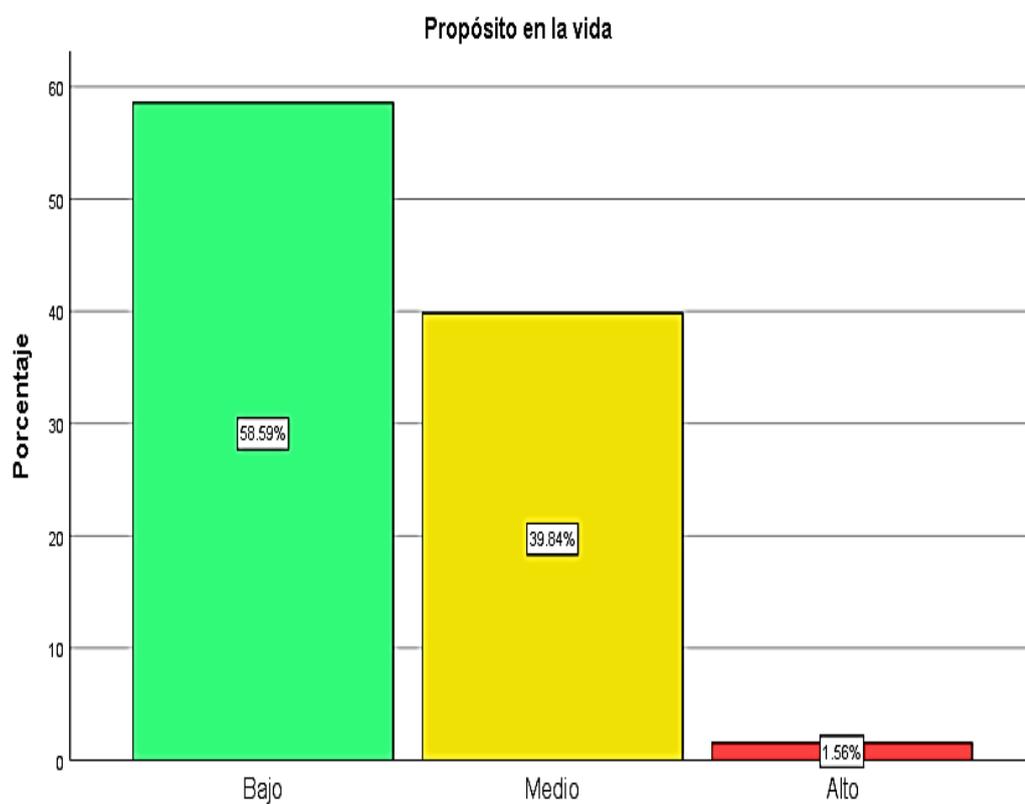


Tabla 7. Nivel de crecimiento personal.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	86	67.2%
Medio	41	32.0%
Alto	1	0.8%
Total	128	100.0%

Fuente: Elaboración propia

Figura 7. Nivel de crecimiento personal.

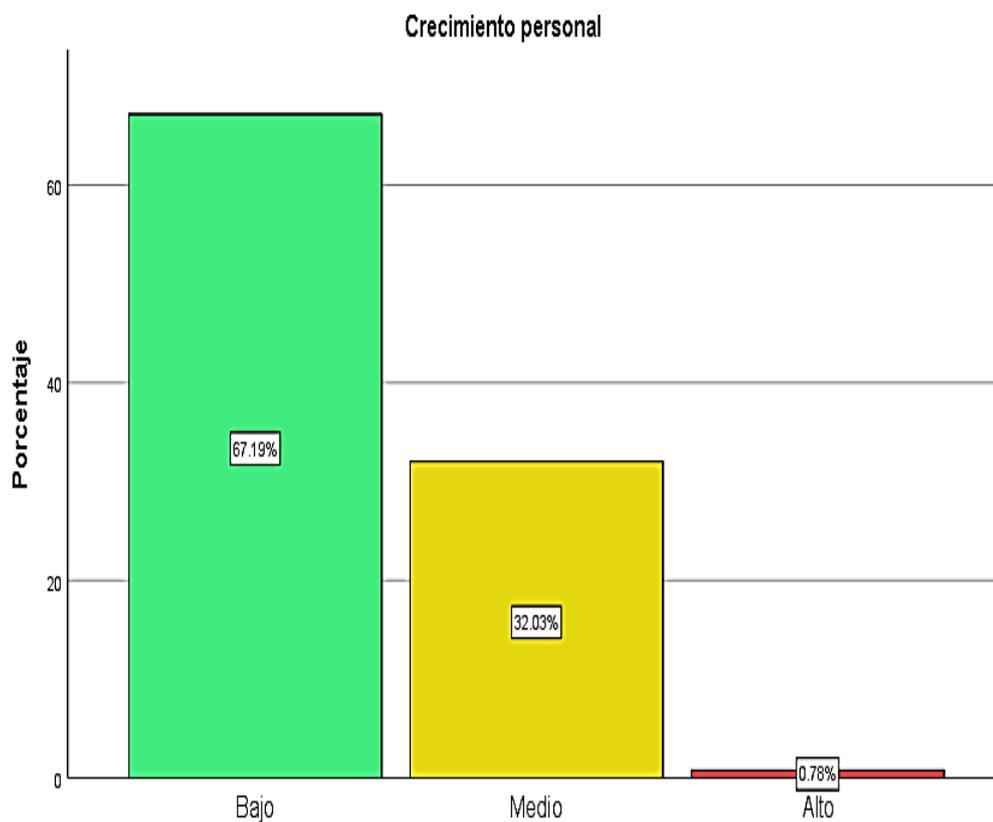
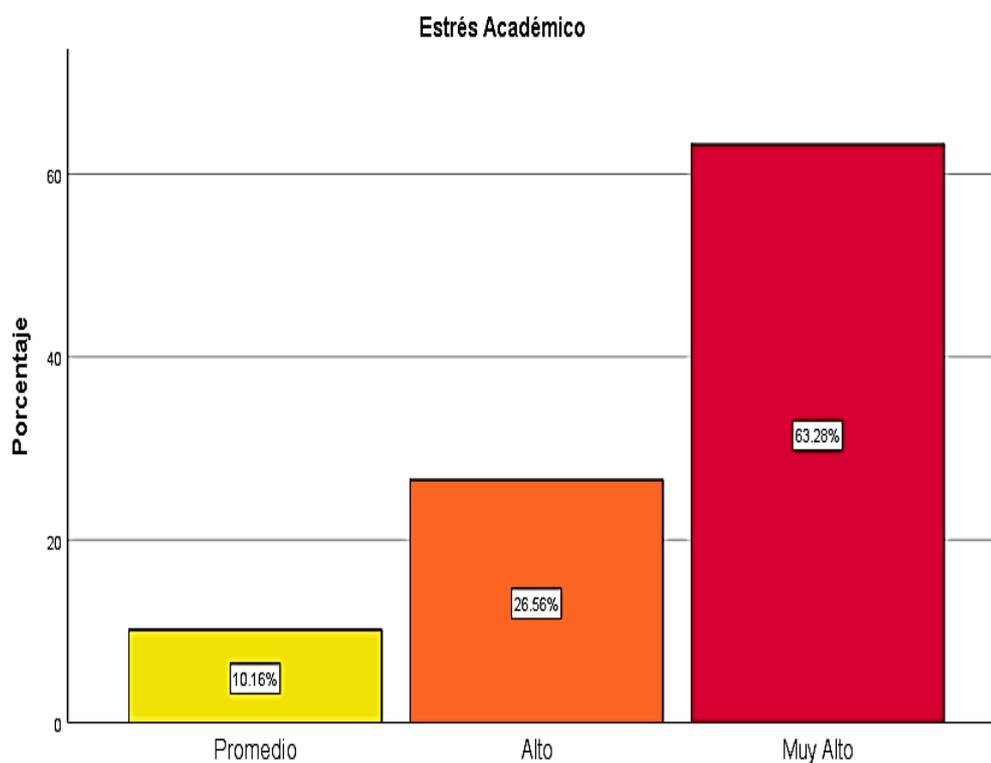


Tabla 8. Nivel de estrés académico.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	0	0%
Bajo	0	0%
Promedio	13	10.2%
Alto	34	26.6%
Muy Alto	81	63.3%
Total	128	100.0

Fuente: Elaboración propia.

Figura 8. Nivel de estrés académico.



Nivel de las dimensiones del estrés académico

Tabla 9. Nivel de Síntomas o reacciones psicológicas.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	6	4.7%
Bajo	0	0%
Promedio	19	14.8%
Alto	13	10.2%
Muy Alto	90	70.3%
Total	128	100.0

Fuente: Elaboración propia.

Figura 9. Nivel de Síntomas o reacciones psicológicas.

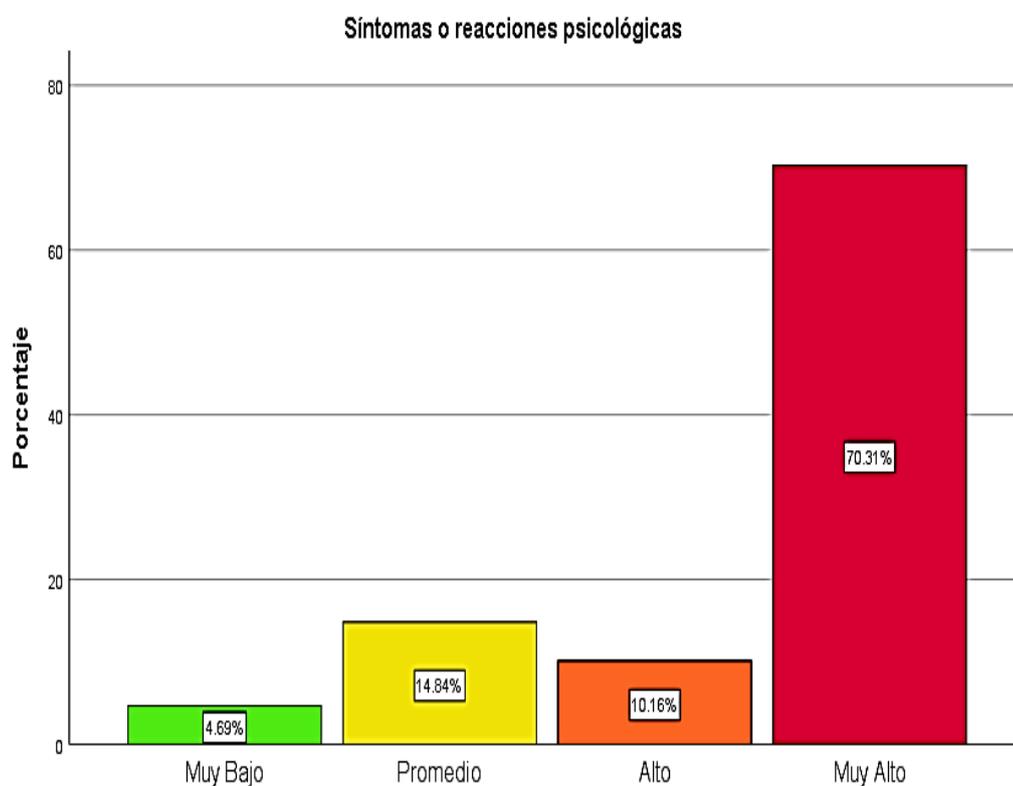


Tabla 10. Nivel de Síntomas o reacciones psicológicas.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	1	0.8%
Bajo	3	2.3%
Promedio	9	7.0%
Alto	9	7.0%
Muy Alto	106	82.8%
Total	128	100.0

Fuente: Elaboración propia.

Figura 10. Nivel de Síntomas o reacciones psicológicas.

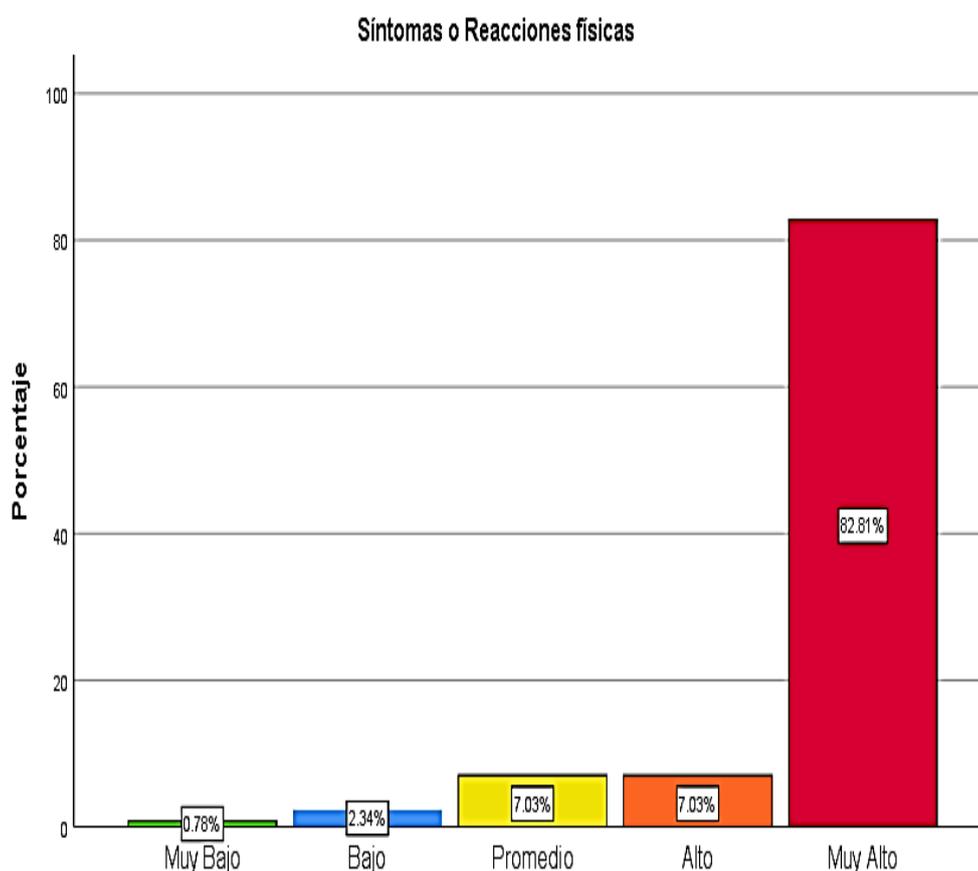


Tabla 11. Nivel de estrategias de afrontamiento personal.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	1	0.8%
Bajo	15	11.7%
Promedio	1	0.8%
Alto	2	1.6%
Muy Alto	109	85.2%
Total	128	100.0

Fuente: Elaboración propia.

Figura 11. Nivel de estrategias de afrontamiento personal.

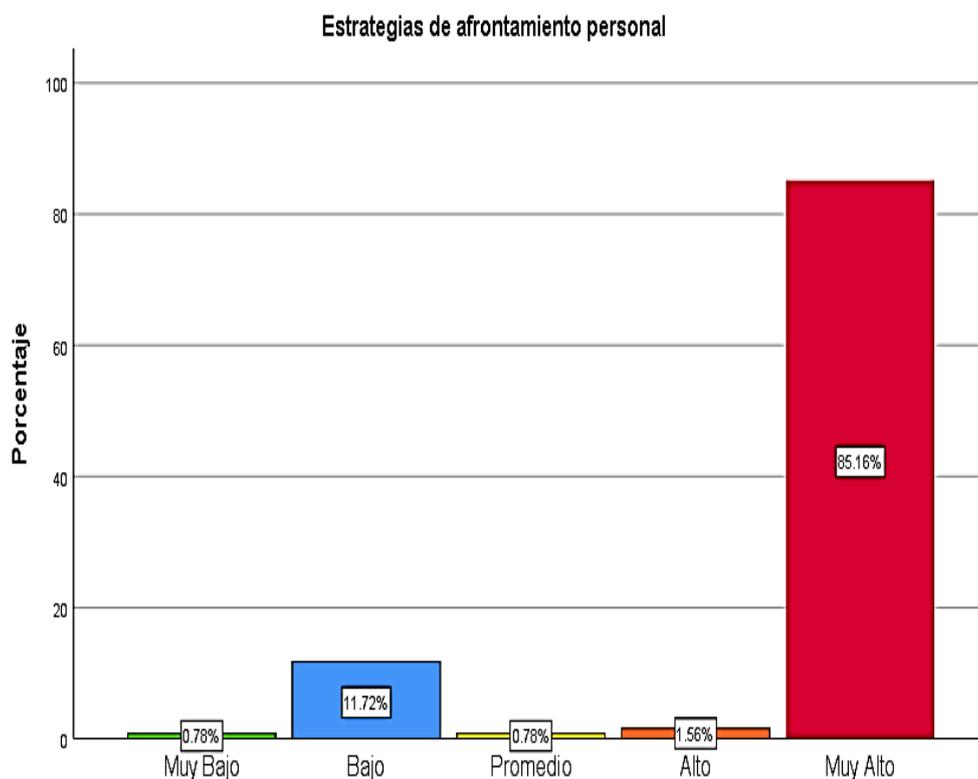


Tabla 12. Nivel de estresores.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	0	0%
Bajo	0	0%
Promedio	0	0%
Alto	1	0.8%
Muy Alto	127	99.2%
Total	128	100.0

Fuente: Elaboración propia

Figura 12. Nivel de estresores.

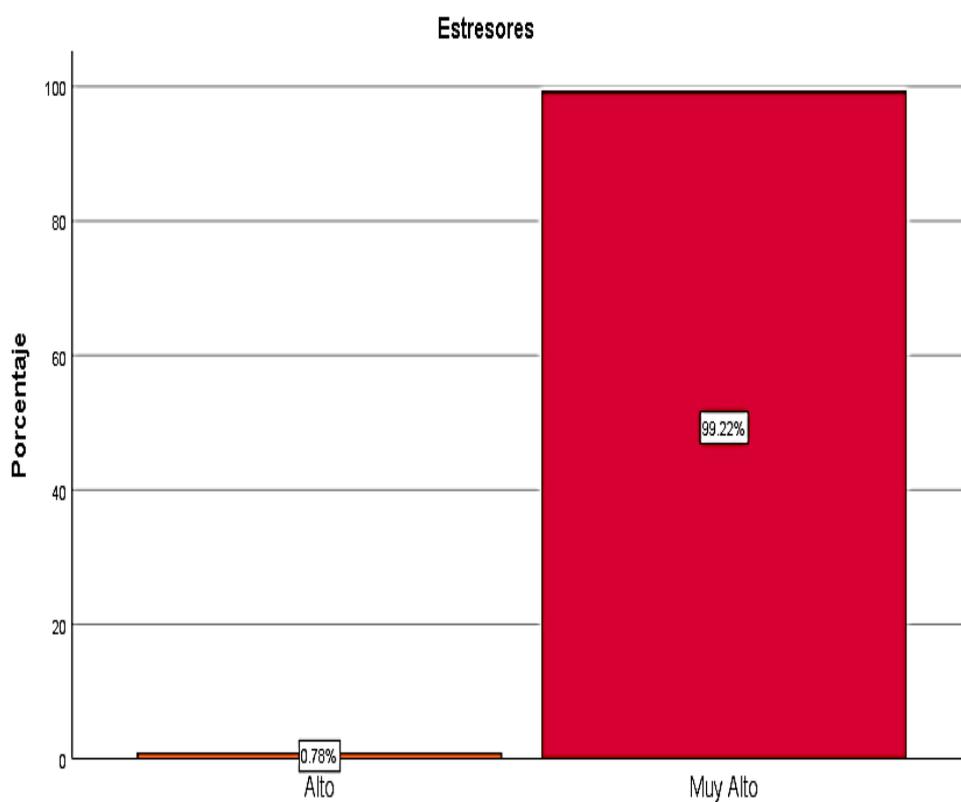


Tabla 13. Nivel de síntomas (Reacciones).

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	1	0.8%
Bajo	5	3.9%
Promedio	3	2.3%
Alto	19	14.8%
Muy Alto	100	78.1%
Total	128	100.0%

Fuente: Elaboración propia.

Figura 13. Nivel de síntomas (Reacciones).

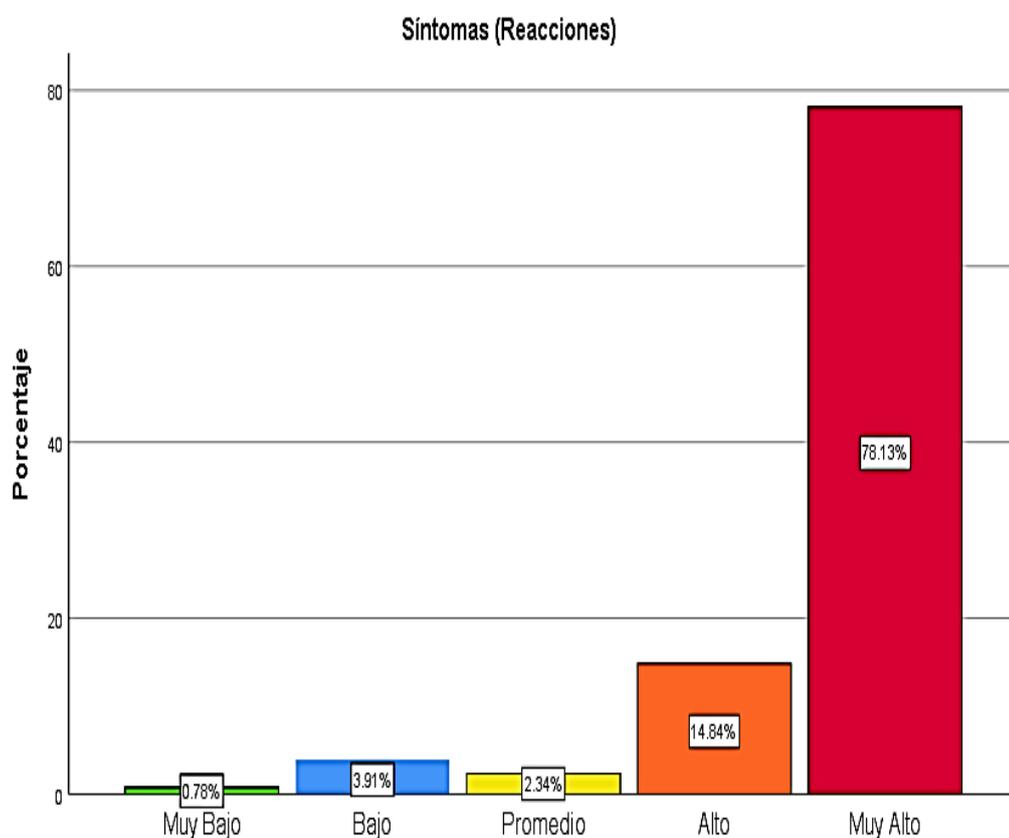
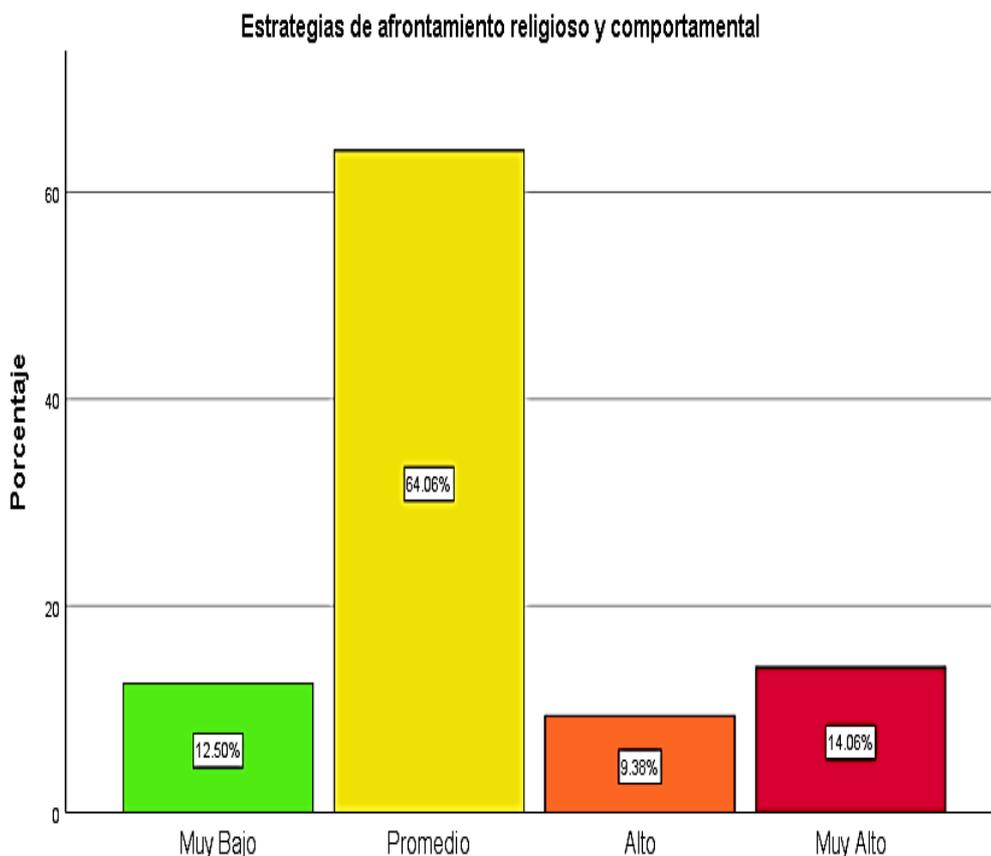


Tabla 14. Nivel de estrategias de afrontamiento religioso y comportamental

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	16	12.5%
Bajo	0	0%
Promedio	82	64.1%
Alto	12	9.4%
Muy Alto	18	14.1%
Total	128	100.0%

Fuente: Elaboración propia.

Figura 14. Nivel de estrategias de afrontamiento religioso y comportamental



5.2. Interpretación de resultados

En la tabla 1 y figura 1, se muestra el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024, identifica que el nivel bajo con 65 % corresponde a 83 estudiantes, seguido de medio con 35% siendo 45 alumnos y alto ninguno, por lo que se concluye que el nivel de bienestar psicológico presentado en los estudiantes es bajo con más de la mitad de los encuestados. Se infiere entonces que hay mal manejo y cuidado de su salud psicológico, siendo un indicador que deben atender la comunidad educativa ya que es un factor de riesgo frente a su salud integral.

En la tabla 2 y figura 2, se muestra las dimensiones del bienestar psicológico siendo un total de 6, la primera es la aceptación en la que tiene nivel bajo con 102 evaluados que representan un 80%, seguido

de medio con 26 alumnos que hace un 20% y alto con ninguna respuesta. Puesto que el nivel de aceptación es bajo un indicador que los estudiantes tienen problemas a la hora de afianzar este valor.

En la tabla 3 y figura 3, presenta las relaciones positivas cuyas cifras son para el nivel bajo con 75 estudiantes que es el 59%, el nivel medio con 53 encuestados representa un 41%, y ninguno con alto. Esto muestra que el nivel es bajo en las relaciones positivas que entablan el estudiante, un factor que deben atender y fortalecer.

En la tabla 4 y figura 4, en la Autonomía, la cual se aprecia en la tabla 4, se valora el nivel bajo con 61% que acoge a 78 respuestas, seguido de medio con 45 afirmaciones que hace un 35% finalmente alto con 5 estudiantes haciendo un 4%. Se afirma que el nivel de autonomía es bajo ya que más de la mitad de los evaluados refleja tener problemas al momento de generar su desarrollo propio.

En la tabla 5 y figura 5 se aprecia el dominio del entorno el nivel bajo muestra un 52% con 66 estudiantes, seguido de medio con 46% y son 59 alumnos, alto con 2% con 3 evaluados. EL nivel de dominio del entorno es bajo, puesto que los adolescentes les cuesta aun el poder entablar buenas relaciones con su contexto.

En la tabla 6 y figura 6, para el Nivel de propósito de vida, aprecia en la tabla 6 que el nivel alto son 2 estudiantes, siendo el 1%, mientras que nivel medio con 51 alumnos que hace un 40%, concentrándose en el nivel bajo un 59% que acoge a 75 estudiantes demostrando entonces que el proyecto de vida aun es un factor limitante que falta trabajar.

En la tabla 7 y figura 7 se muestra el crecimiento personal el nivel alto con 1 encuestado, el nivel medio con 41 respuesta con un 32%, bajo con 67% respondiendo 86 estudiantes que tienen dificultad a la hora de seguir con sus planes, por lo que se siente aun inseguros de lo que están por lograr.

En la tabla 8 y figura 8, se valora el Nivel de estrés académico, en cuanto a la clasificación es más detallada, por lo que el nivel muy bajo y bajo no se evidencia respuesta. Mientras que el nivel promedio muestra un 10%, el alto 27% y muy alto 63% con 81 estudiantes quienes refieren haber percibido sentir abrumados por la actividad académica.

En la tabla 9 y figura 9, para las dimensiones del estrés académico se muestra en la 9 la primera el nivel de síntomas o reacciones psicológicas, es Muy bajo con 6 estudiantes con el 5%, bajo con 0, promedio con 19 respuestas con 15%, alto con 13 alumnos, siendo 10%, y Muy alto con 90 estudiantes con 70%. Por consiguiente, el nivel es muy alto, considerando un valor que preocupa ya que los problemas del estrés se están evidenciando.

En la tabla 10 y figura 10, el nivel de síntomas o reacciones física se muestra el nivel muy bajo con 8% siendo 1 encuestados, bajo con 2% con 3 alumnos, promedio y alto 7% con 9 respuesta, muy alto con 82 concentrando 106 estudiantes, por consiguiente, las reacciones como dolor de cabeza, malestares estomacales y más se van presentando en la muestra de estudio.

En la tabla 11 y figura 11, para el afrontamiento personal se aprecia en la tabla 11 que el nivel muy bajo y promedio tiene un solo encuestado; seguido de 2 estudiantes que dicen tener nivel alto, mientras que bajo con 15 alumnos con 12%; muy alto con 109 respuesta que da un 85%, puesto que el nivel muy alto al momento de asumir los problemas.

La tabla 12 y figura 12, presenta el nivel de estresores siendo; Muy bajo, bajo y promedio valor no encontrados, mientras que alto solo 1 encuestados y muy alto con 127 respuesta con un 99%, es alarmante esta cifra ya que expresa que los estudiantes están somatizando y no manejando los factores estresores.

En la tabla 13 y figura 13, para el nivel de síntomas en la tabla 13, se muestra que los valores son: Muy bajo con 0.8%, bajo con 4%,

promedio 2% alto con 19 estudiantes con 15% y muy alto con 78% con 100 estudiantes. Se concluye que el nivel es muy alto, mostrando un decaimiento de su salud integral.

En la tabla 14 y figura 14, el Nivel de estrategias de afrontamiento religioso y comportamental, son 16 estudiantes con Muy bajo, bajo ninguno, promedio con 82 alumnos con 64%, alto con 12 estudiante con 9, finalmente muy alto 18 estudiantes con 14%. Por consiguiente, el nivel promedio, es la forma que los adolescentes usan para enfrentar el estrés.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis inferencial

Contrastación de hipótesis

Para el procesamiento de la estadística se empleó Kolmogorov-Smirnov, ya que la muestra trabaja supera los 50 sujetos, en este prueba de normalidad se mostró que no distribución no corresponde, por lo que se procedió a emplear Spearman.

Planteamiento de la hipótesis general

Ha: Los datos valorados no cuenta con una distribución normal

Ho: Los datos valorados cuenta con una distribución normal

Nivel de significación

Se empleó el nivel de 0.005

Valor de decisión

P valor es $> 0,05$; se acepta la hipótesis nula.

P valor es $< 0,05$; se acepta la hipótesis alterna.

Resultado

Tabla 1

Prueba de normalidad Kolmogórov-Smirnov entre el bienestar psicológico y el estrés académico.

	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	Gl	P
Bienestar Psicológico	,090	128	,013
Estrés Académico	,190	128	,000

Nota. gl= grados de libertad, P= p valor

La tabla muestra las dos variables el bienestar psicológico y el estrés académico, siendo el grado de significación menor al 0.05. Puesto que muestra que la distribución es anormal, se emplea una prueba No paramétrica como es la de Spearman.

Planteamiento de hipótesis general

Ha: Existe relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Ho: No existe relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

			Correlaciones	
			Bienestar Psicológico	Estrés Académico
Rho de Spearman	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación	1,000	-,543**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	128	128
	Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-,543**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	128	128

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 2, se observa que el grado de correlación entre las variables es de (-,543**) indicando así una relación negativa de magnitud moderada. La significación de esta relación se establece mediante el Rho de Spearman, el cual es $p = 0,00$,

y su valor de p es inferior a 0,05. En otras palabras, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Por lo tanto, existe relación inversa moderada entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024

Hipótesis específica 1

Ha: Existe relación entre la aceptación y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Ho: No existe relación entre la aceptación y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Correlaciones

			Bienestar Psicológico	Estrés Académico
Rho de Spearman	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación	1,000	-,543**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	128	128
	Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-,543**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	128	128

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 2, se observa que el grado de correlación entre las variables es de (-,543**) indicando así

una relación negativa de magnitud moderada. La significación de esta relación se establece mediante el Rho de Spearman, el cual es $p = 0,00$, y su valor de p es inferior a $0,05$. En otras palabras, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Por lo tanto, existe relación inversa moderada entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024

Hipótesis específica 2

Ha: Existe relación entre las relaciones positivas y el estrés académico de en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Ha: No existe relación entre las relaciones positivas y el estrés académico de en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

			Relaciones Positivas	Estrés Académico
Rho de Spearman	Relaciones Positivas	Coeficiente de correlación	1,000	-,419**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	128	128
	Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-,419**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	128	128

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel $0,05$ (bilateral).

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 6, se observa que el grado de correlación entre las variables es de (-,419**) indicando así una relación negativa de magnitud moderada. La significación de esta relación se establece mediante el Rho de Spearman, el cual es $p = 0,00$, y su valor de p es inferior a 0,05. En otras palabras, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Por lo tanto, existe relación inversa moderada entre las relaciones positivas y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024

Hipótesis específica 3

Ha: Existe relación entre la autonomía y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Ho: No existe relación entre la autonomía y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

			Autonomía	Estrés Académico
Rho de Spearman	Autonomía	Coeficiente de correlación	1,000	-,270**
		Sig. (bilateral)	.	,002
		N	128	128
	Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-,270**	1,000
		Sig. (bilateral)	,002	.

	Sig. (bilateral)	,004	.
	N	128	128

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 10, se observa que el grado de correlación entre las variables es de (-,256**) indicando así una relación negativa de magnitud baja. La significación de esta relación se establece mediante el Rho de Spearman, el cual es $p = 0,004$, y su valor de p es inferior a 0,05. En otras palabras, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Por lo tanto, existe relación inversa baja entre el dominio del entorno y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios- 2024

Hipótesis específica 5

Ha: Existe relación entre el propósito de vida y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios.

Ho: No existe relación entre el propósito de vida y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios.

		Propósito de Vida	Estrés Académico
Rho Spearman	de Propósito de Vida	1,000	-,346**
	Coeficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	128	128

	Estrés Académico	Coefficiente de correlación	-,346**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	128	128

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 12, se observa que el grado de correlación entre las variables es de (-,346**) indicando así una relación negativa de magnitud baja. La significación de esta relación se establece mediante el Rho de Spearman, el cual es $p = 0,000$, y su valor de p es inferior a 0,05. En otras palabras, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Por lo tanto, existe relación inversa baja entre el propósito de vida y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Hipótesis específica 6

Ha: Existe relación entre el crecimiento personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Ho: No existe relación entre el crecimiento personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

			Crecimiento Personal	Estrés Académico
Rho de Spearman	Crecimiento Personal	Coefficiente de correlación	1,000	-,263**
		Sig. (bilateral)	.	,003

	N	128	128
Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-,263**	1,000
	Sig. (bilateral)	,003	.
	N	128	128

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

De acuerdo con los resultados presentados en la tabla 14, se observa que el grado de correlación entre las variables es de (-,263**) indicando así una relación negativa de magnitud baja. La significación de esta relación se establece mediante el Rho de Spearman, el cual es $p = 0,003$, y su valor de p es inferior a 0,05. En otras palabras, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Por lo tanto, existe relación inversa baja entre el crecimiento personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios- 2024

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

7.1 Comparación resultados

A continuación, se presentará los resultados los cuales serán interpretados para poder confrontar con otras realidades.

El objetivo central fue determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024, en cuanto a la tabla mostrada se valora que hay una relación mediante el Rho de Spearman, establece el cual es $p = 0,00$, y su valor de p es inferior a $0,05$. Por lo tanto, se concluye que existe relación inversa moderada entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024. Es decir, mientras que el bienestar en bajo el nivel de estrés será alto, valor encontrados en la muestra de estudio. Semejante al estudio de Umbo S. (2024) estudio con alumnos de Tumbes, cuyos resultados reflejaron la relación negativa pero frágil entre las variables, los niveles moderados para el bienestar y el entre fue moderado, hallándose una relación negativa es decir a mayor bienestar psicológico menor será el estrés académico. Así Mismo Rojas A. (2023) en su estudio en Piura con estudiantes de secundaria a los que se encontró que el grado de relación significativa entre las variables, por lo que se aprueba la hipótesis alterna, es decir hay relación entre el estrés académico y el bienestar psicológico.

Para el primero objetivo específico se consideró: Establecer la relación entre la aceptación y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024, los resultados muestran que Rho de Spearman, el cual es $p = 0,047$, y su valor de p es inferior a $0,05$., se concluye que existe relación inversa muy baja entre la aceptación y el estrés académico en los adolescentes. Es así que el nivel de aceptación es bajo mientras que el nivel de estrés académico alto, siendo una realidad que se replica en Cusco, para

Turpo J. (2020) quien estudio las variables en el periodo de la pandemia explica que el nivel de captación de los estudiantes es bajo lo cual repercutía en un nivel estrés alto, ya que las condiciones no permitían el poder asumir otra postura además que las muestras de estrés la validaron más del 50% de los encuestados.

Para el segundo objetivo específico fue correlacionar las relaciones positivas y el estrés académico de en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024, donde los resultados afirman que existe relación inversa moderada entre las relaciones positivas y el estrés académico en los adolescentes. Puesto que al valorar el nivel de relación positiva esta es baja, mientras que para el estrés se mantiene alto, se asume que el primer indicador es un factor de riesgo que causa el acumular la tensión. En comunión con Yataco J. (2019) quien evaluó a estudiantes de Lima valora que hay relación significativa entre las variables, por lo que se concluye que hay relación directa y negativa es decir entre menor las relaciones positivas más afecta el estrés académico.

En cuanto a la Relación de la autonomía y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024, los datos concluyen que se acepta la hipótesis alterna. Por lo tanto, se concluye que existe relación inversa baja, mientras que los alumnos muestren bajos niveles en la autonomía mayor incremento tendrá el estrés académico, puesto que al no manejar la organización del tiempo y afianzar hábitos positivos más afectación tendrán ya que esta situación también se aprecia en Núñez (2019) tesis realizada en Madre de Dios con estudiantes de nivel secundario la cual tuvo como para las dimensiones del estrés como son estresores y reacciones físicas y los hábitos de estudio no se haya relación alguna: a diferencia de la estrategias de afrontamiento y hábitos de estudio se evidencia relación baja.

Para el cuarto objetivo pretendió determinar la relación entre el dominio personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024. La información revela que se acepta la hipótesis alterna. Por lo tanto, se concluye que existe relación inversa baja entre el dominio del entorno y el estrés académico en los adolescentes, el no contar con metas claras como es la planificación de tu proyecto de vida si altera el vivir de forma desorganizada donde el estrés que perciban los alumnos ira en aumento como lo analizo, Rojas A. (2023) en su estudio Piura-2022, se demostró que el Rho de Spearman arroja una grado de relación significativa entre la dimensión dominio personal se encontró valores bajos los que causaría un nivel elevado del estrés manifestado por los alumnos del colegio.

Al revisar la relación del propósito en la vida y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024, los datos asumen que se acepta la hipótesis alterna. Por lo tanto, se concluye que existe relación inversa baja entre el propósito de vida y el estrés académico en los adolescentes, como lo revisaron autores nacionales como Umbo S. (2024) de Tumbes, el nivel es bajo para la dimensión de bienestar psicológico como es el propósito de vida quien estaría causando el nivel alto de estrés manifiesto por los evaluados se concluye que se aprueba la hipótesis alterna.

Finalmente, la relación entre el crecimiento personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024, los datos son similares a los anteriores donde se muestra como el nivel es bajo para la dimensión del bienestar psicológico, lo cual causaría mayor presencia de factores estresores, a esto se añade la situación de la educación en una zona con mucha precariedad, posterior a la pandemia el sector educación se ha venido recuperando de una brecha educativa que a nivel mundial a un no se supera.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- Primera** : Existe relación significativa entre el bienestar psicológico y el estrés académico, siendo (-,543**) es negativa de magnitud moderada.
- Segunda** : Se aprueba la hipótesis alterna puesto el nivel de aceptación es bajo y el estrés académico alto, ya que es (-,176*) indicando así una relación negativa de magnitud muy baja.
- Tercera** : Existe relación entre las relaciones positivas y el estrés académico en los adolescentes, siendo (-,419**) una relación negativa de magnitud moderada
- Cuarta** : Mientras que los alumnos muestren bajos niveles en la autonomía mayor incremento tendrá el estrés académico, (-,270**) indicando así una relación negativa de magnitud baja.
- Quinto** : Existe relación entre el dominio del entorno y el estrés académico en los adolescentes, (-,256**) indicando así una relación negativa de magnitud baja.
- Sexto** : Se aprueba la hipótesis alterna debido a que hay relación entre las variables con (-,346**) es negativa de magnitud baja.
- Séptimo** : Existe relación entre el crecimiento personal y el estrés académico siendo esto inverso es de es de (-,263**).

Recomendaciones

- Primera** : La comunidad educativa debe atender estos resultados para darle atención a los valores encontrados.
- Segunda** : Implementar acciones como talleres con aliados estratégicos para fortalecer el bienestar psicológico.
- Tercera** : Los padres de familia deben asistir a talleres quienes les permita brindar oportunidades de crecimiento personal y académico a su hijo.
- Cuarta** : Los docentes deben implementar en tutoría acciones que disminuyan los niveles alto de estrés académico.
- Quinto** : El estudio debe replicarse en grado inferiores para atender la problemática.
- Sexto** : La muestra debe ampliarse para conseguir mayor relevancia como comprar en otras realidades.
- Séptimo** : Tomar como fuente de información debido a que se encontró poca evidencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arriaga N. (2018) Bienestar psicológico en jóvenes estudiantes de nivel superior. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Estado de México]. Repositorio <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/94984>
- Barraza A. (2014) Estresores académicos y su relación con seis indicadores cuantitativos de la red de apoyo social, <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N111-3.pdf>
- Barrera et all (2019) Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios, Enseñanza de psicología, <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/42>
- Caldera, J.F., Pulido, B.E. & Martínez, M.G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos [Versión electrónica]. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-82.
- Confederación Salud mental de España (2019) La salud mental en cifras, *Guía de estilos sobre la salud mental un medio de comunicación*, <https://comunicalasaludmental.org/guiadeestilo/la-salud-mental-en-cifras/>
- Diener, E., Sandvik, E. & Pavot, W. (1991). Happiness is the frequency not the intensity of positive versus negative affect. En Fritz Strack, Michael Argyle y Norbert Schwartz (Eds.), *Subjective well-being, and interdisciplinary perspective*(pp. 119-140). Oxford, Reino Unido: Pergamon Press.
- Espín J. (2023) Relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en adolescentes, tesis de pregrado Universidad Pontificia Católica del Ecuador, Ambato <https://repositorio.puce.edu.ec/items/5bd61af5-0ea2-40f9-baa7-045ee137b29d>
- Estrada K. y Mamani J (2020) *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica*, Apuntes universitarios.upeu.edu.pe [07 de enero, 2020] recurado de

<https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/491/568>

Flores A. (2024) “Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021”, [tesis de grado, Universidad Privada del Norte, Lima, Perú]recurado de <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/36966/Flores%20Saez%2C%20Ana%20Claudia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gino et all. (2024) Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en el contexto del COVID-19: una revisión sistemática, *Revista de Salud* Vive, <https://revistavive.org/index.php/revistavive/article/view/443>

Gomez A. (2021) Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico –Cerro de Pasco 2021[tesis de grado, Universidad Peruana los Andes, Huancayo-Perú] recuperado de <https://hdl.handle.net/20.500.12848/2756>

La organización mundial de la salud (2023) Estrés, *Preguntas y respuestas*, 21 de febrero de 2023 https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress?qad_source=1&qclid=EAlaIqobChMIkPK4sIz0iQMVHmhIAB2jZAINEAAYASAAEqJsnPD_BwE

La organización mundial de salud (2022) Salud mental: fortalecer nuestra respuesta, (centro de prensa, 17 de junio) <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

León D. (2023) Determinación de la influencia del estrés académico sobre el bienestar psicológico en estudiantes de educación superior en contexto pandemia COVID-2019.[Tesis de Grado, Universidad de Atacama, Copiapó, Chile] recuperado <https://repositorioacademico.uda.cl/bitstream/handle/20.500.12740/16651/Bib%2029.751.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Luna, et all. (2020). Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico. *Investigación en educación médica*, 9(35), 8-17. Epub

02 de diciembre de 2020. <https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2020.35.20205>

Marín Medina, C., Jorquera Silva, Y., & Rojas Alarcón, P. (2023). Estudio descriptivo sobre el bienestar psicológico en estudiantes universitarios en contexto de pandemia por COVID-19. *I+D Revista De Investigaciones*, 18(1), 79–91. <https://doi.org/10.33304/revinv.v18n1-202300>

Matalinares, M.L., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J. & Yaringaño, J. (2016). Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *Psicología*, 19(2), 123-143. doi: 10.15381/rinvp.v19i2.12894 [[Links](#)]

Mera M. (2023) Estrés académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios, Universidad Técnica de Ambato <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/38558>

MINSA (2020) La salud mental de niñas, niños y adolescentes en el contexto de la covid-19 <https://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5531.pdf>

MINSA (2021) El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional, Nota de prensa <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>

MINSA (2024) Vigilancia epidemiológica de Problemas priorizados de salud mental, <https://www.dge.gob.pe/portal/docs/vigilancia/sala/2024/SE09/mental.pdf>

Nuñez (2019) Estrés académico y hábitos de estudio en los estudiantes del 4° y 5° grado de educación secundaria de la I.E. Guillermo Billinghurst, Puerto Maldonado, Madre de Dios, 2018 [Universidad Peruana Unión, Lima, Perú], recuperada de

<https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/9178928a-3b5a-42ec-a2f3-71e37628accc/content>

Organización mundial de la salud (2024) *La salud mental de los adolescentes*, centro de prensa, <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano* (12ª ed.). McGRAW-Hill/Interamericana Editores, S.A. DE CV.

Parada I. (2023) Bienstar psicológico y su relación con estresores académicos y procrastinación en estudiantes del Suayed,[Tesis de Grado, Universidad Nacional Autónoma de México, Los Reyes Iztacala, Estado de México], Recuperado <https://ru.dgb.unam.mx/bitstream/20.500.14330/TES01000841573/3/0841573.pdf>

Ramos (2021) Resiliencia y estrés académico en los estudiantes de una universidad privada de Ica, en el contexto de emergencia sanitaria, 2020 [Tesis de pregrado, Universidad autónoma de Ica, Chincha, Ica]

Rodríguez, I., Fonseca, G , & Aramburú, G. (2020). Estrés Académico en Alumnos Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. *International journal of odontostomatology*, 14(4), 639-647. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-381X2020000400639>

Rojas A. (2023) Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de la ciudad de Piura-2022, [Tesis de Grado, Universidad Cesar Vallejo, Piura-Perú] recuperado de

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/115633/Rojas_NAC-SD.pdf?sequence=1

Salas, C. (2018). Afrontamiento del estrés y su relación con el bienestar psicológico e inteligencia emocional en alumnos preuniversitarios del CEPURP 2016. [Tesis doctoral]. Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/21238>

Salvador, D. (2016). Bienestar psicológico y habilidades sociales en alumnos de primer grado de nivel secundario de una institución educativa particular de Trujillo. [Tesis de licenciatura]. Universidad Privada Antenor Orrego. <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/1971>

Secretario nacional de la juventud (2023) El 32.3 % de jóvenes de 15 a 29 años presentaron algún problema de salud mental, Noticias <https://juventud.gob.pe/2023/06/el-32-3-de-jovenes-de-15-a-29-anos-presentaron-algun-problema-de-salud-mental/>

Silva et all. (2019) Estrés académico en estudiantes universitarios, *Investigacion y Ciencia*, vol. 28, núm. 79, pp. 75-83, 2020, Universidad Autónoma de Aguascalientes <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>

Turpo J. (2020) Estrés académico en el bienestar psicológico en tiempos de pandemia en estudiantes de secundaria de un colegio particular Cusco, 2020. [Tesis de Grado, Universidad Cesar Vallejo, Lima-Perú] recuperado de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/58768>

Umbo S. (2024) Bienestar psicológico y estrés académico en adolescentes de una institución educativa pública, Tumbes, 2022, [Tesis de Grado, Universidad Católica ULADECH, Chimbote, Perú], recuperado de https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/37689/ADOLESCENTES_BIENESTAR_PSICOLOGICO_UMBO_PINTADO_SARA_YESCENIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

UNICEF (2019) *Más del 20% de los adolescentes de todo el mundo sufren trastornos mentales*, <https://www.unicef.org/mexico/comunicados->

[prensa/m%C3%A1s-del-20-de-los-adolescentes-de-todo-el-mundo-sufren-trastornos-mentales](#)

UNICEF (2022) *Ocho de cada 10 adolescentes pasan angustia, depresión y ansiedad, pero no buscan apoyo psicológico*, Según sondeo de opinión de U-Report, <https://www.unicef.org/bolivia/comunicados-prensa/ocho-de-cada-10-adolescentes-pasan-angustia-depresi%C3%B3n-y-ansiedad-pero-no-buscan>

Yataco J. (2019) Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de ingeniería de sistemas de una universidad privada de Lima Sur [Tesis de Grado, Universidad Autónoma del Perú, Lima] Recuperado

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/707/Yataco%20Apaza%2c%20Jessica%20Paola.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Zorrilla et all (1985) Metodología de la investigación aplicada. <https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-tecnologica-de-guadalajara/metodologia-de-la-investigacion/investigacion-basica/14005284>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia.

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA
¿Cuáles la relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?	Determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.	Ha: Existe relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.	Variable X. Bienestar psicológico Dimensiones: <ul style="list-style-type: none"> • Aceptación • Relación positiva. • Autonomía. • Dominio del entorno • Propósito en la vida 	Tipo: Basica Nivel: relacional Diseño: No experimental Población: 128 Muestra: 128 estudiantes Técnica: Psicometría Escala de bienestar psicológico de
PE1. ¿Cuáles la relación entre la	OE1. Establecer la relación entre la	Ha ₁ : Existe relación entre la aceptación y el estrés		

<p>aceptación y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?</p>	<p>aceptación y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.</p>	<p>académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.</p>	<p>• Crecimiento personal</p> <p>Variable Y. Estrés Académico</p>	<p>Ryff y el inventario de estrés académico SISCO.</p>
<p>PE2. ¿Cuáles la relación entre las relaciones positivas y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?</p>	<p>OE2. Correlacionar las relaciones positivas y el estrés académico de en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.</p>	<p>Ha2: Existe relación entre las relaciones positivas y el estrés académico de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.</p> <p>Ha3: Existe relación entre la relación entre la autonomía y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.</p>	<p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estresores • Síntomas • Afrontamiento al estrés 	
<p>PE3. ¿Cuáles la relación entre la autonomía y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?</p>	<p>OE3. Relacionar la autonomía y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.</p>	<p>Ha3: Existe relación entre la relación entre la autonomía y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.</p>		

<p>académico en los de Mayo, Puerto adolescentes de la I.E. Maldonado- Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?</p>	<p>Ha4: Existe relación entre la relación entre el dominio personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.</p>
<p>PE4. ¿Cuáles la relación entre el dominio personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024?</p>	<p>OE4. Determinar la relación entre el dominio personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios.</p>
<p>PE5 ¿Cuáles la relación entre el propósito en la vida y el estrés académico en</p>	<p>OE5. Relacionar el dominio personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.</p>
	<p>Ha5: Existe relación entre la relación entre el propósito de vida y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.</p>
	<p>Ha6: Existe relación entre la relación entre el crecimiento personal y el</p>

los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado-Madre de Dios-2024?
PE6. ¿Cuáles la relación entre el crecimiento personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado-Madre de Dios-2024?

Maldonado- Madre de Dios-2024.
OE6. Verificar la relación entre el crecimiento personal y el estrés académico en los adolescentes de la I.E. Dos de Mayo, Puerto Maldonado- Madre de Dios-2024.

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos
Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1965)

Versión española adaptada por Díaz, Rodríguez, Blanco, Moreno, Gallardo, Valle y Van Dierendonck, (2006)

Instrucciones. A continuación, se presenta algunos enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta; por lo tanto, le pedimos responder con sinceridad anotando en los recuadros en blanco su respuesta de acuerdo a la siguiente escala:

1: Totalmente en desacuerdo

2: Poco de acuerdo

3: Moderadamente de acuerdo

4: Muy de acuerdo

5: Bastante de acuerdo

6: Totalmente de acuerdo

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

- No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar	
- Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí	
- Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes	
- He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto	
- Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo	
- Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría	
- Siento que mis amistades me aportan muchas cosas	
- Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones	
- En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo	
- Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro	
- Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí	
- Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	
- Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo	
- Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general	
- Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen	
- Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	
- En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo	

- En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida	
- No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza	
- Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos	
- Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria	
- No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida	
- Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida	
- En su mayor parte, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo	
- Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí	
- A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo	
- No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está	
- Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo	
- Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona	
- Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona	
- Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento	
- Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla	

APELLIDOS Y NOMBRES					
EDAD		GÉNERO	1. Masculino	2. Femenino	
INSTRUCCIÓN	1. Secundaria	2. Técnica incompleta	3. Técnica completa	4. Superior incompleta	5. Superior completa
PROCEDENCIA					

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

EVALUADO(A):			
SEXO:		EDAD:	
COLEGIO:			
GRADO:			
UNIVERSIDAD:			
CARRERA:		CICLO:	
EVALUADOR(A):			
CPsP:			

INSTRUCCIONES

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación secundaria, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la interpretación de los resultados.

N°	ITEM	SI	NO
A.	Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?		

En caso de seleccionar la alternativa "NO", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "SI", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

N°	ITEM	RTA
B.	Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.	
	POCO	MUCHO
	1	5
	2	
	3	
	4	

1. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia tuviste las siguientes Respuestas Psicológicas cuando estabas preocupado o nervioso.**

NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1	2	3	4	5

N°	RESPUESTAS PSICOLÓGICAS	RTA
01.	Sentimiento de depresión y tristeza (decaído).	
02.	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).	
03.	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.	
04.	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.	
05.	Problemas de concentración.	
06.	Ansiedad, angustia.	
07.	Aislamiento y alejamiento de los demás.	

2. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones corporales cuando estabas preocupado o nervioso.**

N°	RESPUESTAS CORPORALES	RTA
01.	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	
02.	Fatiga crónica (cansancio permanente).	
03.	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	
04.	Dolores de cabeza o migrañas.	
05.	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).	
06.	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	

3. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.**

N°	ESTILO DE AFRONTAMIENTO	RTA
01.	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).	
02.	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.	
03.	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	
04.	Elogios a sí mismo.	
05.	Aumento o reducción del consumo de alimentos.	

4. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia te inquietan las siguientes situaciones:**

N°	CAUSANTES DE ESTRÉS	RTA
01.	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	
02.	Sobrecarga de tareas y trabajos académicos.	
03.	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	
04.	No entender los temas que se abordan en la clase.	
05.	La competencia con los compañeros de grupo.	
06.	Tiempo limitado para hacer el trabajo.	

5. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia tuviste las siguientes inquietudes en el aula cuando estabas preocupado o nervioso.**

N°	ESTRESORES DEL AULA	RTA
01.	Participación en clase, responder a preguntas, exposiciones, exámenes orales, etc.	
02.	La personalidad y carácter del profesor.	

6. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.**

N°	AFRONTAMIENTO COMUNICATIVO	RTA
01.	Búsqueda de información sobre la situación.	
02.	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa, contárselo a alguien para que le ayude).	

Anexo 3: Validación de jueces expertos

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. DOS DE MAYO, PUERTO MALDONADO- MADRE DE DIOS.

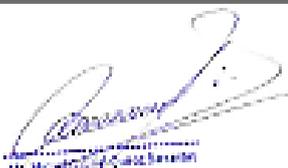
Nombre del Experto: Miguel Gabriel Quiroz Barrantes.

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	Ninguna
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	Ninguna
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	Ninguna
4. Organización	Existe una Organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	Ninguna
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	Ninguna
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	Ninguna
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	Ninguna
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	Ninguna
9. Estructura	La estructura del Cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	Ninguna
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	Ninguna

III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna


Miguel Gabriel Quiroz Barrantes
Magister
1971011

Apellidos y Nombres del validador: Mgr. Miguel Gabriel Quiroz Barrantes
Grado académico: Magister
N°. DNI: 40296523

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. DOS DE MAYO, PUERTO MALDONADO- MADRE DE DIOS.

Nombre del Experto: Karla Liseth Vargas Marquez

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	Ninguna
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	Ninguna
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	Ninguna
4. Organización	Existe una Organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	Ninguna
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	Ninguna
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	Ninguna
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	Ninguna
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	Ninguna
9. Estructura	La estructura del Cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	Ninguna
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	Ninguna

III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna

Apellidos y Nombres del validador: Mg. Karla Liseth Vargas Marquez
Grado académico: Magister
N°. DNI: 46477947

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. DOS DE MAYO, PUERTO MALDONADO- MADRE DE DIOS.

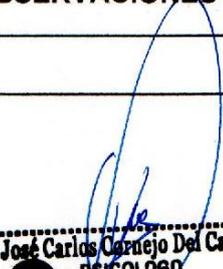
Nombre del Experto: Jose Carlos Cornejo del Carpio.

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	Ninguna
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	Ninguna
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	Ninguna
4. Organización	Existe una Organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	Ninguna
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	Ninguna
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	Ninguna
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	Ninguna
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	Ninguna
9. Estructura	La estructura del Cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	Ninguna
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	Ninguna

III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguno


.....
José Carlos Cornejo Del Carpio
PSICÓLOGO
C.P.P. N° 12108

Apellidos y Nombres del validador: Mgtr. Cornejo del Carpio, Jose Carlos.
Grado académico: Magister
N°. DNI: 40016988

Anexo 4: Base de datos

BIENESTAR PSICOLOGICO

VARIABLES SOCIODEMOGRAFICAS				ACEPTACIÓN		RELACIONES POSITIVAS		AUTONOMÍA		DOMINIO DEL ENTORNO		PROPÓSITO EN LA VIDA		CRECIMIENTO PERSONAL		BIENESTAR PSICOLÓGICO		Estrés Académico														
1	16	1	1	33	2	21	1	17	1	26	1	32	2	17	1	146	1	2	8	2	9	1	9	3	9	5	9	2	9	8	8	5
2	17	1	1	28	2	32	2	20	2	27	1	29	1	30	3	166	2	2	9	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6	4
3	16	2	1	28	2	27	1	25	2	36	2	42	3	20	2	178	2	1	3	1	8	2	9	3	9	4	8	2	9	8	7	4
4	17	2	1	24	1	27	1	17	1	28	2	35	2	20	2	151	2	2	8	2	9	1	9	3	9	5	9	1	5	8	7	4
5	17	2	1	27	1	26	1	16	1	20	1	29	1	16	1	134	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5
6	17	1	1	24	1	25	1	16	1	28	2	28	1	20	2	141	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5
7	17	2	1	25	1	20	1	19	1	28	2	18	1	21	2	131	1	3	9	2	9	1	9	4	9	6	9	1	8	9	9	5
8	17	1	1	27	1	32	2	26	2	28	2	28	1	21	2	162	2	1	3	1	8	2	9	3	9	4	8	2	9	8	7	4
9	16	1	1	24	1	25	1	16	1	28	2	28	1	20	200	141	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5
10	17	1	1	25	1	20	1	19	1	28	2	18	1	21	2	131	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5

11	17	1	1	27	1	32	2	26	2	28	2	28	1	21	2	162	2	2	9	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6	4	
12	16	2	1	15	1	28	2	16	1	26	1	28	1	22	2	135	1	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5
13	16	1	1	21	1	25	1	20	2	19	1	18	1	17	1	120	1	3	9	2	9	1	9	4	9	6	9	1	8	9	9	5	
14	17	2	1	30	2	33	2	20	2	28	2	38	2	23	2	172	2	1	3	1	4	1	9	2	9	4	6	1	3	6	2	3	
15	17	1	1	24	1	28	2	21	2	26	1	33	2	14	1	146	1	3	9	3	9	1	9	4	9	7	9	8	7	5	5	5	
16	16	2	1	23	1	25	1	24	2	30	2	25	1	20	2	147	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5	
17	16	2	1	18	1	24	1	17	1	32	2	35	2	18	1	144	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5	
18	17	2	1	18	1	24	1	17	1	32	2	35	2	18	1	144	1	2	8	2	9	1	9	3	9	5	9	2	9	8	8	5	
19	18	2	1	17	1	22	1	16	1	17	1	25	1	17	1	114	1	3	9	3	9	1	9	4	9	7	9	8	7	5	5	5	
20	16	2	1	21	1	23	1	17	1	28	2	31	2	18	1	138	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5	
21	17	2	1	27	1	33	2	15	1	33	2	32	2	14	1	154	2	2	8	2	9	1	9	3	9	5	9	1	5	8	7	4	
22	17	2	1	24	1	26	1	24	2	26	1	34	2	22	2	156	2	1	3	1	8	2	9	3	9	4	8	2	9	8	7	4	
23	18	1	1	25	1	24	1	19	1	24	1	35	2	17	1	144	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5	
24	16	2	1	26	1	28	2	20	2	26	1	30	1	18	1	148	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5	
25	16	1	1	17	1	21	1	13	1	23	1	34	2	17	1	125	1	3	9	2	9	1	9	4	9	6	9	1	8	9	9	5	

26	16	2	1	17	1	21	1	13	1	23	1	34	2	17	1	125	1	2	8	2	9	1	9	3	9	5	9	2	9	8	8	5						
27	16	2	1	22	1	27	1	17	1	23	1	27	1	18	1	134	1	3	9	3	9	1	9	4	9	7	9	5	9	9	1	3	5	5				
28	17	1	1	28	2	24	1	23	2	31	2	24	1	13	1	143	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5						
29	18	1	1	21	1	25	1	24	2	21	1	30	1	19	1	140	1	2	9	5	4	9	5	8	7	5	6	9	5	4	9	5	8	5	3	2	2	5
30	16	2	1	28	2	29	2	21	2	33	2	30	1	22	2	163	2	2	8	2	9	1	9	2	9	5	9	1	7	8	9	4						
31	16	2	2	20	1	27	1	18	1	25	1	28	1	19	1	137	1	2	8	2	9	2	9	2	9	5	9	1	8	9	9	5						
32	16	1	2	19	1	18	1	20	2	15	1	15	1	21	2	108	1	3	9	3	9	1	9	4	9	7	9	5	9	9	1	3	5	5				
33	17	2	2	27	1	36	2	12	1	25	1	24	1	20	2	144	1	2	9	1	9	2	9	2	9	6	9	2	9	9	9	5	8	6	5			
34	16	1	2	28	2	20	1	12	1	21	1	25	1	16	1	122	1	3	9	3	9	1	9	4	9	7	9	5	9	9	1	3	5	5				
35	17	1	2	27	1	22	1	22	2	28	2	39	2	16	1	154	2	2	8	2	9	1	9	2	9	5	9	2	9	8	8	4						
36	17	1	2	28	2	20	1	23	2	26	1	33	2	20	2	150	2	1	8	2	9	1	9	2	9	5	9	2	9	8	8	4						
37	17	2	2	26	1	26	1	15	1	29	2	30	1	18	1	144	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5						
38	17	2	2	26	1	27	1	22	2	31	2	28	1	20	2	154	2	1	1	1	2	1	9	2	9	2	1	1	3	3	5	8	3					
39	16	2	2	24	1	21	1	12	1	21	1	31	2	16	1	125	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5						
40	17	1	2	23	2	26	1	19	1	25	1	26	1	17	1	136	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5						

41	17	1	2	29	2	26	1	22	2	32	2	28	1	19	1	156	2	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5
42	16	2	2	27	1	23	1	24	2	29	2	33	2	23	2	159	2	2	9	2	9	2	9	3	9	5	9	1	8	8	9	4
43	17	2	2	32	2	24	1	29	3	30	2	27	1	24	2	166	2	2	4	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6	4
44	16	1	2	23	1	20	1	16	1	17	1	16	1	16	1	108	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5
45	22	1	2	29	2	29	2	24	2	25	1	28	1	13	1	148	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5
46	16	2	2	23	1	29	2	19	1	22	1	23	1	19	1	135	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5
47	17	2	2	25	1	27	1	15	1	26	1	28	1	16	1	137	1	2	9	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6	4
48	17	1	2	16	1	18	1	13	1	17	1	16	1	16	1	96	1	2	8	2	9	1	9	3	9	5	9	1	5	8	7	4
49	17	2	2	21	1	30	2	18	1	27	1	40	2	24	2	160	2	1		1	2	1	8	2	9	2	1	1	7	5	3	
50	16	2	2	20	1	23	1	29	1	26	1	26	1	13	1	127	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5
51	16	1	2	27	1	28	2	22	2	28	2	27	1	14	1	146	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5
52	16	2	2	33	2	22	1	16	1	23	1	26	1	18	1	138	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5
53	17	1	2	24	1	23	1	17	1	29	2	29	1	13	1	135	1	3	9	2	9	1	9	4	9	6	9	1	8	9	9	5
54	17	2	2	22	1	28	2	23	2	30	2	39	2	21	2	163	2	2	9	2	9	1	6	3	9	5	9	1	4	8	8	4
55	17	1	2	20	1	24	1	22	2	29	2	26	1	15	1	136	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5

56	17	1	2	19	1	28	2	23	2	29	2	30	1	20	2	149	2	1	4	1	9	5	1	7	7	1	1	8	2	9	1	7	4	1	3	4	1	3
57	16	2	2	24	1	28	2	15	1	30	2	30	1	16	1	143	1	2	9	5	4	9	5	8	7	5	6	9	5	4	9	5	8	5	3	2	2	5
58	17	2	2	14	1	29	2	21	2	30	2	44	3	24	2	162	2	7	4	5	1	4	5	9	8	5	1	9	5	4	7	5	3	0	3	0	5	4
59	17	2	2	19	1	33	2	19	1	28	2	25	1	18	1	142	1	5	0	4	1	4	5	9	8	5	1	9	5	4	7	5	6	5	3	1	0	4
60	17	2	2	16	1	31	2	12	1	27	3	34	2	16	1	146	1	2	9	5	3	7	5	8	7	5	1	9	5	2	9	5	8	5	3	1	1	5
61	17	1	3	21	1	27	1	19	1	28	2	37	2	25	2	157	2	7	4	5	2	6	5	0	9	5	4	9	5	8	9	5	9	0	4	8	0	4
62	16	1	3	25	1	32	2	18	1	31	2	35	2	15	1	156	2	0	5	3	8	9	5	9	8	5	1	9	5	5	9	5	3	0	3	0	5	4
63	17	2	3	23	1	19	1	21	2	23	1	23	1	21	2	130	1	2	9	5	4	9	5	8	7	5	6	9	5	4	9	5	8	5	3	2	2	5
64	17	2	3	23	1	35	2	15	1	22	1	33	2	17	1	145	1	5	9	5	0	9	5	9	5	2	3	9	5	5	9	5	9	9	1	3	5	5
65	18	1	3	26	1	35	2	17	1	37	3	33	2	19	1	167	2	2	0	3	8	5	3	9	8	5	7	9	5	6	6	4	3	0	3	2	0	3
66	16	2	3	22	1	30	2	18	1	22	1	26	1	17	1	135	1	2	9	5	3	7	5	8	7	5	1	9	5	2	9	5	8	5	3	1	1	5
67	16	2	3	27	1	14	1	10	1	19	1	16	1	14	1	100	1	2	9	5	4	9	5	8	7	5	6	9	5	4	9	5	8	5	3	2	2	5
68	16	1	3	25	1	24	1	16	1	30	2	26	1	16	1	137	1	1	9	5	7	9	5	9	8	5	7	9	5	4	9	5	6	5	3	3	2	5
69	17	2	3	30	2	22	1	27	3	33	2	22	1	17	1	151	2	9	5	3	9	5	4	3	9	5	2	9	5	5	5	4	1	3	5	2	0	4
70	16	2	3	20	1	29	2	13	1	36	2	27	1	18	1	143	1	1	9	5	7	9	5	9	8	5	7	9	5	4	9	5	6	5	3	3	2	5

71	16	1	3	25	1	36	2	21	2	40	3	34	2	20	2	176	2	3	9	3	9	1	4	9	7	9	9	9	1	8	7	5	
72	17	2	3	23	1	25	1	16	1	26	1	30	1	12	1	132	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5	
73	17	1	3	29	2	29	2	18	1	24	1	32	2	18	1	150	2	2	6	1	8	1	9	3	9	4	8	1	8	7	5	4	
74	17	2	3	22	1	32	2	14	1	29	2	26	1	19	1	142	1	1	3	1	7	1	9	3	9	4	7	1	3	3	6	2	3
75	17	1	3	23	1	25	1	17	1	30	2	30	1	17	1	142	1	1	1	3	2	9	3	9	2	1	2	9	5	6	2	3	
76	17	2	3	18	1	36	2	21	2	27	1	31	2	20	2	153	2	1	1	2	1	9	2	9	2	1	1	3	3	5	8	3	
77	16	1	3	21	1	25	1	16	1	24	1	24	1	19	1	129	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5	
78	16	1	3	29	2	34	2	20	2	25	1	33	2	17	1	157	2	1	1	3	1	8	2	9	3	2	1	3	3	5	8	3	
79	16	1	3	25	1	25	1	16	1	27	1	26	1	17	1	136	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5	
80	17	2	3	23	1	26	1	19	1	28	2	32	2	22	2	150	2	1	3	1	8	2	9	3	9	4	8	2	9	8	7	4	
81	17	2	3	29	2	30	2	20	2	32	2	30	1	15	1	156	2	3	9	3	9	1	4	9	7	9	9	9	1	3	5	5	
82	16	1	3	20	1	24	1	28	3	22	1	26	1	11	1	121	1	3	9	3	9	1	4	9	7	9	9	9	1	3	5	5	
83	16	2	3	27	1	14	1	17	1	15	1	23	1	12	1	108	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5	
84	16	1	3	28	2	32	2	20	2	30	2	34	2	21	2	165	2	1	3	1	6	1	9	2	9	4	7	1	3	6	2	3	
85	17	1	3	24	1	28	2	22	2	30	2	29	1	20	2	153	2	3	9	2	9	1	9	4	9	6	9	1	8	9	9	5	

86	17	1	3	18	1	28	2	16	1	30	2	34	2	21	2	147	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5
87	16	1	3	24	1	26	1	18	1	28	2	31	2	19	1	146	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5
88	18	2	3	23	1	25	1	15	1	25	1	31	2	16	1	135	1	3	9	2	9	1	9	4	9	6	9	1	8	9	9	5
89	17	2	3	22	1	26	1	20	2	24	1	30	1	16	1	138	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5
90	16	1	3	23	1	26	2	16	1	25	1	31	2	17	1	138	1	3	9	3	9	1	9	4	9	7	9	1	8	7	5	5
91	17	2	3	23	1	25	1	16	1	26	1	30	1	12	1	132	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5
92	17	1	3	29	2	29	2	18	1	24	1	32	2	18	1	150	2	2	9	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6	4
93	17	2	3	22	1	32	2	14	1	29	2	26	1	19	1	142	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9	5
94	17	1	3	23	1	25	1	17	1	30	2	30	1	17	1	142	1	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9	5
95	17	2	3	18	1	36	2	21	2	27	1	31	2	20	2	153	2	2	9	2	9	2	9	3	9	5	9	1	8	8	9	4
96	16	1	3	21	1	25	1	16	1	24	1	24	1	19	1	129	1	2	4	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6	4
97	16	1	3	29	2	34	2	20	2	25	1	33	2	17	1	157	2	1	3	1	8	2	9	3	9	4	8	2	9	8	7	4
98	16	1	3	25	1	25	1	16	1	27	1	26	1	17	1	136	1	3	9	3	9	1	9	4	9	7	9	1	8	7	5	5
99	17	2	3	23	1	26	1	19	1	28	2	32	2	22	2	150	2	2	6	1	7	1	9	2	9	4	8	1	3	7	4	3
100	17	2	3	29	2	30	2	20	2	32	2	30	1	15	1	156	2	2	9	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6	4

10																		3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9							
1	16	1	3	20	1	24	1	28	3	22	1	26	1	11	1	121	1	2	9	5	3	7	5	8	7	5	1	9	5	8	5	3	1	1	5			
10																			3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9						
2	16	2	3	27	1	14	1	17	1	15	1	23	1	12	1	108	1	2	9	5	3	7	5	8	7	5	1	9	5	2	9	5	8	5	3	1	1	5
10																			2	6	1	7	1	9	2	9	4	8	1	3	7	4						
3	16	1	3	28	2	32	2	20	2	30	2	34	2	21	2	165	2	2	0	3	8	5	3	9	8	5	7	9	5	6	6	4	3	0	3	2	0	3
10																			2	9	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6						
4	17	1	3	24	1	28	2	22	2	30	2	29	1	20	2	153	2	7	4	5	1	4	5	9	8	5	1	9	5	4	7	5	3	0	3	0	5	4
10																			3	9	3	9		1	4	9	7	9			8	7						
5	17	1	3	18	1	28	2	16	1	30	2	34	2	21	2	147	1	5	9	5	0	9	5	9	5	2	3	9	5	5	9	5	9	9	1	3	5	5
10																			3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9						
6	16	1	3	24	1	26	1	18	1	28	2	31	2	19	1	146	1	2	9	5	3	7	5	8	7	5	1	9	5	2	9	5	8	5	3	1	1	5
10																			3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9						
7	18	2	3	23	1	25	1	15	1	25	1	31	2	16	1	135	1	2	9	5	4	9	5	8	7	5	6	9	5	4	9	5	8	5	3	2	2	5
10																			3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9						
8	17	2	3	22	1	26	1	20	2	24	1	30	1	16	1	138	1	1	9	5	7	9	5	9	8	5	7	9	5	4	9	5	6	5	3	3	2	5
10																			3	9	2	9	1	9	4	9	6	9	1	8	9	9						
9	16	1	3	23	1	26	2	16	1	25	1	31	2	17	1	138	1	4	9	5	6	9	5	8	7	5	4	9	5	9	9	5	9	0	4	7	6	5
11																			2	9	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6						
0	17	2	3	23	1	25	1	16	1	26	1	30	1	12	1	132	1	7	4	5	1	4	5	9	8	5	1	9	5	4	7	5	3	0	3	0	5	4
11																			1	3	1	8	2	9	3	9	4	8	2	9	8	7						
1	17	1	3	29	2	29	2	18	1	24	1	32	2	18	1	150	2	9	5	3	9	5	4	3	9	5	2	9	5	5	5	4	1	3	5	2	0	4
11																			2	8	2	9	1	9	3	9	5	9	2	9	8	8						
2	17	2	3	22	1	32	2	14	1	29	2	26	1	19	1	142	1	6	5	4	2	6	5	6	1	5	5	9	5	5	9	5	1	3	5	5	0	5
11																			3	9	3	9		1	4	9	7	9			8	7						
3	17	1	3	23	1	25	1	17	1	30	2	30	1	17	1	142	1	5	9	5	0	9	5	9	5	2	3	9	5	5	9	5	9	9	1	3	5	5
11																			2	9	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6						
4	17	2	3	18	1	36	2	21	2	27	1	31	2	20	2	153	2	7	4	5	1	4	5	9	8	5	1	9	5	4	7	5	3	0	3	0	5	4
11																			3	9	2	9	1	9	4	9	6	9	1	8	9	9						
5	16	1	3	21	1	25	1	16	1	24	1	24	1	19	1	129	1	4	9	5	6	9	5	8	7	5	4	9	5	9	9	5	9	0	4	7	6	5

11																	2	6	1	7	1	9	2	9	4	8	1	3	7	4								
6	16	1	3	29	2	34	2	20	2	25	1	33	2	17	1	157	2	2	0	3	8	5	3	9	8	5	7	9	5	6	6	4	3	0	3	7	4	3
11																	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9								
7	16	1	3	25	1	25	1	16	1	27	1	26	1	17	1	136	1	1	9	5	7	9	5	9	8	5	7	9	5	4	9	5	6	5	3	3	2	5
11																	2	9	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6								
8	17	2	3	23	1	26	1	19	1	28	2	32	2	22	2	150	2	7	4	5	1	4	5	9	8	5	1	9	5	4	7	5	3	0	3	0	5	4
11																	1	3	1	8	2	9	3	9	4	8	2	9	8	7								
9	17	2	3	29	2	30	2	20	2	32	2	30	1	15	1	156	2	9	5	3	9	5	4	3	9	5	2	9	5	5	5	4	1	3	5	2	0	4
12																	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9								
0	16	1	3	20	1	24	1	28	3	22	1	26	1	11	1	121	1	2	9	5	3	7	5	8	7	5	1	9	5	2	9	5	8	5	3	1	1	5
12																	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9								
1	16	2	3	27	1	14	1	17	1	15	1	23	1	12	1	108	1	2	9	5	4	9	5	8	7	5	6	9	5	4	9	5	8	5	3	2	2	5
12																	2	9	2	9	1	9	3	9	5	9	1	3	8	6								
2	16	1	3	28	2	32	2	20	2	30	2	34	2	21	2	165	2	7	4	5	1	4	5	9	8	5	1	9	5	4	7	5	3	0	3	0	5	4
12																	3	9	3	9		1	4	9	7	9			8	7								
3	17	1	3	24	1	28	2	22	2	30	2	29	1	20	2	153	2	5	9	5	0	9	5	9	5	2	3	9	5	5	9	5	9	9	1	3	5	5
12																	2	8	2	9	1	9	3	9	5	9	2	9	8	8								
4	17	1	3	18	1	28	2	16	1	30	2	34	2	21	2	147	1	6	5	4	2	6	5	6	1	5	5	9	5	5	9	5	1	3	5	5	0	5
12																	3	9	3	9		1	4	9	7	9			8	7								
5	16	1	3	24	1	26	1	18	1	28	2	31	2	19	1	146	1	5	9	5	0	9	5	9	5	2	3	9	5	5	9	5	9	9	1	3	5	5
12																	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9								
6	18	2	3	23	1	25	1	15	1	25	1	31	2	16	1	135	1	2	9	5	3	7	5	8	7	5	1	9	5	2	9	5	8	5	3	1	1	5
12																	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	7	9	9								
7	17	2	3	22	1	26	1	20	2	24	1	30	1	16	1	138	1	2	9	5	4	9	5	8	7	5	6	9	5	4	9	5	8	5	3	2	2	5
12																	3	9	2	9	1	9	3	9	6	9	1	5	9	9								
8	16	1	3	23	1	26	2	16	1	25	1	31	2	17	1	138	1	1	9	5	7	9	5	9	8	5	7	9	5	4	9	5	6	5	3	3	2	5

Evidencia documentaria

CARTA DE PRESENTACION DE LA UAI



“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

Chincha Alta, 23 de noviembre del 2024

OFICIO N° 1197-2024-UAI-FCS

Lic. Wilfredo Cuadros Onofre

Director

INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA DOS DE MAYO

Presente. -

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en la formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, responsabilidad social y bienestar universitario en inserción laboral.

En tal sentido, nuestra estudiante se encuentra en el desarrollo de su Tesis, que le permitirán obtener el Título Profesional anhelado, de acuerdo con las líneas de investigación de nuestra Facultad, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. La estudiante ha tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución que usted dirige.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **autorización** de la Institución elegida, para que la estudiante pueda proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la carta de presentación de la estudiante con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación.

Sin otro particular y con la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.

Mag. Jose Yomil Perez Gomez

DECANO (E)

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

Av. Abelardo Alva Maúrtua 489 - 499 | Chincha Alta - Chincha - Ica

☎ 056 269176

🌐 www.autonomadeica.edu.pe



CARTA DE PRESENTACIÓN

El Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

Hace Constar:

Que, **VELASQUEZ LAROTA, Pilar** identificada con código **N°0043287450** del Programa Académico de Psicología, quien viene desarrollando la tesis denominada: **"BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. DOS DE MAYO – PUERTO MALDONADO – MADRE DE DIOS"**.

Se expide el presente documento, a fin de que el encargado, tenga a bien autorizar a la estudiante en mención, a recoger los datos y aplicar su instrumento para su investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 23 de noviembre del 2024



Mag. José Yomil Pérez Gomez

DECANO (E)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

SOLICITUD AL COLEGIO

INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA "DOS DE MAYO" - PTO. MALDONADO	
Exp. N°	FOLIOS 01
Fecha	27 NOV 2024
Hora	2:20
Firma	
MESA DE PARTES	

Lic. Cuadros Onofre Wilfredo

Director de I.E. Emblemática Dos de Mayo

PUERTO MALDONADO;

Apreciado director:

Le saludo muy cordialmente, y aprovecho la oportunidad para solicitarle lo siguiente:

Siendo alumna de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica; VELASQUEZ LAROTA, Pilar identificada con código N°0043287450 del Programa Académico de Psicología, que vengo desarrollando la tesis denominada: "BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS DOLESCENTES DE LA I.E. DOS DE MAYO – PUERTO MALDONADO – MADRE DE DIOS - 2024", a realizar el estudio; recabar información y aplicar dos instrumentos de investigación, el cual tiene por objetivo medir el bienestar y estrés académico de su Institución Educativa.

Así acudo a su despacho para solicitarle su apoyo en la participación de los alumnos del 5to de secundaria de las secciones de A, B, C y D, de ambos sexos y edades entre 16 a 18 años, llevándose a cabo la ejecución de este proyecto el día miércoles 04 de diciembre del presente año en su misma Institución Educativa.

POR LO EXPUESTO: Esperando alcanzar su colaboración y apoyo en este proyecto educativo.

PUERTO MALDONADO, 27 de Noviembre 2024

Atentamente



VELASQUEZ LAROTA, Pilar

DNI: 43287450

RESPUESTA DEL COLEGIO



**GOBIERNO REGIONAL DE MADRE DE DIOS
DIRECCION REGIONAL DE EDUCACIÓN
INSTITUCION EDUCATIVA EMBLEMÁTICA "DOS DE MAYO"**



**"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA Y DE LA
CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y AYACUCHO"
"MADRE DE DIOS CAPITAL DE LA BIODIVERSIDAD DEL PERÚ"**

AUTORIZACIÓN

**EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA
"DOS DE MAYO" DE PUERTO MALDONADO, QUIEN SUSCRIBE:**

AUTORIZA:

A doña **PILAR VELASQUEZ LAROTA**, para que pueda proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación de su tesis denominada **"BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. DOS DE MAYO-PUERTO MALDONADO-MADRE DE DIOS - 2024.**

Se expide la presente autorización a solicitud de la parte interesada para los fines que estime conveniente.

Puerto Maldonado, 25 de noviembre del 2024.



[Firma manuscrita]
Lic Wilfredo Cuadros Onofre
DIRECTOR
I.E.E "DOS DE MAYO"

Cc.
Archivo
WCO-DIR.
Wmfch- Técnico Administrativo

Anexo 5: Evidencia fotográfica









Anexo 6: Informe de Turnitin al 28% de similitud

TESIS_VELASQUEZ LAROTA PILAR (1).docx

2025
2025
Universidad Autónoma de Ica

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid::3117:436572979

Fecha de entrega
5 mar 2025, 11:43 a.m. GMT-5

Fecha de descarga
6 mar 2025, 12:47 p.m. GMT-5

Nombre de archivo
TESIS_VELASQUEZ LAROTA PILAR (1).docx

Tamaño de archivo
14.8 MB

107 Páginas
19,402 Palabras
86,496 Caracteres

 **turnitin** Página 1 of 111 - Portada

Identificador de la entrega trn:oid::3117:436572979

 **turnitin** Página 2 of 111 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::3117:436572979

15% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Fuentes principales

15%  Fuentes de Internet
0%  Publicaciones
9%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 15% Fuentes de Internet
- 0% Publicaciones
- 9% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.autonomaedica.edu.pe	9%
2	Internet	hdl.handle.net	2%
3	Internet	www.repositorio.autonomaedica.edu.pe	<1%
4	Internet	repositorio.utelesup.edu.pe	<1%
5	Internet	es.scribd.com	<1%
6	Internet	repositorio.upn.edu.pe	<1%
7	Internet	repositorio.autonoma.edu.pe	<1%
8	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2024-04-30	<1%
9	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2021-06-04	<1%
10	Internet	repositorio.uladech.edu.pe	<1%
11	Trabajos entregados	Pontificia Universidad Católica del Ecuador - PUCE on 2022-06-14	<1%

12	Trabajos entregados	Universidad Continental on 2023-06-24	<1%
13	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
14	Internet	alicia.concytec.gob.pe	<1%
15	Internet	repositorio.unheval.edu.pe	<1%
16	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2016-10-03	<1%
17	Internet	repositorio.uandina.edu.pe	<1%