



U N I V E R S I D A D
AUTÓNOMA
D E I C A

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

TESIS

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE 13 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN
PÚBLICA, ANDAHUAYLAS-2023**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO

PRESENTADO POR:
MARISOL MEDALY GUIZADO MIRANDA

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

ASESOR
DR. JOSÉ CARLOS APARCANA HERNÁNDEZ
(0000-0001-7398-6817)

CHINCHA, PERÚ
2023



CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Dra. Susana Marleni Atuncar Deza

Decana (e) de la Facultad de Ciencias de la Salud

Universidad Autónoma de Ica.

Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarla e informar que **GUIZADO MIRANDA, Marisol Médaly**, estudiante de la Facultad de ciencias de la Salud, del programa Académico de Psicología, ha cumplido con elaborar su:

PLAN DE TESIS

TESIS

TITULADO: "BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE 13 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA, ANDAHUAYLAS-2023"

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el procedimiento correspondiente, remito la presente constancia adjuntando mi firma en señal de conformidad.

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

Cordialmente,

Dr APARCANA HERNANDEZ José Carlos
CODIGO ORCID: 0000-0001-7398-6817

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, Marisol Médaly Guizado Miranda identificada con DNI N°70379134, en mi condición de estudiante del programa de estudio 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 Estudiantes de 13 a 17 años en una Institución Pública, Andahuaylas – 2023, 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, el (la) investigador(a) no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
 - a. 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:

17%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, 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, 22 de diciembre del 2023



.....
Marisol Medaly Guizado Miranda
DNI: 70379134

DEDICATORIA

A Dios por haberme dado la vida y permitir haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional. A mi Madre y a mis abuelos por ser el pilar más importante y siempre su apoyo incondicional. A mis hermanas que de una y otra forma a lo largo de nuestras vidas a estado apoyándome, que me brindaron su apoyo, por comprenderme y que fueron mi mayor motivación para nunca rendirme en mis estudios.

Marisol

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darme vida y salud para poder lograr mis objetivos profesionales.

A mi Madre, hermanas y familiares quienes que su apoyo incondicional me acompañó en mi proceso de formación profesional, para poder lograr mis objetivos.

A mi asesor, Dr. José Carlos Aparcana Hernández, quien con su enseñanza pude lograr alcanzar mi meta.

A los estudiantes, docentes y directivos de la Institución Educativa Guillermo Pinto Ismodes del Distrito de Santa María de Chicmo, de la Provincia de Andahuaylas, quienes me dieron todas las facilidades para cumplir dicha investigación y lograr mis objetivos planteados.

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo: Determinar la relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023. Metodología: Fue una investigación de tipo básica prospectiva, de enfoque cuantitativo y nivel correlacional, asimismo, fue de diseño no experimental de corte transversal. Contó con la participación de 91 escolares. Para recolección de datos se utilizó dos cuestionarios: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y el Cuestionario de Estrés Académico de Serón. Resultados: El 37.4% de los escolares presentan niveles bajos y altos de bienestar psicológico. En cuanto al estrés académico, el 58.2% presentaron niveles no significativos. Del mismo modo se halló una correlación inversa y moderada entre el bienestar psicológico y el estrés académico ($r=-0.638^{**}$) con un valor de ($p= 0.000$), menor a 0.050. Conclusión: Se infiere que a mayor bienestar psicológico se espera que exista niveles bajos de estrés académico o viceversa.

Palabras claves: Académico, Autoaceptación, Autonomía, Bienestar, Estrés, Psicológico, Sociocultural.

ABSTRACT

The present study aimed to determine the relationship between psychological well-being and academic stress in students aged 13 to 17 years in a public educational institution, Andahuaylas - 2023. It was a "basic prospective" type of research, with a quantitative approach and a correlational level, likewise, it was of a non-experimental cross-sectional design. It had the participation of 91 schoolchildren. For data collection, two questionnaires were used: the Ryff Psychological Well-Being Scale and the Serón Academic Stress Questionnaire. Results: 37.4% of schoolchildren present low and high levels of psychological well-being. Regarding academic stress, 58.2% presented non-significant levels. In the same way, an inverse and moderate correlation was found between psychological well-being and academic stress ($r=-0.638^{**}$) with a value of ($p= 0.000$), less than 0.050. Conclusion: It is inferred that the higher the psychological well-being, the lower levels of academic stress are expected to exist or vice versa.

Keywords: Academic, Self-acceptance, Autonomy, Well-being, Stress, Psychological, Sociocultural.

INDICE GENERAL

PORTADA	
CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.....	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RESUMEN	iv
ABSTRACT.....	v
INDICE GENERAL.....	vi
ÍNDICE DE TABLAS	viii
ÍNDICE DE FIGURAS.....	x
I. INTRODUCCIÓN	11
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	13
2.1 Descripción del problema	13
2.2 Pregunta de investigación general.....	15
2.3 Preguntas de investigación específicas.....	15
2.4 Objetivo General.....	16
2.5 Objetivos específicos.....	16
2.6 Justificación e importancia.....	17
2.7 Alcances y limitaciones.....	19
III. MARCO TEÓRICO.....	20
3.1 Antecedentes.....	20
3.2 Bases teóricas	24
3.3 Marco conceptual	38
IV. METODOLOGÍA.....	40
4.1 Tipo y Nivel de investigación	40
4.2 Diseño de investigación.....	40
4.3 Hipótesis general y específicas	41
4.4 Identificación de las variables.....	42
4.5 Matriz de Operacionalización de variables	43
4.6 Población – Muestra.....	45
4.7 Técnicas e instrumentos de recolección de información	47
4.8 Técnicas de análisis y procesamiento de datos	52
V. RESULTADOS	53

5.1	Presentación de Resultados	53
5.2	Interpretación de resultados	74
VI.	ANÁLISIS DE RESULTADOS	85
6.1	Análisis inferencial	85
VII.	DISCUSIÓN DE RESULTADOS	86
7.1	Comparación de resultados	86
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	95
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	99
	ANEXOS.....	104
	Anexo 1: Matriz de consistencia	105
	Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	108
	Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición	112
	Anexo 4: Base de datos.....	124
	Anexo 5: Evidencias fotográficas.....	126
	Anexo 6: Informe de turnitin al 28% de similitud	127

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Nivel Bienestar psicológico.....	53
Tabla 2	Autoaceptación.....	54
Tabla 3	Relaciones positivas.....	55
Tabla 4	Autonomía.....	56
Tabla 5	Dominio del entorno.....	57
Tabla 6	Propósito de vida.....	58
Tabla 7	Crecimiento personal.....	59
Tabla 8	Estrés académico.....	60
Tabla 9	Factor biológico.....	61
Tabla 10	Factor psicológico.....	62
Tabla 11	Factor socio cultural.....	63
Tabla 12	Bienestar psicológico y estrés académico.....	64
Tabla 13	Bienestar psicológico y factor biológico.....	65
Tabla 14	Bienestar psicológico y factor psicológico.....	66
Tabla 15	Bienestar psicológico y factor sociocultural.....	67
Tabla 16	Autoaceptación y estrés académico.....	68
Tabla 17	Relaciones positivas y estrés académico.....	69
Tabla 18	Autonomía y estrés académico.....	70
Tabla 19	Dominio del entorno y estrés académico.....	71
Tabla 20	Propósito de vida y estrés académico.....	72
Tabla 21	Crecimiento personal y estrés académico.....	73
Tabla 22	Pruebas de normalidad.....	74
Tabla 23	Relación entre bienestar psicológico y estrés académico....	75
Tabla 24	Relación entre bienestar psicológico y factor biológico.....	76
Tabla 25	Relación entre bienestar psicológico y factor psicológico....	77
Tabla 26	Relación entre bienestar psicológico y factor sociocultural..	78
Tabla 27	Relación entre autoaceptación y estrés académico.....	79
Tabla 28	Relación entre relaciones positivas y estrés académico.....	80
Tabla 29	Relación entre autonomía y estrés académico.....	81
Tabla 30	Relación entre dominio del entorno y estrés académico.....	82
Tabla 31	Relación entre propósito de vida y estrés académico.....	83
Tabla 32	Relación entre crecimiento personal y estrés académico....	84
Tabla 33	Confiabilidad del instrumento Bienestar Psicológico.....	123

Tabla 34	Confiabilidad del instrumento Estrés Académico	123
-----------------	--	-----

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	Nivel Bienestar psicológico.	53
Figura 2	Autoaceptación.....	54
Figura 3	Relaciones positivas.....	55
Figura 4	Autonomía.....	56
Figura 5	Dominio del entorno	57
Figura 6	Propósito de vida.....	58
Figura 7	Crecimiento personal	59
Figura 8	Estrés académico.....	60
Figura 9	Factor biológico	61
Figura 10	Factor psicológico	62
Figura 11	Factor socio cultural	63
Figura 12	Bienestar psicológico y estrés académico.....	64
Figura 13	Bienestar psicológico y factor biológico.....	65
Figura 14	Bienestar psicológico y factor psicológico	66
Figura 15	Bienestar psicológico y factor sociocultural.....	67
Figura 16	Autoaceptación y estrés académico.....	68
Figura 17	Relaciones positivas y estrés académico.....	69
Figura 18	Autonomía y estrés académico	70
Figura 19	Dominio del entorno y estrés académico	71
Figura 20	Propósito de vida estrés académico.....	72
Figura 21	Crecimiento personal y estrés académico.....	73

I. INTRODUCCIÓN

El sector educación en esta coyuntura actual que se vive en estos tiempos de pandemia del COVID-19 es uno de los sectores que ha atravesado cambios a nivel nacional y mundial, por las interrupciones en los procesos de enseñanza- aprendizaje en todos niveles educativos, que se vieron afectados por la suspensión de clases presenciales y por no contar con plataformas virtuales de forma online, especialmente el nivel básico, lo que genero cambios de desplazamiento de la práctica de un modelo tradicional enraizado a un nuevo modelo educativo a distancia con diferentes modalidades, donde los estudiantes, no contaban con herramientas necesarias en sus viviendas para este nuevo aprendizaje, a esto se sumó las condiciones para poder remplazar los ambientes de un salón de en sus viviendas, lo que tenían en sus centros educativos, así también estos cambios se presentó en los docentes y padres de familia, lo que generó en los estudiantes estrés académico y un desequilibrio en su bienestar psicológico (Saldaña et al., 2020).

Las manifestaciones inapropiadas del bienestar psicológico originan problemas en la salud física, mental y social de los individuos haciendo que no pueda interactuar a situaciones de su entorno, es por eso la importancia de poseer niveles de equilibrio emocional, lo que hará que se sientan a gusto y tengan mayor satisfacción por las cosas que realiza día a día, posean mayor creatividad y sean más sociables. (Arribasplata y Manosalva, 2022)

En la actualidad el estrés académico, es un factor que tiene afectación en diferentes contextos “educativo, familiar, social, etc.” En la etapa escolar, este, se caracteriza por constantes cambios, muchas veces por las exigencias del docente, las tareas, el estudio, etc., los que causan “timidez, angustia, falta de confianza, ansiedad ante el examen, problemas al exponer, alteraciones en la dinámica social, entre otros” dando como resultado un impacto en el desgaste de su salud emocional y mental , lo que puede generar un bajo rendimiento escolar, esto hará que se vea más

afectando su bienestar psicológico del escolar, por las dificultades de los modelos educativos actuales (Turpo, 2020).

El presente estudio estuvo estructurado en siete capítulos.

Capítulo I: Introducción; se detalló una breve presentación general respecto a la realidad problemática, la pregunta del problema, objetivo general, justificación, importancia del problema a investigar y las acciones a cumplirse en el desarrollo del estudio.

Capítulo II: Planteamiento del problema; se definió la descripción de la realidad del problema, pregunta general y específico, objetivo general y específico, justificación e importancia de la investigación.

Capítulo III: Marco teórico; se detalló los antecedentes internacionales y nacionales, las bases teóricas y el marco conceptual de las variables en estudio.

Capítulo IV: Metodológicas; tipo, nivel, diseño, hipótesis general y específico de la investigación, así también contiene la operacionalización de las variables y dimensiones en estudio, población, muestra, técnicas e instrumentos usados, finalmente se detalló las técnicas de análisis e interpretación de datos.

Capítulo V: Se detalló los resultados de la investigación

Capítulo VI: Se analiza el análisis de los resultados encontrados.

Capítulo VII: Se realizó la discusión de los resultados.

Posteriormente se realiza las conclusiones y recomendaciones. Finalmente, se detalla las referencias bibliográficas usadas en la investigación de acuerdo a la normatividad del APA versión 7

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1 Descripción del problema

Hablar de estrés, es muy familiar en el contexto educativo desde un nivel básico, consecuencia que muchos estudiantes muestran dificultades en la nueva adaptación de una educación presencial, a esto se suma exigencias académicas que reciben por parte de los docentes, acumulación de tareas, carencias en la nueva adaptabilidad entre compañeros de clase, entre otros. Después de haber atravesado muchas carencias en la educación online. Para muchos estudiantes todos estos cambios fueron generando afectación en su salud emocional producto de las reacciones de los cambios de vida que se dieron en los estudiantes, provocando estrés académico (Turpo, 2020).

A nivel internacional, estudios con respecto al bienestar psicológico manifestaron que la problemática se da más en mujeres que en varones, y estas están asociadas al funcionamiento positivo de los individuos, desde su naturaleza subjetiva, que constituyen un factor imprescindible en el progreso positivo o negativo de sus vidas. Mientras el estrés académico, se da ante una situación amenazante, asociada a situaciones complejas que atraviesa el estudiante al no poder encontrar una alternativa para solucionar sus dificultades, más aún cuando se está en situaciones frente a exámenes, exposiciones, tareas, los que los muchas veces provocan un desequilibrio físico y emocional (Matos y Mula et al., 2022). Así también se identificó en otro estudio que existe una asociación entre el bienestar psicológico con los factores del estrés en las relaciones sociales, y las características de liderazgo (Saldaña et al., 2020). Finalmente, otro estudio muestra que el bienestar subjetivo presentó puntuaciones medias, encontrando una asociación negativa entre el número de horas diarias que los estudiantes dedican a las redes sociales (Valerio & Serna, 2018).

A nivel de Latinoamérica, se encontró que las mujeres presentaron niveles bajos de bienestar psicológico. Sobre el estrés académico, 58% de estudiantes presentaron grados elevados de estrés, lo que afectó el

rendimiento académico de los estudiantes. Concluyeron, la implementación de un programa de educación para mejorar las emociones en las Instituciones Educativas podría aminorar a desarrollar estrés académico (La Rosa & Ochoa, 2018). Otro estudio muestra que el bienestar psicológico en jóvenes expresa diferentes circunstancias que tienen en su forma de afrontar las experiencias vividas (Delgado & Tejada, 2020).

A nivel nacional, en estudios realizados, mencionan que la inseguridad, desesperanza y otras situaciones que vive el estudiante afecta su nivel de bienestar psicológico, y está estrechamente relacionada con el rasgo de personalidad. Estudios demostraron que el estrés, se presenta por las exigencias académicas que recibe el estudiante en el intento de realizar todos sus cumplidos, sumado a estas otras situaciones personales, familiares, sociales, en el afán de ser más eficientes que otros, dándose más en mujeres, lo que al final se altere su estado emocional (Arribasplata & Manosalva, 2022). Otro estudio muestra que encontraron niveles altos de estresores estudiantes de secundaria (Quispe, 2021).

En el contexto local, los estudiantes del 1er al 5to año del nivel secundario de la Institución Educativa Pública, del Distrito de Santa María de Chicmu, perteneciente a la Provincia de Andahuaylas, no son ajenos a esta problemática, debido a que muchos viven en situaciones de estrés por las exigencias académicas de las Instituciones Educativas y por sus docentes de las distintas materias, ya que otras demandan mayor exigencia académica, especialmente al momento de exponer trabajos, rendir exámenes orales y escritos, a esto se suma situaciones personales, familiares, sociales, económicas, más aún frente a la situación que se vive por la pandemia y el retorno de la educación a la presencialidad, esto hizo que muchos estudiantes no puedan mantener un adecuado bienestar psicológico. Finalmente, agrega que niveles moderados de estrés afectan el bienestar psicológico de los estudiantes (Turpo, 2020).

Muchos de ellos proceden de familias de muy bajos recursos económicos, haciendo que se auto sostengan, para culminar sus estudios, por ello vivencian desesperanza, otros esperan la culminación de clases e ir a trabajar a la capital o realizar actividades que les permita obtener ingresos económicos para su continuidad en sus estudios, reflejándose

en sus expresiones entre sus pares como "tendré que amanecerme haciendo las tareas" o "tendré que amanecerme estudiando o practicando para rendir el examen mañana" o "este fin de semana no iré a trabajar, si no saldré reprobado". También se pudo observar que muchos estudiantes no se sienten motivados en algunas materias, por la mayor exigencia que demanda y terminan con un alto grado de estrés.

Del mismo modo se observa que, en el afán de exigirse y querer ser el mejor académicamente dentro del aula, esto, muchas veces ocasiona conflictos entre ellos, que al final se convierten en estresores, reflejándose por sus reacciones físicas, emocionales, comportamentales, sociales dentro y fuera del aula, que los conlleva a que su bienestar psicológico se vea afectado. El director, mencionó que las Instituciones Educativas no cuenta con un profesional psicólogo, y las actividades que se requiera realizar, se coordina con el Centro de Salud, pero esto no es suficiente, por la demanda poblacional que atiende, y solo cuentan con un personal en dicho nosocomio.

Finalmente, el estudio fue un acercamiento a la realidad problemática entre bienestar psicológico y estrés académico de los alumnos, en vista que existen pocos estudios a nivel local.

2.2 Pregunta de investigación general

¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?

2.3 Preguntas de investigación específicas

P.E.1: ¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y factor biológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?

P.E.2: ¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y factor psicológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?

P.E.3: ¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y factor sociocultural en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?

P.E.4: ¿Cuál es la relación entre autoaceptación y estrés académico en estudiantes de 12 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?

P.E.5: ¿Cuál es la relación entre relaciones positivas y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?

P.E.6: ¿Cuál es la relación entre autonomía y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?

P.E.7: ¿Cuál es la relación entre dominio del entorno y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?

P.E.8: ¿Cuál es la relación entre propósito de la vida y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?

P.E.9:

¿Cuál es la relación entre crecimiento personal y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?

2.4 Objetivo General

Determinar la relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023.

2.5 Objetivos específicos

O.E.1: Determinar la relación entre bienestar psicológico y factor biológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

O.E.2: Determinar la relación entre bienestar psicológico y factor psicológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

O.E.3: Determinar la relación entre bienestar psicológico y factor sociocultural en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023

O.E.4: Determinar la relación entre autoaceptación y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

O.E.5: Determinar la relación entre relaciones positivas y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

O.E.6: Determinar la relación entre autonomía y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

O.E.7: Determinar la relación entre dominio del entorno y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023

O.E.8: Determinar la relación entre propósito de la vida y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023

O.E.9: Determinar la relación entre crecimiento personal y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023

2.6 Justificación e importancia

El estudio se justificó bajo los siguientes apartados. (Hernández, Fernandez y Baptista, 2014).

Justificación teórica: Analizó y sistematizó la recopilación de información valiosa en situación real, los resultados que se obtuvieron dieron a conocer, cómo se relacionan las variables entre sí, cuál es su grado de estrés académico, como el estrés académico afecta su bienestar psicológico y que estrategias emplea para afrontar, desde el enfoque psicológico los estudiantes de la institución educativa de la provincia de

Andahuaylas, lo que contribuyó a ampliar el conocimiento teórico, ya que existe escasos estudios en el contexto escolar, más aún en estos tiempos de COVID-19

Justificación metodológica: La investigación persiguió un enfoque cuantitativo de nivel básico, descriptivo correlación-transversal, las herramientas aplicadas contaron con una estandarización, validez, confiabilidad antes de ser aplicadas, lo que garantizó a la contrastación de los resultados que se obtuvieron en dicho estudio, dando un aporte metodológico argumentativo en la contribución científica para próximos estudios.

Justificación práctica: Permitió conocer la relación que existe entre las variables de estudio, así también los resultados que se obtuvieron son referentes en las próximas investigaciones, por los escasos estudios encontrados en el contexto educativo, dando así un aporte a la sociedad científica en estos tiempos de pandemia del COVID-19.

Justificación social: Los resultados que se consiguieron, tuvo una contribución social, académica por los beneficios que aportaron en los estudiantes de la institución educativa, lo que permitió programar talleres para disminuir los niveles de estrés académico, y potenciar su bienestar físico, emocional, y social por medio del uso adecuado de herramientas para afrontar su día a día.

Importancia

La importancia de apreciar el bienestar psicológico con el estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023 radica en que, si los estudiantes expresan el sentir positivo acerca de sí mismo en su día a día, lo cual es muy indispensable para que se puedan convertir en adultos que desarrollen habilidades necesarias para que puedan afrontar las dificultades que puedan presentarse en su vida cotidiana. Desde el punto de vista del estudiante, ayuda a identificar las posibles causas que puedan provocar un estrés académico para poder tomar decisiones referidas al desarrollo de sus habilidades individuales para ser atendidos en su momento en busca

de la mejora de la calidad de su bienestar psicológico, personal y académica del estudiantado

2.7 Alcances y limitaciones

Alcances

El alcance del presente estudio, a nivel investigativo se ubica en el tercer nivel, correlacional que tuvo como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023, con la finalidad de conocer la relación entre bienestar psicológico y estrés académico. Dicho estudio fue viable ya que se tuvo la aceptación del director de la Institución Educativa, con el fin de recolectar las muestras, por medio de los dos instrumentos válidos y fiables.

Limitaciones

Las limitaciones se dieron por los insuficientes estudios que se presentaron a nivel del contexto escolar, en ambas variables para fundamentar los antecedentes, sin embargo, se tuvo otros estudios en contextos educativos en universitario a nivel nacional e internacional, el cual permitió cubrir los vacíos de la investigación.

Otra limitación que se tuvo fue a nivel de la escala de la variable estrés académico, donde se encontró poca información, lo que dificultó para realizar la discusión y comprobación de resultados. Dicho vacío se cubrió con otros resultados de otras escalas que se usaron a nivel de dichas variables.

III. MARCO TEÓRICO

3.1 Antecedentes

Internacionales

Matos, et al. (2022) en su estudio “Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de secundaria, San Salvador”, el objetivo de dicho estudio fue “determinar la relación entre estrés académico y bienestar universitario de los estudiantes del nivel secundaria”. Metodología, fue cuantitativo, descriptivo correlacional, muestra 272 estudiantes, utilizaron el “Inventario Sistemático Cognoscitivista del estrés académico -SISCO SV-21” por Barraza (2018) y el “Cuestionario de Bienestar Psicológico BIEPS-J P” por Casullo (2002). Resultados, se encontró niveles altos de estrés académico en mujeres a comparación de los varones que fueron niveles medios y muy bajos. Conclusiones, se encontró una baja relación entre las variables, siendo las mujeres que presentan niveles muy bajos en las dos variables de estudio.

Saldaña et al. (2020) en su artículo sobre “Bienestar psicológico, estrés y factores psicosociales en trabajadores de instituciones gubernamentales de Jalisco-México”, el objetivo de dicho estudio fue “analizar la relación entre bienestar, estrés en una institución gubernamental de Ciudad Guzmán, Jalisco-México”, fue cuantitativo, no experimental, de diseño correlacional, con una muestra 121, se utilizó la “Escala de Carol Ryff (1989) adaptada por Van Dierendonck (2004) para medir el bienestar psicológico”; y el “instrumento FRPS (NOM-035-STPS) por Campa (2018) en la versión adaptada por Almirall, et al. (2018)”. Los resultados arrojaron una asociación entre el BP y los factores de relaciones sociales del estrés, concluyendo que afirmaron que existe una correlación inversa entre las variables en estudio.

Delgado y Tejada (2020) su estudio “Bienestar psicológico en estudiantes universitarios latinoamericanos”, el objetivo de dicho estudio fue “Caracterizar las investigaciones publicada del 2012 hasta la actualidad sobre bienestar en estudiantes universitarios de Latinoamérica”. El estudio fue cualitativa-descriptiva, con diseño no experimental, la muestra estuvo conformada por 20 artículos publicados entre los años 2013 al 2018 de

revisión narrativa. Resultados, el 90 % de los estudios utilizaron una metodología descriptiva, los instrumentos más utilizados fueron la Escala de Ryff (1989), la Escala BIEJ-s. Conclusión; estuvo centrado en el bienestar psicológico de los jóvenes universitarios y las diferentes circunstancias que incidan su forma de afrontar las experiencias vividas.

Valerio & Serna (2018) en su revista “Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario Social Networks and Psychological Well-Being of College Students, México” en dicho estudio tuvieron como objetivo “Explorar la posible asociación entre bienestar psicológico de los jóvenes universitarios y la intensidad de uso de las redes sociales (Facebook)”. Su estudio fue cuantitativo de alcance exploratorio, con una muestra de 200 estudiantes. Los instrumentos aplicados fueron: “Escala de Bienestar Psicológico (EBP) y el cuestionario IURS de patrones de uso de una red social (Facebook)”. Resultado, se encontró una puntuación media en cuanto al bienestar psicológico (70.82 percentil). Concluyendo que se encontró una asociación negativa entre el número de horas diarias que los estudiantes dedican a Facebook y el bienestar psicológico subjetivo (-.241).

García et al., (2018) en su estudio denominado “Efectos del Programa Creciendo Fuertes sobre el bienestar psicológico y autoeficacia generalizada en adolescentes: estudio preliminar, Uruguay”, el objetivo de dicho estudio fue “dar a conocer el diseño, ejecución y determinación de los efectos preliminares de un programa basado en las fortalezas del carácter”. Metodología, Diseño cuasi experimental de estudio pre-post test con un solo grupo, en una muestra de 24 alumnas de nivel secundario, los instrumentos utilizados fueron la encuesta sociodemográfica, la escala de bienestar psicológico de PERMA (Solar,2016). Resultados; se encontró un incremento significativo de los niveles de BP y autoeficacia generalizada antes y después de aplicar la prueba. Conclusión, se encontró una correlación estadística significativa entre la virtud del coraje, autoeficacia generalizada y bienestar psicológico.

Nacionales

Arribasplata y Manosalva (2022) en su estudio “estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca” el objetivo de dicho estudio fue “determinar la

relación entre estrés académico y el bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca”. El estudio fue cuantitativo, de nivel descriptivo correlacional, con diseño no experimental, estuvo conformado por 50 alumnas, se aplicaron el Inventario SISCO para medir el estrés académico “de Jabel (2017) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff”. Resultados, encontraron niveles bajos de estrés académico. El bienestar psicológico presentó niveles regulares. Concluyeron que se encontró una relación directa entre las variables en estudio.

Cáceres y Miranda (2022) en su tesis “Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la provincia de Chiclayo” el objetivo de dicho estudio fue “determinar la relación entre estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la provincia de Chiclayo”. Su estudio tuvo un enfoque cuantitativo, correlacional-no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 358 estudiantes. Los Instrumentos aplicados fueron el SISCO y la Escala de Bienestar Psicológico. Resultados encontrados: Se evidenció una correlación inversa entre las variables en estudio ($r = -.369$). Concluyeron que se encontraron niveles medios en cuanto al bienestar psicológico y niveles bajos de estrés académico.

Turpo (2020), en su estudio, “Estrés académico en el bienestar psicológico en tiempos de pandemia en estudiantes de secundaria de un colegio particular Cusco, 2020” el objetivo de dicho estudio fue “determinar la influencia del estrés académico en el bienestar psicológico en tiempos de pandemia en estudiantes de secundaria de un colegio particular Cusco, 2020”, con enfoque cuantitativo, de tipo básico, nivel explicativo, diseño no experimental de corte transversal, la muestra fue de 109 estudiantes del nivel secundario, el instrumento fue el Inventario SISCO del estrés académico y la Escala Bienestar Psicológico “Ryff, adaptada al Perú por M. Cubas, 2003”. Resultados; en cuanto al estrés académico, se encontró: un nivel moderado. Bienestar Psicológico; se halló niveles altos. Concluye afirmando que existe una relación significativa entre las variables en estudio.

Maximiliano et al, (2019) en su estudio, “Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes del sexto grado de educación primaria de la institución educativa N°33346 San Antonio de Warpoj, Pachitea 2018” el objetivo de dicho estudio fue “determinar la relación entre bienestar psicológico y el aprendizaje en estudiantes del sexto grado de educación primaria de la institución educativa N°33346 San Antonio de Warpoj, Pachitea 2019”. Metodología, el estudio fue correlacional, de diseño no experimental, con una muestra de 12 estudiantes, se utilizó el test de bienestar psicológico de Riff. Resultados, en cuanto a las dimensiones todas se encontraron en niveles regulares, llegando a la conclusión que existe una correlación positiva y moderada entre variables de estudio (0,420) con valor de ($p = 0,00$).

La Rosa y Ocho (2018) en su tesis “Estrés y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de Sococ-Ayacucho-2018” el estudio tuvo como objetivo conocer el grado de relación entre las variables en estudio. El diseño fue correlacional, con una muestra de 36 escolares, como instrumento para el estrés académico de Serón y la ficha de análisis documental según MINEDU. Resultados; el 69 .4% presentaron medianamente significativos de estrés, los resultados presentaron una correlación directa y moderada (0.417) concluyendo que un nivel alto de estrés está asociado de manera directa a un rendimiento bajo.

Locales

Orotuma (2022) en su tesis desarrollada “Dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años en un distrito de Imperial Cañete 2022” tenía como objetivo determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico. El estudio fue de tipo básica No experimental, con 232 participantes, las herramientas utilizadas fueron la Escala de dificultades de regulación emocional y la escala de bienestar psicológico. En cuanto al bienestar psicológico, el 47% mostraron niveles pocos adecuados de bienestar psicológico. La relación entre variables demostró una correlación significativa ($< 0,05$) de tipo negativa moderada (-0,601) entre las dos

variables. Conclusión, sugiere que a medida que aumentan las dificultades en la regulación emocional, disminuye el bienestar psicológico.

Tasayco (2022) en su estudio “Relación entre estrés académico y felicidad en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de chincha, 2020”. Tuvo como propósito establecer la relación entre el estrés académico y los niveles de felicidad. Esta investigación adoptó el tipo descriptivo correlacional, utilizando un diseño no experimental de corte transversal. La muestra incluyó a 141 estudiantes, los instrumentos fueron el Inventario SISCO SV-21, y la Escala de Felicidad. Los resultados evidenciaron un puntaje obtenido de 0,011, el cual fue menor que el coeficiente teórico de $\alpha=0,05$, indicando así la existencia de esta relación. Los resultados arrojaron que 76.6% presentaron niveles moderados, 15.6% niveles severos y solo 7.8% presentaron niveles leves. Por lo tanto, se concluye que en esta variable predomina a nivel moderado.

Tubilla (2022) en su estudio “Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de secundaria - chincha 2022” tuvo como objetivo determinar la relación entre estrés académico y procrastinación, el tipo de estudio fue básico -correlacional, no experimental, con una muestra de 142 participantes. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Estrés académico y la Escala de Procrastinación académica. Los resultados revelaron en cuanto al estrés académico, que un 66.2% mostraron un nivel moderado, seguido del 23.3% que experimentó un nivel severo y el 10.6% experimentó un nivel leve. Llegando a la conclusión, que no existe correlación entre variables y que las variables son independientes y no tienen influencia mutua.

3.2 Bases teóricas

3.2.1 Bienestar Psicológico

Definición

Se define como la valoración subjetiva de la persona, donde enuncia el sentir, pensar de sí mismo. Así también de su nivel de satisfacción con referencia a lo que hizo o es capaz de realizar, desde un enfoque subjetivo (Turpo, 2020).

Es un proceso que se logra de la interacción del individuo y el escenario que se genera a su alrededor, que está en función al pensamiento de valoración que puede tener el individuo de forma positiva o negativa a aspectos cognoscitivos y emocionales (Ryff, 1989).

Características

Ryff menciona las siguientes características del bienestar psicológico (Caceres & Miranda, 2022).

- **Humanidad:** Para perfeccionar nuestro bienestar y promover calidad de vida, relaciones interpersonales es necesario ser sensible, empático y afecto hacia las personas.
- **Positivismo:** Sentirse que uno no ha fracasado, frente a las adversidades que atraviesa, es ser positivo.
- **Influencia:** Las personas influyentes, siempre estarán dispuestos a tomar dominio de su entorno, con el fin de mejorar la situación para él y los demás, sin manipular, ni ser perjudicial.
- **Autoestima:** define que “la aceptación, autoconocimiento, autovaloración y autocuidado”, son indicadores esenciales que todo individuo debe poseer para lograr sus objetivos propuestos.

Finalmente, afirman que una comunicación adecuada entre las personas, los buenos hábitos y una actitud positiva son también particularidades de un buen bienestar psicológico, que admite sacar beneficios frente a una circunstancia.

Perspectiva histórica

Los primeros estudios sobre el Bienestar Psicológico surgieron hace aproximadamente cuatro décadas como respuesta a la falta de atención hacia la investigación de individuos con un funcionamiento mental adecuado. En ese momento, la mayoría de los investigadores se centraban en comprender y explicar las deficiencias que una persona podría tener, así como en esclarecer los aspectos patológicos que las causaban. También se esforzaron por demostrar que era posible reparar a la persona. A medida que se daban cuenta de que las personas felices superaban significativamente a las infelices, surgió un mayor interés en explorar temas

relacionados con la felicidad. A continuación, se presenta un resumen de su historia: (Luna et al., (2020).

Enfoque inicial en la patología: Hasta mediados del siglo XX, la Psicología se centraba principalmente en el estudio de las enfermedades mentales, los trastornos psicológicos y las deficiencias emocionales. La mayor parte de la investigación y la atención clínica se dedicaban a comprender y tratar estas condiciones.

Cambio de perspectiva en la década de 1950: A partir de la década de los cincuenta, hubo un cambio gradual en la perspectiva de la psicología. Los psicólogos comenzaron a darse cuenta de que no bastaba con eliminar los problemas psicológicos para que una persona fuera realmente feliz y funcional, lo que hizo que surgiera la idea de que el mero "no estar enfermo" no era suficiente para medir el bienestar psicológico.

Desarrollo de la Psicología Positiva: En la década de los noventa, Martin Seligman, uno de los fundadores de la psicología positiva, propuso que la psicología debía centrarse no solo en la eliminación de los problemas, sino también en el fomento de aspectos positivos como la felicidad, la satisfacción con la vida, el optimismo y la gratitud. Este enfoque dio lugar a un cambio significativo en la atención de la psicología hacia el estudio del bienestar y la calidad de vida.

Evolución de la investigación: A partir de la psicología positiva, se desarrollaron numerosos modelos y teorías para comprender el bienestar psicológico. Se empezaron a investigar factores como el flujo (estado de máxima concentración y disfrute en una actividad), la resiliencia, la autoestima, la autenticidad y la conexión social, entre otros.

Aplicaciones prácticas: El estudio del bienestar psicológico no se limita a la investigación académica. Mas bien se ha convertido en un campo aplicado en terapia, coaching, educación y gestión empresarial. Las intervenciones para mejorar el bienestar, como la terapia cognitivo-conductual positiva y el entrenamiento en habilidades de afrontamiento, se han vuelto cada vez más populares.

Medición del bienestar: Se han desarrollado diversas escalas y cuestionarios para medir el bienestar subjetivo, la satisfacción con la vida y otros aspectos relacionados. Estas herramientas permiten a los

investigadores y profesionales evaluar y comparar el bienestar en diferentes poblaciones y contextos.

En resumen, se podría mencionar que la historia del bienestar psicológico ha reflejado un cambio importante dentro de la psicología, desde un enfoque centrado en la patología hacia un enfoque más amplio que incluye la promoción del bienestar y la calidad de vida. Este cambio ha tenido un impacto significativo en la forma en que se comprende y aborda la salud mental y emocional en la actualidad.

Teorías sobre el bienestar psicológico

Existen diversas teorías sobre la variable en estudio (Maximiliano et al., 2019).

a. Teoría del Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico de Carol Ryff (1989)

Ryff desarrollo un cambio multidimensional en el desarrollo del bienestar psicológico, teniendo como propósito integrar las demás perspectivas en un solo constructo coherente. También criticó los estudios sobre satisfacción, donde enfatiza que se ha considerado al bienestar psicológico como la ausencia de la enfermedad psicológica y se dejó del lado la multidimensionalidad del constructo, es aquí donde menciona que el bienestar psicológico es identificado con la emocionalidad positiva y la ausencia de emociones negativas, por ello elabora un modelo que explica el bienestar psicológico, de un modo factorial, sosteniendo que un adecuado funcionamiento, produce emociones positivas, agradables y saludables, y señala que de aquí mantenerlas optimas o débiles en cada una de ellas. Este cambio fue progresivo que tuvo como finalidad identificar las relaciones existentes del pensamiento positivo, es aquí que con estos antecedentes en 1989 construye un instrumento para medir dicho constructo.

En el 2002 Keyes menciona que este modelo surge por buscar puntos de convergencia de las dimensiones a estudiar, agrega retos que afrontan las personas en el intento por lograr la autorrealización. Ryff & Singer (2008) mencionaron que el bienestar psicológico es visto desde

otros contextos “social, familiar e individual”. Papalia, Wendkos & Duskin (2001) precisaron que es muy fundamental enfatizar en etapas muy tempranas para promover un buen crecimiento personal y está relacionado con las ventajas y desventajas que se presentan en la vejez (Maximiliano et al., 2019).

Así también señala que el bienestar psicológico se relaciona con el esfuerzo de alcanzar metas, convirtiéndose en objetivos necesarios para lograr y tener en claro a donde uno debe seguir, esto hace que las personas sean más consientes para lograr la satisfacción y el crecimiento de la autoestima personal (Ordoñez, 2018).

Del mismo modo, refiere que el bienestar psicológico varía según edad, sexo y la cultura. La edad menciona que es una dimensión que tiene como propósito el crecimiento personal y que disminuye de acuerdo a la edad en que aumenta, mientras la dimensión del entorno, las relaciones positivas aumentan. Mientras, la autoaceptación no revelo discrepancias, esto hace que sea un componente evolutivo (Delgado & Tejada, 2020).

b. Modelo de tres vías de Seligman

En el 2000 mencionó que existe tres componentes para experimentar la felicidad: a). La vida placentera, es desarrollar emociones positivas; b). La vida comprometida, es lograr metas optimas, por medio de refuerzos personales; c) La vida significativa, son de trascendencia para lograr metas en la vida. Así también Seligman, (2003) consideran que la vida comprometida y significativa son base en el logro del bienestar de la persona (Maximiliano et al., 2019).

Factores que influyen en el bienestar psicológico

Existen muchos factores que pueden perjudicar el bienestar psicológico de los individuos, entre ellos tenemos a: (Maximiliano et al., 2019).

Vulnerabilidad y exclusión: Influye en el bienestar psicológico de los individuos, por ende, su salud física será afectada. Del mismo modo refiere el no participar socialmente, económicamente, políticamente y culturalmente en grupo tienen a ser excluidos repercutiendo en la salud psicológica de los individuos.

Inadecuadas estrategias de afrontamiento: Pueden provocar manifestaciones físicas, emocionales y sociales en los estudiantes.

Las habilidades sociales, creencias religiosas, inadecuados estilos y hábitos de vida, las influencias en las relaciones interpersonales y los patrones de personalidad, ocasionan cambios físicos, psicológicos y sociales en los individuos.

Mientras Infante y Fernández (2012) menciona que las personas sedentarias, son propensas a preocupaciones con pensamiento depresivo-ansioso, donde su salud y su calidad de vida es afectada. También enfatiza que los individuos con ansiedad y depresión no perciben sus habilidades y destrezas que poseen y como consecuencia afectará su actividad cotidiana, académica y sociales.

Dimensiones

Ryff (1989) en su modelo Multidimensional menciona que el bienestar psicológico, tiene las siguientes dimensiones.

- a. Autoaceptación:** toma de base el autoconocimiento, con la finalidad de poseer una actividad positiva, conducta adaptativa, afectividad personal. Del mismo modo, se ocupa de la evaluación que ejecuta acciones verdaderas y perjudiciales de la persona con relación al presente y pasado, lo que ayudara como determinante en la autoestima. También menciona, que una persona con una elevada aceptación tendrá actitudes positivas frente a diferentes situaciones, incluida los negativos.
- b. Relaciones positivas:** Está enfocada en el bienestar de los demás, como amistades seguras, cálidas, empatía elevada, con capacidad de percibir la afectividad de otros. Así también, menciona que amar es trascendental para la prevención de manifestaciones físicas, psicológicas del individuo (Ryff & Singer, 2008). Mientras, que, si un individuo se relaciona poco, se aísla de los demás, desarrolla frustración, presenta dificultades en conservar sus amistades.
- c. Autonomía:** Para Maslow (1962), es la valoración de la liberación y regulación interna, para lograr la felicidad. Casullo (2002) menciona que las decisiones asertivas mantienen independencia y ayuda a auto gestionar. Erickson (1963) destaca, que esta destreza se debe de

aprender en la infancia. Mientras Vázquez (2006) agrega que se debe reforzar la autonomía en el ambiente familiar a lo largo de la vida por las personas más cercanas. Deci y Ryan, (2000) describe que se relaciona con el bienestar psicológico, por identificarse de forma consiente, esto hace que tome un nivel adecuado de autonomía. Finalmente, Ryff (2013) agrega que repercute en las manifestaciones fisiológicas de manera positiva, y a disminuir el estrés.

- d. Dominio del entorno:** Ryff (1989) refiere que es una habilidad, que busca elegir ambientes semejantes a los rasgos personales, a los propios intereses, exigencias, oportunidades, satisfacer las necesidades personales. Jahoda (1958) considera, que es un componente clave en la salud mental.
- e. Crecimiento personal:** Erikson, (1983); Ryff, (1989) consideran la más importante, por estar relacionada directamente con la autorrealización. Enfatizan desarrollar potencialmente esta dimensión, para la obtener habilidades, competencias para el desarrollo del crecimiento de las personas.
- f. Propósito de vida:** Casullo (2002) manifiesta, que está relacionada con metas y proyectos de vida. Mientras Erickson (1983) agrega que estos logros pasan por una modificación en cada etapa de desarrollo, por lo que dependerá de las experiencias que vivenció.

Perspectiva epistemológica.

La perspectiva epistemológica del bienestar psicológico se refiere a cómo se ha construido el concepto de bienestar desde una perspectiva de la teoría del conocimiento, es decir, cómo llegamos a comprender, medir y promover el bienestar psicológico. Aquí hay algunas consideraciones desde esta perspectiva.

También implica la creación de definiciones y marcos conceptuales para el bienestar psicológico. Los psicólogos y teóricos desarrollaron modelos y teorías que ayudaron a comprender qué es el bienestar psicológico, cómo se manifiesta y cuáles son sus componentes, así también el desarrollo de los instrumentos de medición que ayudan al investigador a cuantificar y evaluar diferentes aspectos del bienestar psicológico. Del

mismo modo para conocer cómo ha evolucionado el conocimiento a lo largo del tiempo con las nuevas teorías que surgieron y como se han integrado a otras disciplinas para poder enriquecer su comprensión.

Desde una perspectiva clínica se enfoca en la adquisición de la evaluación y aplicación del conocimiento relacionado con el bienestar mental y emocional a través de su formación académica, su experiencia clínica y la comprensión de las teorías, modelos y enfoques de tratamientos hacia el individuo que ayudan a comprender, abordar y mejorar los problemas relacionados con el bienestar psicológico de las personas por medio del abordaje de la psicoterapia basadas en la evidencia y en un enfoque ético.

Perspectiva filosófica

Desde esta perspectiva, se cuestiona qué significa realmente estar "bien" desde el punto de vista psicológico, esto hace que se debata si el bienestar es una experiencia subjetiva u objetiva o la combinación de ambos. Los filósofos pueden explorar las diferencias entre el bienestar hedónico (centrado en la búsqueda del placer y la ausencia de dolor) y el bienestar eudaimónico (centrado en el florecimiento humano y la autorrealización).

Mientras la ética y moralidad del bienestar se pregunta sobre las implicaciones éticas del bienestar psicológico, los que dan lugar a discusiones sobre la moralidad de las acciones que promueven el bienestar y cómo se deben equilibrar los intereses individuales y colectivos, desde la autonomía, se pregunta si una persona puede considerarse verdaderamente "feliz" si su bienestar está condicionado por factores externos o si la verdadera felicidad implica la capacidad de tomar decisiones autónomas y vivir de acuerdo con los valores personales.

También desde la perspectiva filosófica del bienestar psicológico, se centra en la reflexión y la exploración de cuestiones fundamentales relacionadas con la naturaleza, el significado y la ética del bienestar mental y emocional. Del mismo modo profundiza las cuestiones fundamentales relacionadas con la naturaleza, la ética y la significación del bienestar mental y emocional. Finalmente, contribuye a la discusión y la reflexión,

mostrando comprensión de cómo perseguir y valorar el bienestar en la vida humana.

3.2.2 Estrés académico

Definición

Es una molestia que los estudiantes presentan a consecuencias de molestias físicas, emocionales (Quispe, 2021).

Es afrontar situaciones de exigencias académicas que tienen los estudiantes, frente a tareas o exámenes de las distintas competencias, haciendo uso de las diferentes herramientas de afrontamiento con las que cuenta, con la finalidad de superar el estrés académico, para poder así mejorar su desempeño del alumno, y si no logra superar, su salud física será afectada, por ende, su desempeño académico, su motivación disminuirá. (Arribasplata & Manosalva, 2022)

Selye, en 1956 menciona que “el estrés académico, es una respuesta adaptativa del organismo. Mientras Barraza (2003) refiere que es un proceso sistémico, que se da en los estudiantes de forma adaptativa y psicológica por las que es sometido en las diversas tareas académicas que tiene de las diversas asignaturas (Luna et al., 2020).

Perspectiva histórica

El estrés académico a lo largo de varias décadas ha estado evolucionado, principalmente en los últimos años en el contexto educativo. La década de los 50 hasta los 60, durante este período, hubo una creciente conciencia sobre el estrés académico, pero no se le prestó tanta atención como en épocas posteriores. Los enfoques educativos tendían a ser más rígidos y disciplinados, lo que generó presión en los estudiantes.

En la década de los 70, el estrés académico comenzó a estudiarse más sistemáticamente, se reconoció que las altas expectativas académicas, la competencia y la presión por el rendimiento estaban contribuyendo al estrés entre los estudiantes. La psicología empezó a investigar los efectos del estrés en el rendimiento académico y la salud mental.

En la década de los 80, la competencia en la educación y la globalización, hizo que haya un aumento en los niveles de estrés académico. Los estudiantes se enfrentaron a una mayor presión para obtener buenas calificaciones y ser cada vez más competitivo. Se prestaron más atención a las estrategias de afrontamiento y la prevención del estrés en el ámbito educativo.

La década de 90 y 2000, el crecimiento de Internet y la tecnología hicieron que surjan nuevas fuentes de estrés académico relacionadas con la sobrecarga de información y la dificultad para desconectar del trabajo escolar. También se enfatizó en la importancia de la salud mental y el equilibrio entre la vida académica y personal.

La década de 2010 en adelante: En esta época, el estrés académico se ha vuelto más visible y se implementaron políticas y programas para abordar en las instituciones educativas. La conversación pública sobre la salud mental de los estudiantes aumentó, y se han establecido recursos de apoyo y servicios de asesoramiento en muchas escuelas y universidades.

A partir de 2020, el impacto mundial de la pandemia COVID-19 generó una nueva dimensión en la perspectiva histórica del estrés académico. El cambio a la educación en línea, la incertidumbre sobre el futuro y las preocupaciones de salud mental aumentaron significativamente el estrés entre los estudiantes.

Se podría resumir, mencionando que desde la perspectiva histórica del estrés académico muestra cómo ha evolucionado la comprensión y la atención al estrés relacionado con la educación a lo largo de las décadas. Desde una preocupación inicial hasta un enfoque más consciente en la salud mental y el equilibrio entre la vida académica y lo personal, la perspectiva histórica refleja los cambios en la sociedad y la educación que han influido en los niveles y la percepción del estrés académico.

Teorías sobre el estrés académico

a) *Modelo conceptual multidimensional del estrés Barraza (2006)*

Riveros (2021) menciona que está basado en la teoría general de sistemas y la teoría transaccional del estrés, quienes lo catalogan

“como un estado psicológico condicionado por los estresores, indicadores del desequilibrio y el sistema de afrontamiento”. Refieren que es un componente estructural y considera al estudiante como centro de esta manifestación.

b) Teoría psicosocial

Fernández et al, (2003) mencionaron que se ocupa de ver los factores psicosociales que afectan al momento del manejo y adaptación cuando se enfrentan a una situación difícil en lo académico el estudiante. Está sometido a periodos estresantes, por las exigencias académicas, a desafíos y retos en especial en épocas de exámenes, trabajos o tareas de las diversas materias, muchas veces experimentan agotamiento, falta o poco interés para estudiar y que puede llevarle al estudiante (Luna et al., 2020).

El apoyo social está constituido como un factor protector que tiene efectos positivos para elevar la resistencia de las personas ante una situación difícil, crisis personal, adaptación, enfermedad, entre otras. En el ámbito académico, refiere que el apoyo social, actúa como un potencial en el logro y satisfacción del desempeño académico de los alumnos, por el apoyo que reciben de las personas que la rodean y los recursos que le brindan, lo cual sirve de soporte emocional “sentirse compartida y respetada” (Saldaña et al., 2020).

El conjunto de actividades académicas propias de la universidad, que constituye una importante fuente de estrés y ansiedad para los estudiantes y pueden influir sobre su bienestar físico/psicológico, y en el despliegue de conductas saludables. De allí que brindar ayuda y entrenamiento para que esta población aprenda a manejar las situaciones de estrés cotidianas y pueda permitir mejorar sus condiciones de salud, tanto física como mental, así como su rendimiento académico (Espinosa et al., 2020).

Síntomas del estrés académico

Los síntomas del estrés están asociados a diversos aspectos tales como: sociales, fisiológicos, psicológicos, etc. (Espinosa et al., 2020).

- **Social:** son generadores que provocan bajos niveles en el rendimiento académico y laboral.
- **Fisiológico:** son los que provocan síntomas psicosomáticos en la persona como: “problemas de corazón, incremento en la sangre, aumento de peso, entre otros”.
- **Psicológico:** son estados emotivos que presenta los individuos como; angustia, inaguantable con los demás, derrotada por sus complicadas dificultades.
- **Conductual:** Presentan falta para realizar sus actividades, se sienten incapaces para comunicarse en grupo, se muerden las uñas constantemente, tendencia a discusiones, risa nerviosa, tics nerviosos, somnolencia o mucha necesidad de dormir.
- **Cognitiva:** Presentan dificultades para concentrarse, disminución para poder razonar y resolver problemas, dificultad en la memorización.

La Rosa y Ochoa, (2018) hace referencia a dos tipos de reacciones.

- **Manifestaciones físicas:** Son inquietudes que altera la función normal de los órganos internos del estudiante tales como “molestias a nivel muscular, dificultad para respirar, alteraciones en la piel, entre otros”.
- **Manifestaciones psicológicas:** Son actitudes desfavorables que los estudiantes presentan y que muchas veces conlleva a que afecten algunos en su proceso de aprendizaje.

Quispe, (2021) refiere que existe presencia de algunas molestias como “negación, aislamiento, ansiedad, miedo, depresión, ira, adicciones, cambios de personalidad, culpabilidad, autoinmolación, cargas excesivas de trabajo”, que ocurre como consecuencia de cambios de hábitos en la vida personal como “higiene, arreglo personal, falta de concentración, trastorno de sueños, etc.”.

Tipos de estrés

Iniesta (2016) citado en Quispe (2021) mencionan que hay dos tipos de estrés.

- **Episódico:** Caracterizado por ser de corta duración, esporádica, con daño perjudicial, que se pueden extender en tiempo, los que darán posteriormente a un estrés crónico.
- **Crónico:** Es el resultado prolongado de los factores estresantes, los que dan lugar al estrés laboral episódico, siendo una situación compleja que muchas veces ocasiona secuelas graves a mediano y largo plazo.

Yupanqui y Cajamarca, (2019) mencionan que el estrés académico se clasifica en:

- **Estrés leve**, es el más frecuente, aparece por el reclamo del pasado, las exigencias, la presión anticipada hacia el futuro cercano. Un estrés leve es adecuado para el organismo en pequeñas dosis, caso contrario puede resultar agotador.
- **Estrés moderado**, los individuos toman por su propia iniciativa frente a esta situación que le aqueja, induce a “irritabilidad, mal humor, ansiedad, tensión, las relaciones con los demás se afecta, hay hostilidad sin ningún motivo, etc.”
- **Estrés severo**, es muy agobiante y desgastador para los individuos que las padece, por no encontrar una solución frente a sus problemas, muchas veces por presiones que recibe, deteriorando, aspectos físicos, pensamientos, cognición, entre otras.

Fases del estrés

Yupanqui y Cajamarca (2019) menciona tres fases.

- **Reacción de reacción o alarma;** es cuando el individuo con estrés, expone conductas que perturban de manera perjudicial a los miembros familiares, que muchas veces logran que en sus vidas se sea algo común y que le ayude a pasar a la próxima etapa.
- **Resiliencia o adaptación;** la persona ejecuta diversas actividades que le ayude a dominar el estrés con el fin de sentirse bien y si no fuera así, pasará a la siguiente etapa.
- **Agotamiento;** en esta etapa el cuerpo, sigue firme en vencer frente a las adversidades y cuando esta no sucede, queda consecuencias perjudiciales.

La forma de definir el estrés, no establece el estímulo estresor y las consecuencias que muchas veces pueden dejar en el organismo.

Factores del estrés académico

Está asociada a diversos estímulos o factores que se da en el contexto académico, muchas de estas demandas académicas establecen la manera de cómo afronta el estudiante.

La Rosa y Ochoa, (2018) la clasifica en tres factores o dimensiones, los que serán motivos de estudio.

- **Factores biológica;** son cambios que se dan en el organismo, como resultado de los factores generadores del estrés, como “sexo, edad, enfermedad, accidentes, otros”, afirman que las mujeres son más generadoras de estrés por el lado emocional que tienen a comparación de los varones que expresan en su conducta y el equilibrio que tiene en su vida personal para tomar decisiones.
- **Factores psicológicos;** son particularidades del temperamento, que cuando se desencadena el estrés, produce daño psicológico como “sentimientos de inferioridad, falta de control en situaciones problemáticas, temor, inseguridad, ansiedad, depresión, dificultad de concentración, memoria, entre otros”. Del mismo modo Dávalos menciona que las propensas frente a esta enfermedad son “individuos que son agresores, irritables, impulsivos, entre otros, porque su medio donde se desenvuelve está de problemas, conflictos muchos interiorizan el estrés, se distinguen por ser “pasivos, son distantes, buscan aprobación de los demás, sumisos, conformistas, entre otros.”
- **Factores socioculturales;** congrega a los ambientes físicos, sociales, y cultural donde se desenvuelve el individuo que puede ser familia, colegio, trabajo, clase social, migración los que contribuirán al estrés. Dentro del factor social, está “el grupo humano, hacinamiento, conflictos, etc.”

Dentro del factor cultural, tenemos a la “preparación académica, cambios de hábitos y costumbres”, el estrés está constituida por la sobrevaloración subjetiva en función sobre las capacidades de tolerancia frente al estímulo

del estrés, intensidad. Enfatiza, que el contexto familiar y/o laboral, las responsabilidades, presiones académicas son generadores de estrés.

Consecuencias del estrés académico

Yupanqui y Cajamarca (2019) clasifica en.

- **Fisiológicas:** Monzón en el 2007 menciona que existe “presencia de niveles elevados de la presión arterial, dificultades respiratorias, cambios en la vigilia”.
- **Psicológicas:** Mendiola en el 2010, refiere que sus consecuencias son a largo plazo, provocan “tristeza, malestar, disminución de la autoestima, falta de habilidades sociales entre otras”. Finalmente, enfatiza que estas secuelas, afecta de manera negativa en lo académico, pero si el estudiante es capaz de afrontar, hará que haya un equilibrio adecuado.

3.3 Marco conceptual

- **Bienestar psicológico.** Menciona, que es proceso de encaminar hacia las mejoras de las habilidades y crecimiento personal, se puede valorar lo positivo-negativo del bienestar psicológico de una persona (Yataco, 2019).
- **Autoaceptación;** cuando el individuo mantiene un equilibrio se siente con aprobación física y emocional, pero si estas disminuyen suelen no estar conformes de sus rasgos personales, sienten que les falta algo, haciendo que exista incomodidad (Yataco, 2019).
- **Relaciones positivas;** es cuando la persona establece vínculos afectivos con las demás, basadas en el desarrollo de sus habilidades sociales que posee (Yataco, 2019).
- **Autonomía;** hace referencia al desarrollo de sus habilidades sociales como “la libertad, seguridad emocional”, lo que ayudara a la reducción de la angustia en la resolución de conflicto, no dejándose influir por otros (Yataco, 2019).
- **Dominio del entorno;** es cuando la persona ha logrado conseguir armonía con los demás, con cordialidad, tranquilidad, y es capaz de

influir para llevarlo a sus necesidades. Pero cuando esto no sucede así, afectará su calidad de vida (Yataco, 2019).

- **Propósito de vida;** aquí se determina mediante metas, flexibles que puedan lograr y conseguir complacencia hacia sí mismo, la frustración debe ser mínima (Turpo, 2020).
- **Crecimiento personal;** es la superación de sí mismo, acorde a sus posibilidades, con la finalidad de reforzar sus capacidades, teniendo presente que proviene de un desarrollo y madurez del individuo (Turpo, 2020).
- **Estrés;** es la reacción fisiológica, psicológica y conductual del cuerpo por una sobre carga de estresores, los que pueden generar negativamente en la salud física (La Rosa & Ochoa, 2018).
- **Factor biológico;** Serón (2006) está en función a la edad y el sexo, cobrando mayor relevancia en las mujeres por su afectividad, y que el equilibrio que logre en su vida dependerá del grado de madurez de su vida (La Rosa & Ochoa, 2018).
- **Factor psicológico;** Serón (2006) menciona que esta referenciada a los rasgos de personalidad, aquí se ubican los que no pueden interiorizar sus problemas y que para salir de este cuadro es necesario aislarse (La Rosa & Ochoa, 2018).

IV. METODOLOGÍA

4.1 Tipo y Nivel de investigación

Por su naturaleza; el estudio fue de enfoque cuantitativo, debido a que se comprobó la hipótesis planteada para dar respuesta a la causa-efecto (Hernández et al., 2014).

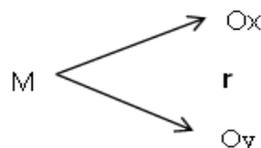
El tipo de estudio es “básica prospectiva”. Tipo de investigación centrada en el descubrimiento de nuevos conocimientos y la comprensión de fenómenos fundamentales en un área particular de estudio, tiene como finalidad explorar las teorías existentes, donde buscara prever tendencias o posibles desarrollos futuros al campo de estudio (Arthur, 2009).

El nivel de estudio, fue correlacional, porque, se comprobó la existencia o no entre bienestar psicológico y estrés académico de los estudiantes (Hernández et al., 2014).

4.2 Diseño de investigación

Es No experimental, descriptivo correlacional de corte transversal. **No experimental**; porque no fue manipulado por el investigador, luego se analizó en un contexto natural. **Descriptivo**; porque permitió detallar los eventos tal como se presentaron. **Correlacional**; porque se estableció el grado de relación entre el bienestar psicológico y el estrés académico en un contexto particular. **Transversal**; la recolección de la muestra se ejecutó un solo momento y tiempo. (Hernández et al., 2014).

La fórmula es la siguiente.



Dónde:

M = Muestra

Ox= Observación de la 1ra variable

Oy = Observación de la 2da variable

r = Niveles de las variables concurrentes

4.3 Hipótesis general y específicas

Hipótesis general

Ha: Existe relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023

Ho: No existe relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

Hipótesis específicas

H.E.1: Existe relación entre bienestar psicológico y factor biológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

H.E.2: Existe relación entre bienestar psicológico y factor psicológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

H.E.3: Existe relación entre bienestar psicológico y factor sociocultural en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

H.E.4: Existe relación entre autoaceptación y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

H.E.5: Existe relación entre relaciones positivas y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023

H.E.6: Existe relación entre autonomía y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023

H.E 7: Existe relación entre dominio del entorno y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

H.E.8: Existe relación entre propósito de la vida y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023

H.E.9: Existe relación entre crecimiento personal y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública.

4.4 Identificación de las variables

Las propiedades son consideradas variables por que se pueden medir, son valiosas dentro de la investigación en relación a otras variables que causan cambios y pueden ser responsables de influir en la problemática (Hernández et al., 2014).

Identificación de las variables

Variable 1. Bienestar psicológico

Dimensiones:

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

Variable 2. Estrés académico

Dimensiones:

- Factor biológico
- Factor psicológico
- Factor sociocultural

4.5 Matriz de Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
BIENESTAR PSICOLÓGICA	Es una actividad psíquica del individuo y la forma de adaptarse a las diferentes necesidades que se vincula con creencias o vivencias pasadas que pueden ser emocionales o de manera cognitiva que pueden ser positivas o negativas teniendo la capacidad de acomodarse a situaciones diferentes, pero con tolerancia (Ryff & Keyes, 1995)	Se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Las dimensiones son: Autoaceptación (Ítems:1,7,8,11, 17,25,34); Relaciones Positivas (Ítems:2, 13, 16, 18, 23, 31, 38); Autonomía (Ítems:3,5,10,15,27); Dominio del Entorno (Ítems:6,19,26, 29,32,36,39); Propósito en la vida (Ítems:9,12,14, 20,22,28,33,35) y Crecimiento personal (Ítems:4,21,24, 30,37) con una escala tipo Likert.	D1: Autoaceptación	Historia de mi vida Seguridad personal Cosas para cambiar Gusto personal Decepción de logros Orgullo personal Relaciones positivas Pocos amigos Pocos me escuchan	Nominal
			D 2: Relaciones positivas	Amistades Más amigos Pocas relaciones cercanas Confianza en amigos	
			D3: Autonomía	Expresar opiniones Evaluación en mi vida Preocupación Juicio personal Influencias externas Confianza al opinar Dificultad para opinar Cambio de decisiones	
			D4: Dominio del entorno	Dirigir mi vida Modo de vida Responsabilidad Depresión Manejo de responsabilidades Sentimiento	
			D5: Propósito de la vida	Planes para el futuro Me siento bien con el pasado y el futuro Clara dirección	

				Poca claridad en la vida Formación general Formación profesional	
			D6: Crecimiento personal	Mejoras personales Conformismo personal Desafíos Pensamiento Desarrollo personal Proceso continuo	

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
ESTRES ACADÉMICO	sostiene que el estrés es la respuesta ante situaciones no muy favorables que permita el desenvolvimiento adecuado de la persona; es decir, es un trabajo excesivo en cualquier actividad y repercute en la actitud como cambios bruscos de temperamento. (La Rosa y Ochoa, 2018)	Se usará el cuestionario sobre estrés académico elaborado por Nancy Cerrón, adaptado por La Rosa y Ochoa, (2018) constituido por tres dimensiones con una escala tipo Likert donde 2= Siempre 1= A veces 0= Nunca	D1: Factor Biológico	Enfermedad Edad Trastornos fisiológicos	Ordinal
			D2: Factor Psicológico	Inseguridad Inferioridad Temor	
			D3: Factor sociocultural	Ingreso económico Relación familiar Aspecto académico	

4.6 Población – Muestra

Población

Conjunto de individuos que habitan en un solo lugar, pueden ser individuos, organizaciones, comunidades, etc., sujetas a ser observables como objeto de estudio (Carrasco, 2013).

El presente estudio estuvo conformado por alumnos entre 13 a 17 años de una Institución Educativa Pública perteneciente a la provincia de Andahuaylas, haciendo un total de 120 estudiantes, que serán extraídos de la nómina de matrícula.

Muestra

Es la porción de los integrantes pertenecientes a los caracteres procedentes del universo, que cumplen particularidades de validez (Arias, 2012).

La muestra estimada fue por medio de la ecuación finita, utilizando la siguiente fórmula.

$$n = \frac{NZ^2 pq}{(N - 1)d^2 + Z^2 pq}$$

Cálculo de la muestra: Remplazando la fórmula

$$n = \frac{120 (1.96)^2 \cdot (0.5)(0.5)}{(120 - 1) \cdot (0.05)^2 + (1.96)^2 \cdot (0.5)(0.5)}$$

$$n = \frac{(120) (3.8416) (0.25)}{(120)(0.0025) + (3.8416)(0.25)}$$

$$\frac{115.248}{(0.3) + (0.9604)}$$

$$n = \frac{115.248}{1.2604}$$

$$n = 91.437$$

$$n = 91 \quad \text{“estudiantes redondeando”}$$

Donde.

n= tamaño de la muestra

N= población o universo

Z= nivel de confianza

p= probabilidad a favor

q= probabilidad en contra

e= error muestral

La muestra estuvo constituida por 91 estudiantes de la Institución educativa del nivel secundario de la Provincia de Andahuaylas. Estas fueron recolectadas de fuentes primarias, previo consentimiento informado a los padres y/o apoderados y estudiantes, así también previa solicitud de permiso y aceptación de la I.E., se tuvo cuidado y se promovió el bienestar integral de los participantes, cuidando el anonimato. También se mantuvo el respeto y la defensa de los principios de autonomía, justicia, respeto y defensa de los participantes.

Muestreo

Debe ser acorde al pensamiento del que investiga y responde a aspectos de comodidad (Behar, 2008)

El estudio tuvo un muestreo probabilístico aleatoria simple (MAS) debido a que todos los alumnos presentaran la misma posibilidad de ser escogidos, puesto que los individuos que participaron de la investigación tuvieron la misma posibilidad a ser seleccionados, se eligieron de modo aleatorio utilizando la numeración de la nómina de aula.

Consideraciones éticas:

Se consideraron tres principios fundamentales explicados por (Alvarez, 2018).

Principios de justicia, fueron tomados como criterios para el tratamiento de los problemas planteados y estudiados a partir de su aplicación. De igual forma el **principio de autonomía**, es que los participantes de la investigación tienen plena determinación y voluntad de participar, mientras que el **principio de benevolencia** es el de una investigación exploratoria

a encaminar a proteger la integridad y la no malicia de los participantes. Los resultados no se utilizaron con fines personales ni para identificar al estudiante.

4.7 Técnicas e instrumentos de recolección de información

Técnica.

Es un procedimiento que se utiliza en una práctica determinada, que necesita destreza y se desarrolla con la experiencia, existen varios tipos de técnicas como la entrevista, la encuesta, etc., (Valderrama, 2018).

La técnica que se utilizó fue la encuesta: Una técnica, que nos proporcionó información como “opiniones, actitudes, comportamiento de personas”, se puede aplicar mediante un cuestionario, con la finalidad de comprobar la hipótesis de un problema (Behar, 2008). La información que se recolectó fue por medio de la encuesta, los que contribuyeron como recurso y estrategias metodológicas los que se realizaron en la recolección de datos.

Instrumento de medición

Es una herramienta, que permite obtener y comparar datos de objetos y fenómenos reales, y todo el proceso de comparación con los patrones definidos (Niño, 2011).

La herramientas que se utilizó fue el cuestionario; documento que consiste en recabar información “testimonios, opiniones, etc.” Los que nos ayudaron a la comprobación estadística de las hipótesis planteadas (Gómez, 2012).

El presente estudio utilizó los cuestionarios para medir el bienestar psicológico y estrés académico de los estudiantes, los que fueron de carácter anónimo por lo que se le pidió al encuestado responder con mucha sinceridad, previo consentimiento informado a los padres y estudiantes y el permiso de aceptación de la I.E. en mención.

A. Escala de Bienestar Psicológico

- Autor : Carolina Ryff (1989)
Adaptada al Perú : Renzo Felipe Carranza Esteban (2015)
Administración : Individual y colectiva
Tiempo : 25 minutos.
Ámbito de aplicación : Escolares de nivel secundario
Edad de aplicación : (13 a 17 años)
Campo de aplicación : Clínico, educativo e Investigación
Objetivo de la escala : Conocer los niveles de bienestar psicológico.

Descripción del instrumento

El inventario comprende 39 ítems, divididos en seis dimensiones

- ✓ Dimensión 1: Autoaceptación “6 ítem; del 1 al 6”
- ✓ Dimensión 2: Relaciones positivas (6 ítem, del 7 al 13)
- ✓ Dimensión 3: Autonomía (8 ítem, del 14 al 21)
- ✓ Dimensión 4: Dominio del entorno (6 ítem, del 22 al 27)
- ✓ Dimensión 5: Propósito de la vida (7 ítem, del 28 al 33)
- ✓ Dimensión 6: Crecimiento personal (6 ítem, del 34 al 39)

Calificación

La calificación del instrumento es de escala ordinal de tipo sumatorio, tipo Likert de 5 alternativas que va desde 1= Totalmente en desacuerdo; 2=En desacuerdo; 3= Ni de acuerdo ni en desacuerdo; 4= De acuerdo y 5= Totalmente de acuerdo.

Interpretación

Alto = 130 a 168

Promedio = 91 a 129

Bajo = 39 a 90

Validez:

Datos psicométricos (validación y fiabilidad)

La validación se determinó por medio de juicios de expertos con la finalidad de incorporar, depurar, dar sugerencias o sustento del contenido de los ítems del instrumento a medir, con el propósito de dar solidez, donde

los expertos dieron su veredicto de cumplimiento de validez de contenido. La confiabilidad total, se efectuó por medio de consistencia interna del Alpha de Cronbach arrojando una excelente confiabilidad (0.991) para 39 reactivos, los que nos dieron continuidad del estudio (Anexo 4).

Datos del instrumento original

El instrumento a utilizar fue creado por Carolina Riff (1989) cuya versión se dio en el 2004 y adaptada en su versión español por Díaz et al., (2006) por medio de un estudio no experimental que contó con 480 estudiantes a quienes se les aplicó la técnica de la encuesta.

La validación original fue determinada mediante un estudio piloto en 35 estudiantes adolescentes por cinco juicios de expertos por medio de validez de contenido, utilizando el Coeficiente V de Aiken de 39 preguntas dicotómicas. Donde se obtuvo un valor de 0.96 que indica alta validez y 0.80 como valor mínimo, determinándose que no era necesario eliminar ningún ítem tal como indica. La confiabilidad fue por medio de consistencia interna del Alpha de Cronbach 0.820 con altas correlaciones halladas entre las escalas de ambas versiones Autoaceptación (0,94); Relaciones positivas (0,98); Autonomía (0,96); Dominio (0,98); Crecimiento personal (0,92); Propósito en la vida (0,98)

Conclusión; Riff menciona que el bienestar psicológico en las personas tiene una condición mental y emocional en la actividad psíquica de las personas con respecto a su modelo individual y la forma de adaptarse a las necesidades intrínsecas y extrínsecas del contexto físico y social

Datos del instrumento adaptado

El instrumento fue adaptado en Perú por Renzo Felipe Carranza Esteban en un estudio de hecho en la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto el 2017 en una muestra piloto de 210 estudiantes en Villa el Salvador (68 varones y 134 mujeres). Las propiedades psicométricas indicaron que es válido y confiable, evidenciando que los resultados mostraron una alta confiabilidad, entre el bienestar psicológico en estudiantes.

Datos psicométricos en experiencias nacionales

Las escalas ha demostrado una elevada validez y confiabilidad en diversos estudios con muestras peruanas como, del mismo modo Turpo en el 2020 realizo un estudio no experimental en 109 estudiantes de un colegio particular en la ciudad de Cuzco, donde encontró que el Análisis Factorial Confirmado “Método de extracción: máxima verosimilitud, el Método de rotación: Normalización Oblimin con Kaiser”, empleando el programa AMOS 5.0 mostró una validez a través de la comparación de seis modelos diferentes y la consistencia interna de Alfa de Cronbach 0.830. Domínguez, (2014) en su estudio no experimental en una muestra de 160 estudiantes, mostró una validez por juicio de 5 expertos y un Alfa de Cronbach (0.867).

B. Cuestionario de Estrés Académico

Autor : Nancy Serón Cabezas
Lugar y año : Universidad Nacional Mayor San Marcos (2006)
Adaptada al Perú : Subybel La Rosa Candia (2018)
Genoveva Ochoa Tenorio (2018)
Administración : Individual y colectiva
Tiempo : 10 a 15 minutos.
Ámbito de aplicación : Escolares y Adolescentes (13 a 17 años)
Campo de aplicación : Clínico, educativo e Investigación
Objetivo de la escala : Conocer los niveles de estrés de escolares de nivel básico.

Descripción del instrumento

El inventario comprende 27 ítems, divididos en tres dimensiones

- ✓ Dimensión 1: Factor Biológico (5 ítem, del 1 al 5)
- ✓ Dimensión 2: Factor Psicológico (13 ítems, del 6 al 18)
- ✓ Dimensión 3: Factor sociocultural (9 ítems, del 19 al 27)

Calificación

La calificación del instrumento de escala ordinal de tipo Likert de tres alternativas que va desde Siempre (2) A veces (1) Nunca (0).

Interpretación

No significativo = 9 a 21

Medianamente significativo = 22 a 34

Significativo = 35 a 47

Datos psicométricos (validación y fiabilidad)

La validación se determinó por medio de tres jueces expertos con la finalidad de incorporar, depurar, dar sugerencias o sustento del contenido de los ítems del instrumento a medir, y dar solidez al instrumento, quienes dieron su veredicto en cuanto a la pertinencia, claridad y coherencia los que garantizaron la validez de contenido de las preguntas propuestas. La confiabilidad total, se efectuó por medio de consistencia interna del Alpha de Cronbach arrojando una excelente confiabilidad (0.962) para 27 reactivos, los que nos dieron la continuidad del estudio (Anexo 4).

Datos del instrumento original

El instrumento a utilizar fue creado por Nancy Serón Cabezas, quien realizó sus estudios en estudiantes de la Universidad Nacional Mayor San Marcos (2006), el estudio fue no experimental, en una muestra de 271 estudiantes, a quienes se les aplicó la técnica de la encuesta. Conclusión; Serón mencionó que el objetivo es identificar los factores estresantes de tipo biológico, psicológico y sociocultural del estrés académico.

La validación original fue determinada mediante un estudio piloto en 35 estudiantes adolescentes por medio de seis jueces expertos por medio de validez de contenido, utilizando el Coeficiente V de Aiken. La confiabilidad fue realizada por medio de consistencia interna del Alpha de Cronbach 0.840 mostrando una alta confiabilidad

Datos del instrumento adaptado

El instrumento fue adaptado en Perú por Subybel La Rosa Candia (2018) y Genoveva Ochoa Tenorio (2018) por la Universidad Cesar Vallejo, en una muestra piloto de 45 estudiantes. Las propiedades psicométricas indicaron que es válido y confiable, evidenciando que los resultados mostraron una alta confiabilidad en el estrés en estudiantes.

Datos psicométricos en experiencias nacionales

Arribasplata y Manosalva (2020) en su estudio piloto de 50 estudiantes en Cajamarca, encontraron una confiabilidad del instrumento mediante el estadístico Pearson ($R^2=-0,308$) con un nivel de significancia $p=0,030 < 0,05$. La validez fue por medio de tres jueces expertos quienes afirmaron la validez del instrumento por medio del Coeficiente V de Aiken. Quispe en el 2021 en su estudio de 96 estudiantes mostro una validez por tres jueces expertos quienes validaron el instrumento por medio de validez por contenido. La confiabilidad muestra 0.798 por medio de Alfa de Cronbach.

4.8 Técnicas de análisis y procesamiento de datos

Posterior a la recolección de la muestra, se realizó la organización, codificación y tabulación, para luego ser procesados en base de datos.

Para el análisis estadístico descriptivo, se emplearon tablas y figuras con sus respectivos porcentajes.

El análisis de datos inferenciales, se empleó la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov, posteriormente se tomó la decisión de utilizar el estadístico de Rho de Spearman para la contratación de hipótesis.

V. RESULTADOS

5.1 Presentación de Resultados

Análisis descriptivo de las variables

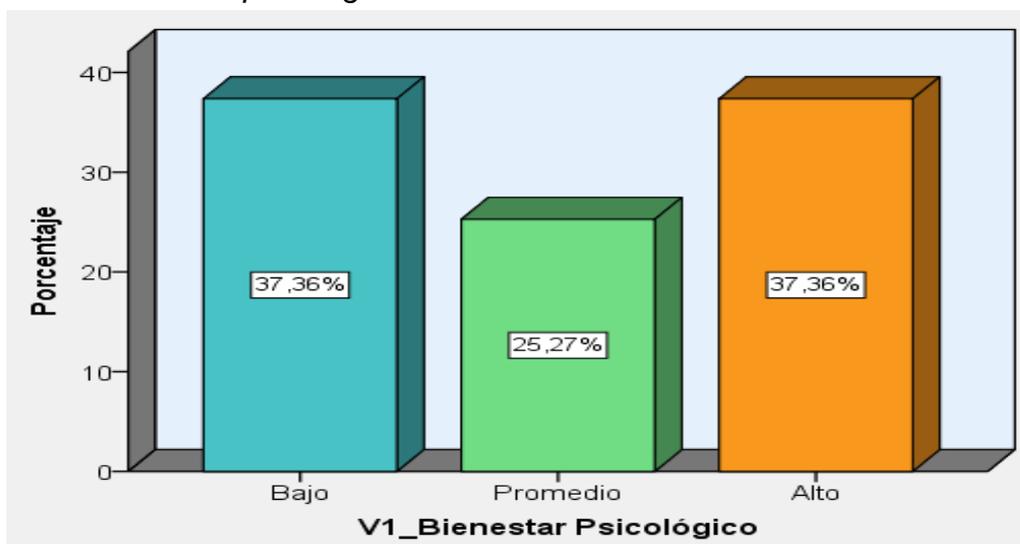
Tabla 1

Nivel Bienestar psicológico

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	34	37,36
Promedio	23	25,27
Alto	34	37,36
Total	91	100

Figura 1

Nivel Bienestar psicológico.



La Tabla 1 los encuestados evidencian 37,36% (34) niveles bajos y altos de bienestar psicológico, 25,27% (23) están con un nivel promedio.

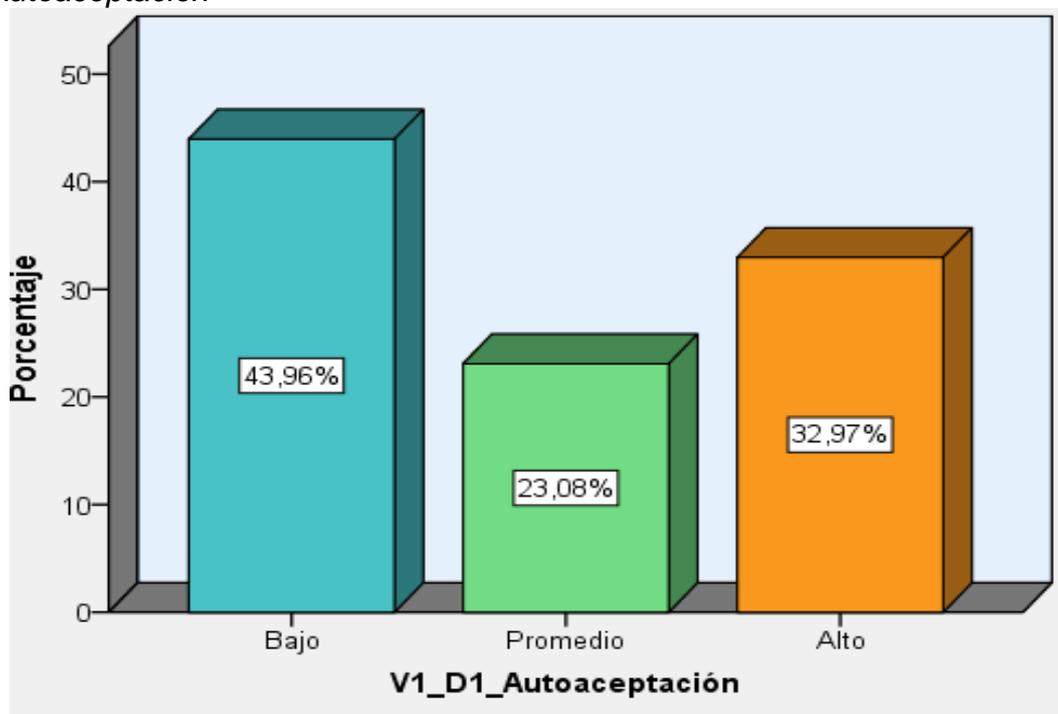
Tabla 2

Autoaceptación

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	40	43,96
Promedio	21	23,08
Alto	30	32,97
Total	91	100

Figura 2

Autoaceptación



La Tabla 2 los encuestados manifiestan 43,96% (40) estar con niveles bajos de autoaceptación 32,97% (30) tiene un nivel alto y 23,08% (21) muestran un nivel promedio.

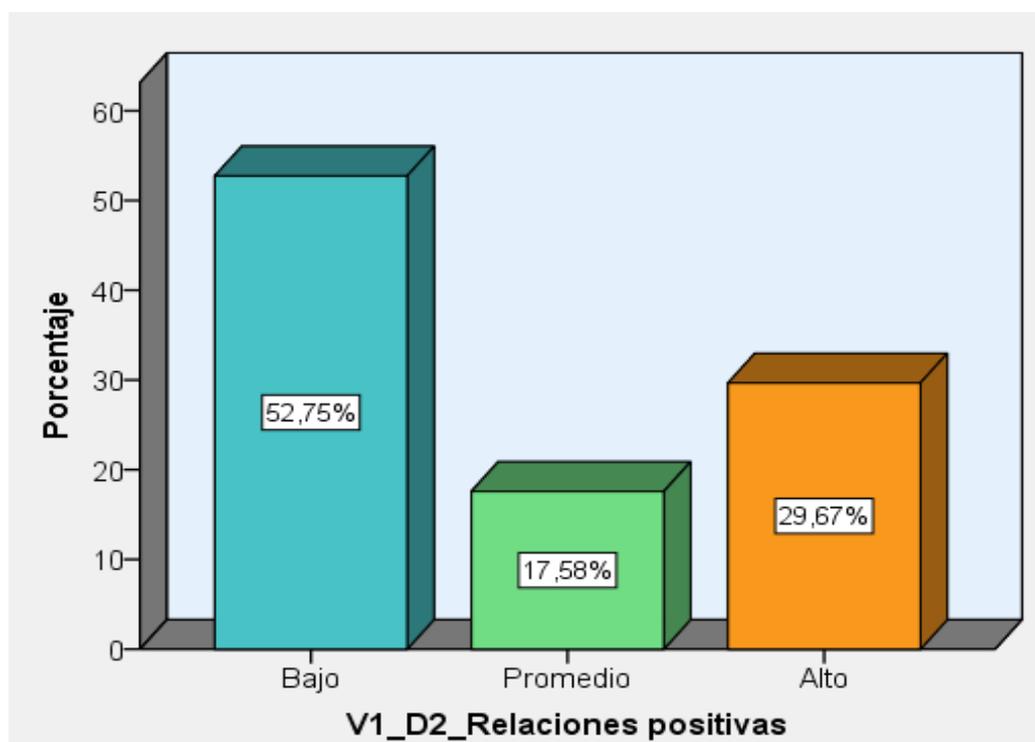
Tabla 3

Relaciones positivas

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	48	52,75
Promedio	16	17,58
Alto	27	29,67
Total	91	100

Figura 3

Relaciones positivas



La Tabla 3 de los encuestados evidencian 52,75% (48) un nivel bajo en sus relaciones positivas 29,67 (27) un nivel alto y 17,58% (16) un nivel promedio.

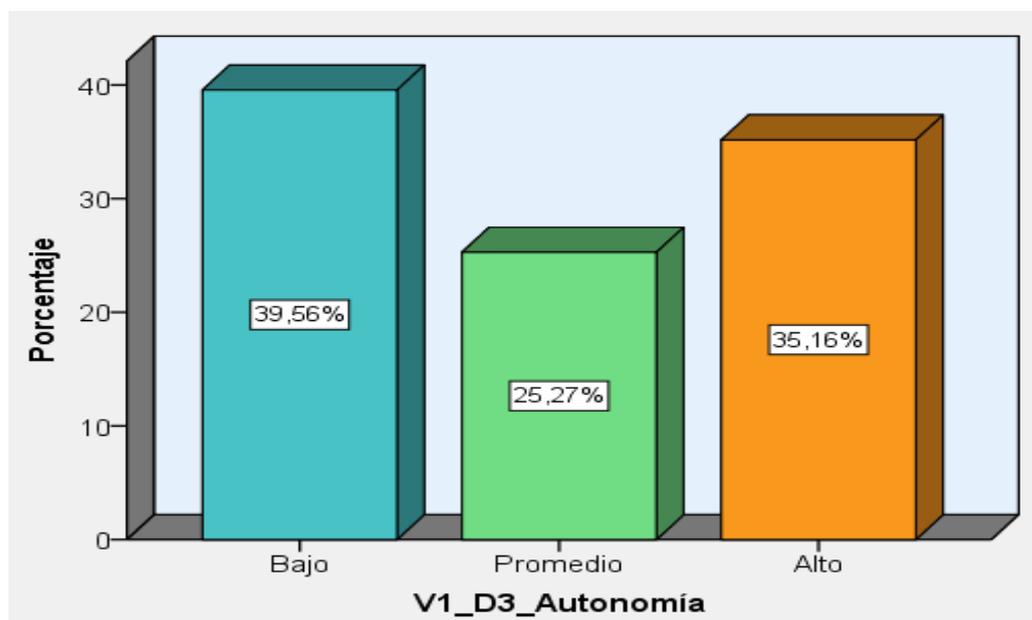
Tabla 4

Autonomía

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	36	39,56
Promedio	23	25,27
Alto	32	35,16
Total	91	100

Figura 4

Autonomía



La Tabla 4 los encuestados presentan 39,56% (36) un nivel bajo en su autonomía, 35,16 (32) niveles altos y 25,27% (23) un nivel promedio.

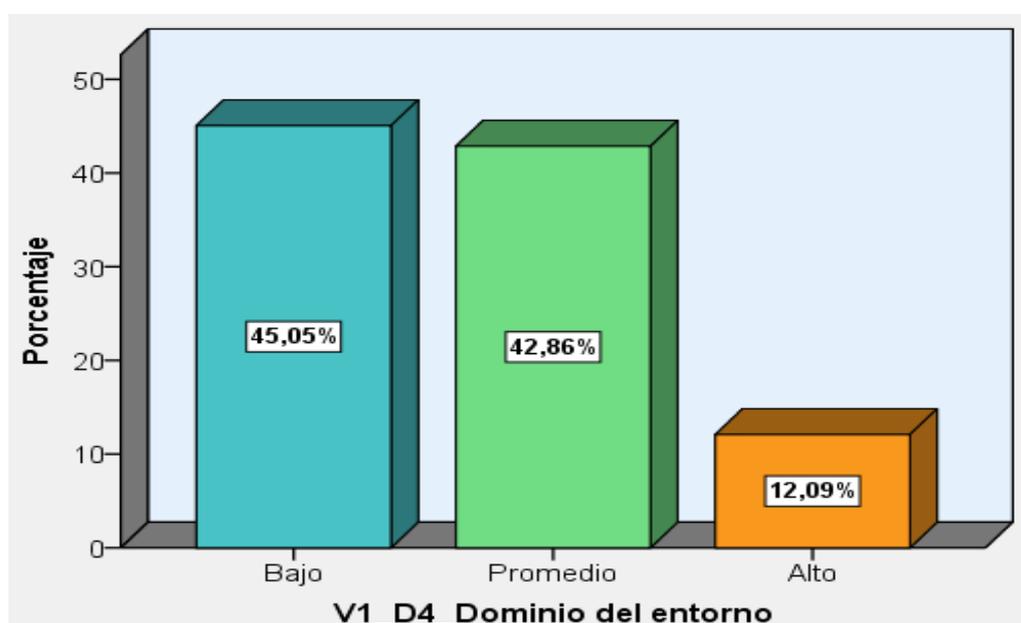
Tabla 5

Dominio del entorno

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	41	45,05
Promedio	39	42,85
Alto	11	12,09
Total	91	100

Figura 5

Dominio del entorno



La Tabla 5 ostenta que 45,05% (41) de los encuestados revelan niveles bajos en cuanto al dominio del entorno, 42,89 (39) con niveles promedios, finalmente 12,09% (11) presentan niveles altos.

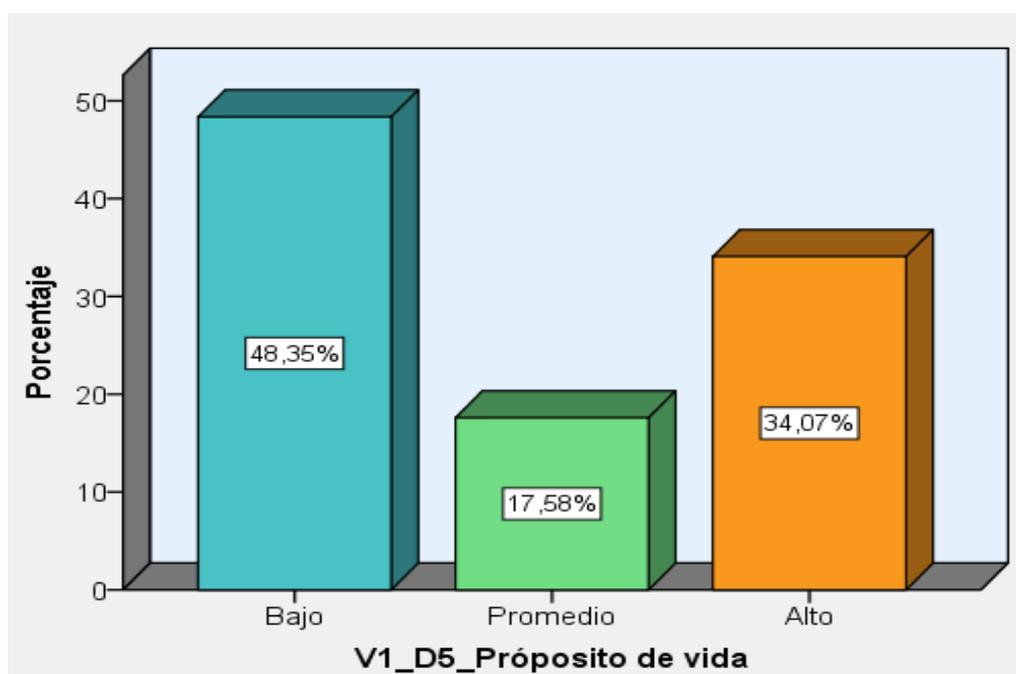
Tabla 6

Propósito de vida

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	44	48,35
Promedio	16	17,58
Alto	31	34,07
Total	91	100

Figura 6

Propósito de vida



La Tabla 6 ostenta que 48,35% (41) de los encuestados revelan niveles bajos en su propósito de vida, 34,07 (39) con niveles altos, finalmente 17,58% (16) tienen niveles altos.

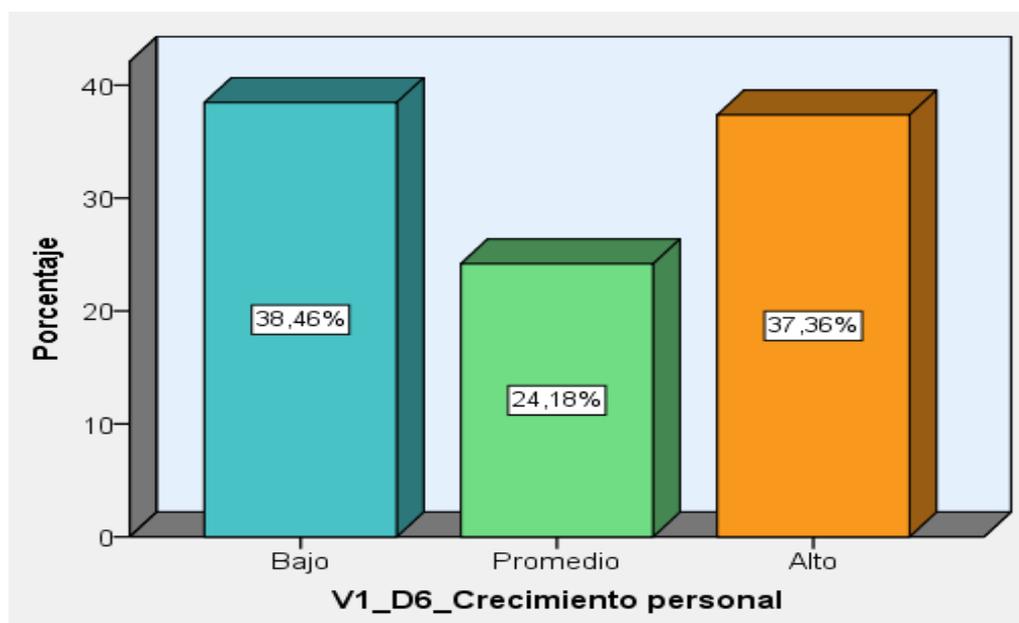
Tabla 7

Crecimiento personal

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	35	38,46
Promedio	22	24,18
Alto	34	37,36
Total	91	100

Figura 7

Crecimiento personal



La Tabla 7 ostenta que 38,46% (35) de los encuestados tienen bajos niveles de crecimiento personal, 37,36 (34) niveles altos, y 24,18% (22) nivel promedio.

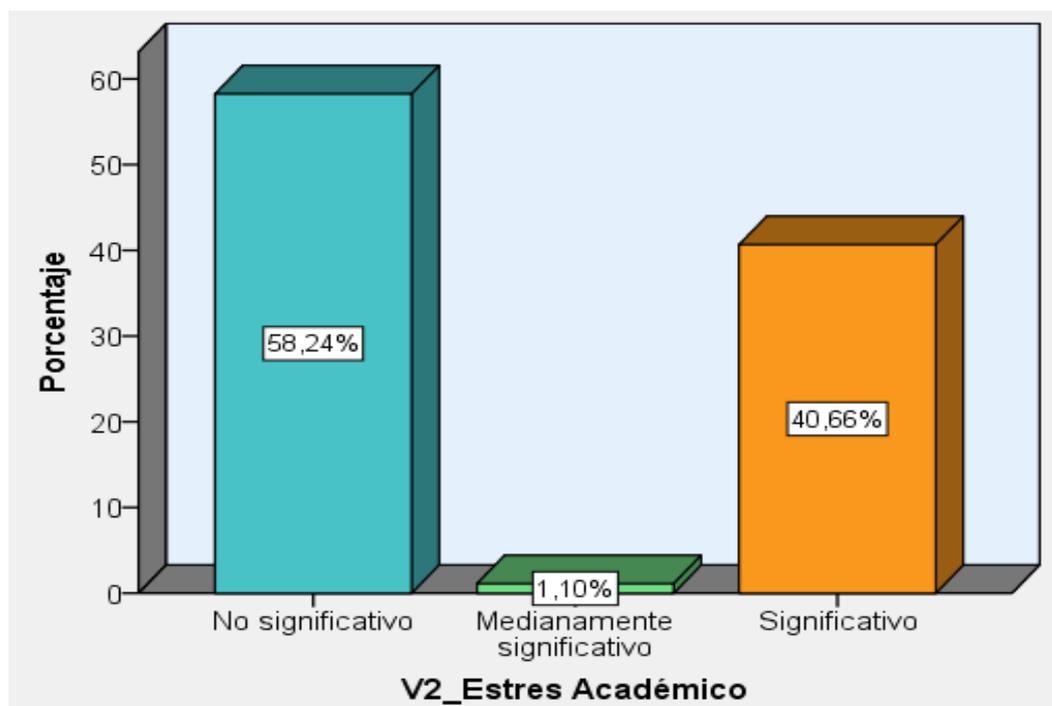
Tabla 8

Estrés académico

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No significativo	53	58,24
Medianamente significativo	1	1,10
Significativo	37	40,66
Total	91	100

Figura 8

Estrés académico



La Tabla 8 muestra que 58,24% (53) de los encuestados tienen un nivel no significativo de estrés académico, seguido de 40,66 (37) con nivel significativo, y 1,10% (1) medianamente significativos.

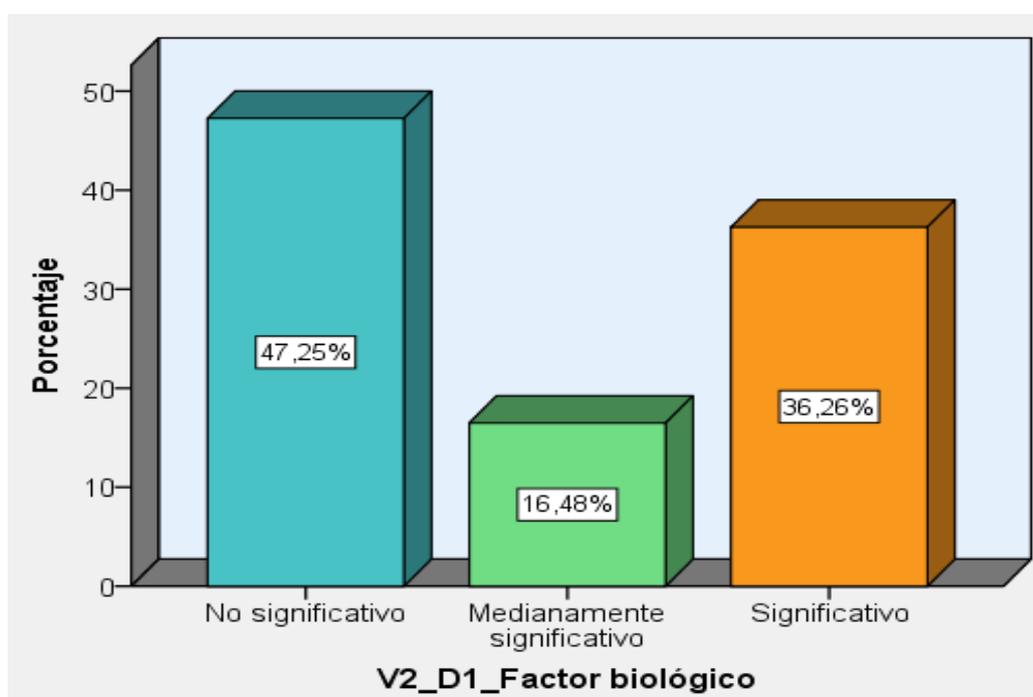
Tabla 9

Factor biológico

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No significativo	43	47,25
Medianamente significativo	15	16,48
Significativo	33	36,26
Total	91	100

Figura 9

Factor biológico



La Tabla 9 muestra que 47,25% (43) del estudiantado poseen niveles no significativos de estrés académico en su dimensión factor biológico, seguido de 36,25 (33) con un nivel significativo, y 16,48% (15) medianamente significativo.

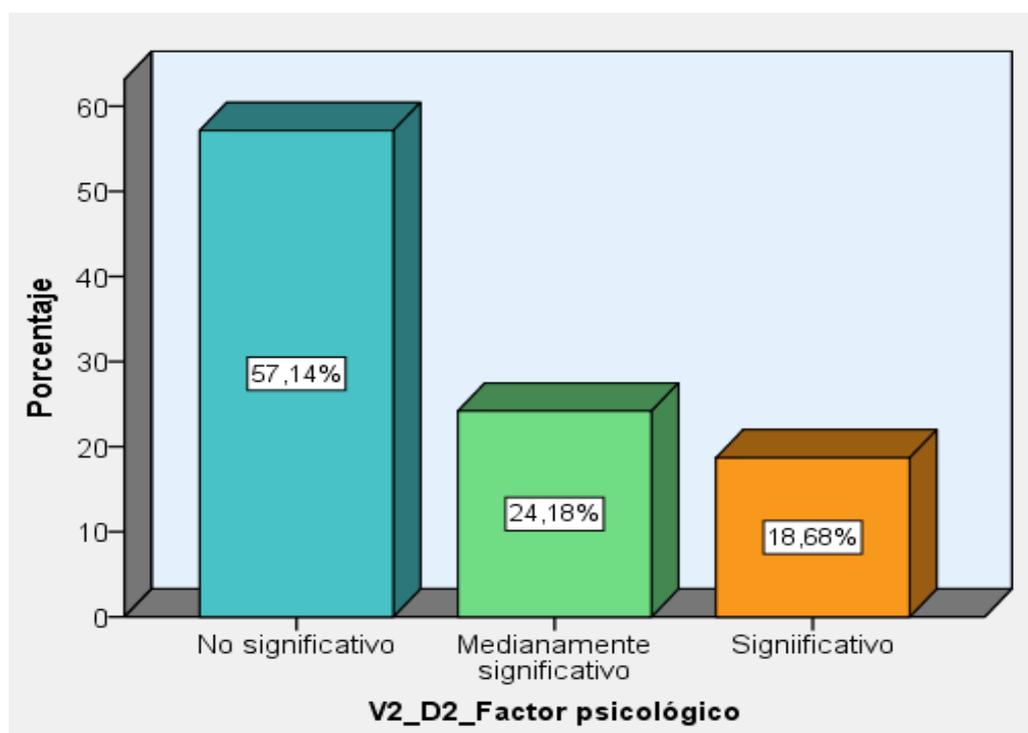
Tabla 10

Factor psicológico

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No significativo	52	57,14
Medianamente significativo	22	24,18
Significativo	17	18,68
Total	91	100

Figura 10

Factor psicológico



La Tabla 10 muestra que 57,14% (52) del estudiantado poseen niveles no significativos de estrés académico en su dimensión factor psicológico, seguido de 24,18 (22) con un nivel significativo, y 18,68% (17) medianamente significativo.

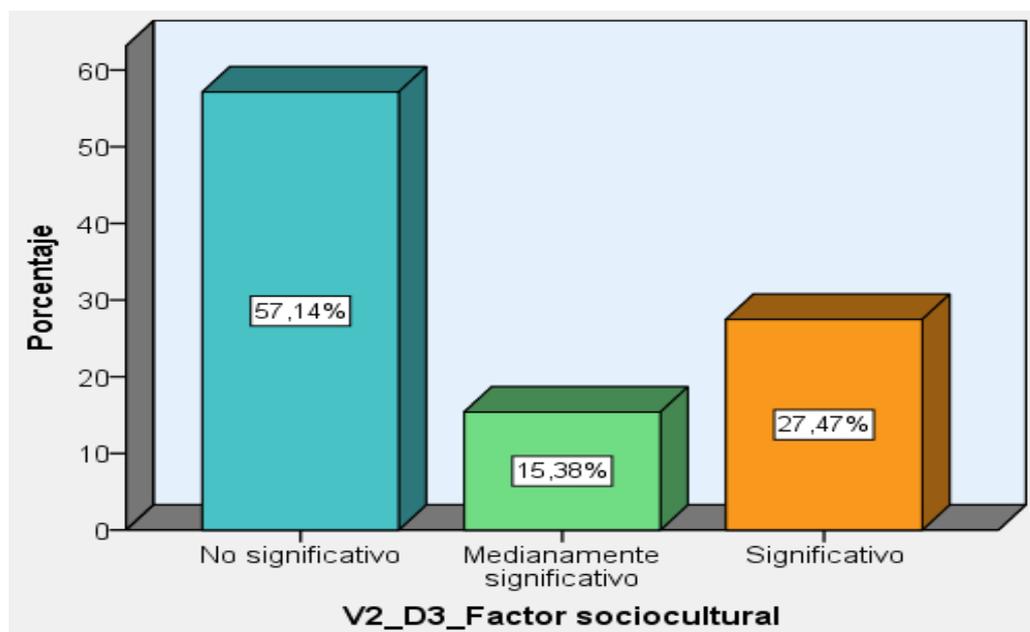
Tabla 11

Factor socio cultural

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No significativo	52	57,14
Medianamente significativo	14	15,38
Significativo	25	27,47
Total	91	100

Figura 11

Factor socio cultural



La Tabla 11 muestra que 57,14% (52) del estudiantado poseen niveles no significativos de estrés académico en su dimensión factor sociocultural, seguido de 27,47 (25) con un nivel significativo, y 15,38% (14) medianamente significativo.

Presentación de Tablas cruzadas

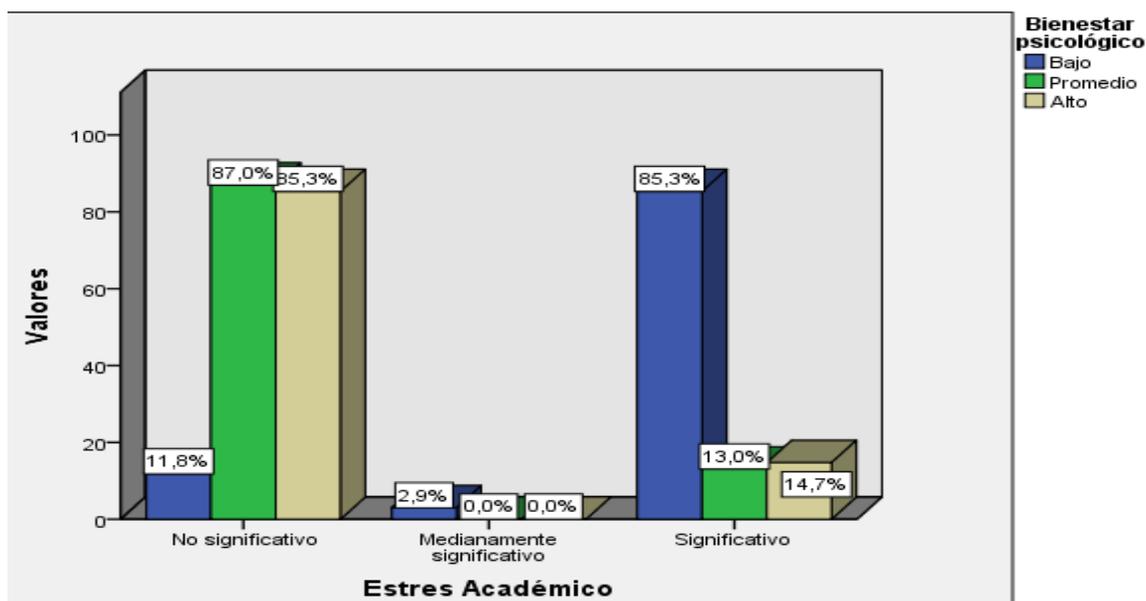
Tabla 12

Bienestar psicológico y estrés académico

		Estrés académico.			Total	
		No significativo	Medianamente significativo	Significativo		
Bienestar Psicológico	Bajo	n	4	1	29	34
		%	11.8%	2.9%	85.3%	100.0%
	Promedio	n	20	0	3	23
		%	87.0%	0.	13.0%	100.0%
	Alto	n	29	0	5	34
		%	85.3%	0.0%	14.7%	100.0%
Total		n	53	1	37	91
		%	58.2%	1.1%	40.7%	100.0%

Figura 12

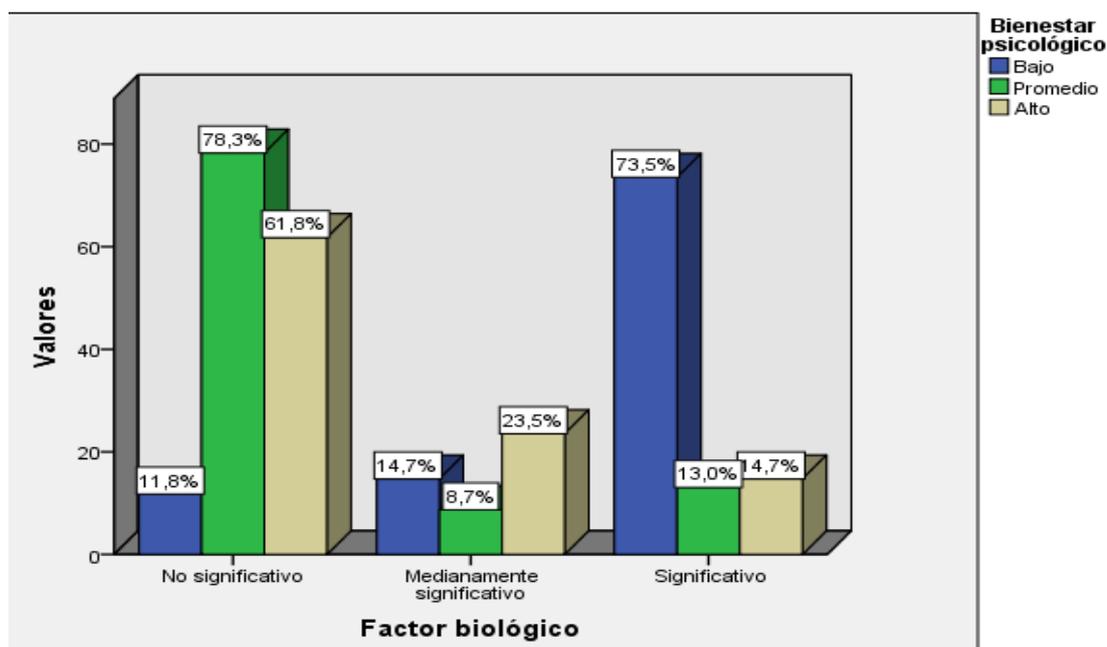
Bienestar psicológico y estrés académico



La Tabla 12 muestra que, del total de encuestados perciben que el bienestar psicológico fue bajo (34), solo el 11.8% (4) manifiestan niveles no significativos de estrés académico, mientras de quienes perciben niveles promedios de bienestar psicológico (23), ninguno presentó niveles medianamente significativos de estrés académico. Finalmente, del total de estudiantes que perciben el bienestar psicológico alto (34), solo el 14.7% (5) presentaron niveles significativos de estrés académico.

Tabla 13*Bienestar psicológico y factor biológico*

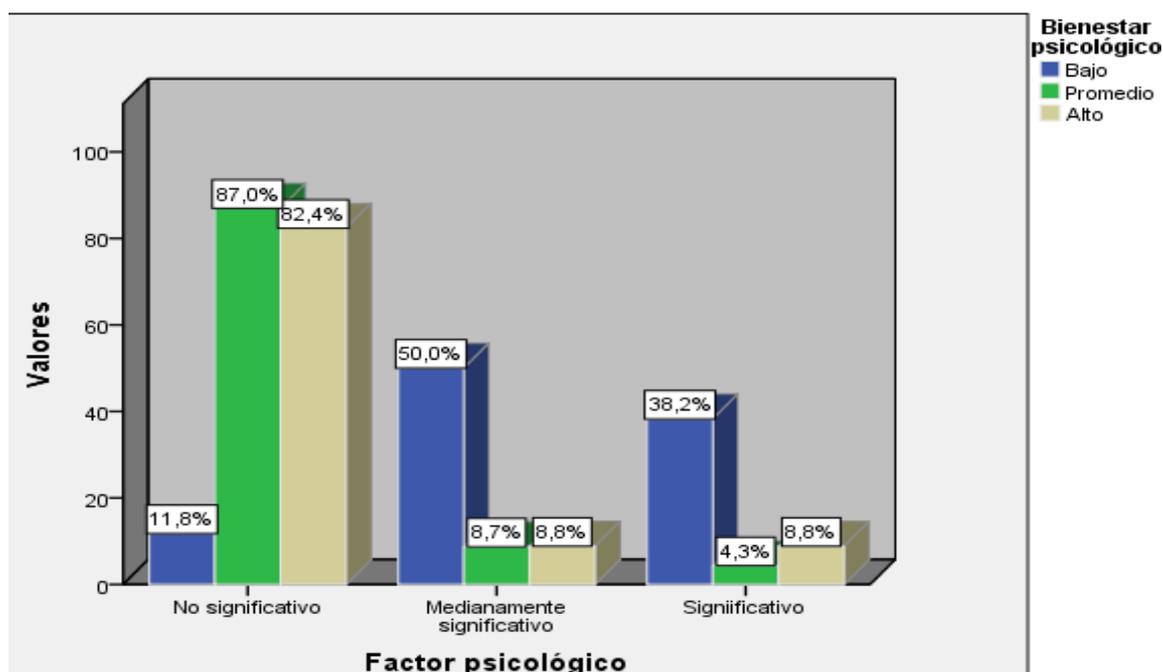
		Factor biológico			Total	
		No significativo	Medianamente significativo	Significativo		
Bienestar Psicológico	Bajo	n	4	5	25	34
		%	11.8%	14.7%	73.5%	100.0%
	Promedio	n	18	2	3	23
		%	78.3%	8.7%	13.0%	100.0%
	Alto	n	21	8	5	34
		%	61.8%	23.5%	14.7%	100.0%
Total		n	43	15	33	91
		%	47.3%	16.5%	36.3%	100.0%

Figura 13*Bienestar psicológico y factor biológico*

La Tabla 13 muestra que, del total de encuestados perciben que el bienestar psicológico es bajo (34), solo el 11.8% (4) presentan niveles no significativos del factor biológico, mientras de quienes perciben que el bienestar psicológico es promedio (23), el 8.7% (2) presentaron niveles medianamente significativos del factor biológico. Finalmente, del total de estudiantes que perciben un bienestar psicológico alto (34), el 14.7% (5) presentan niveles significativos del factor biológico.

Tabla 14*Bienestar psicológico y factor psicológico*

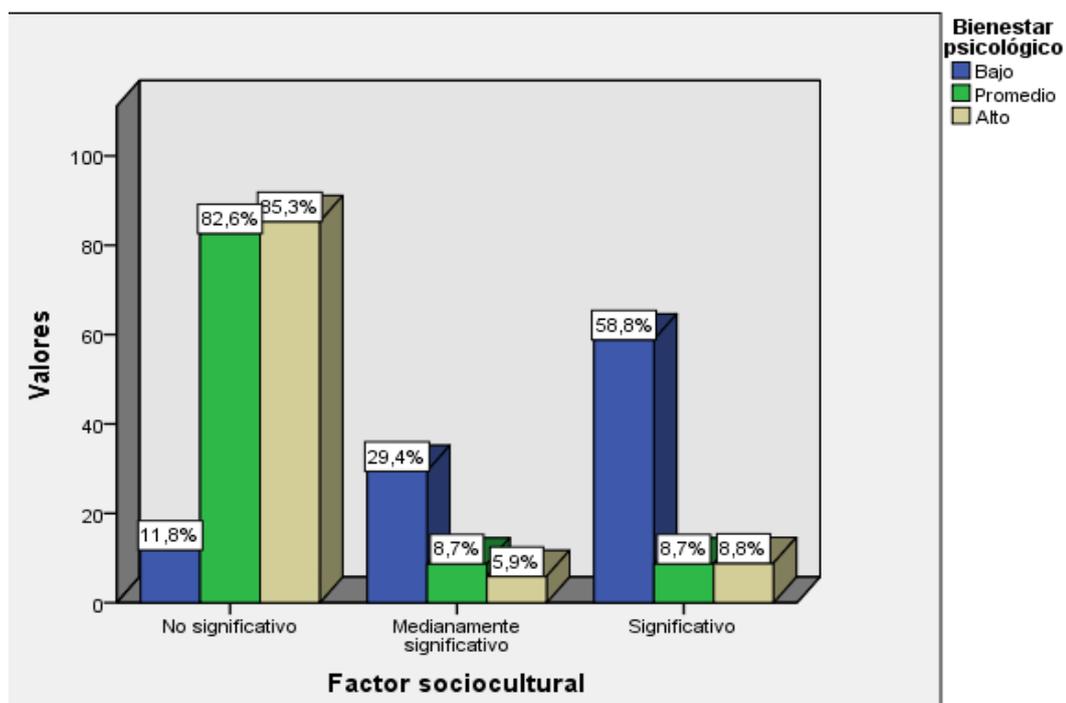
		Factor psicológico			Total	
		No significativo	Medianamente significativo	Significativo		
Bienestar Psicológico	Bajo	n	4	17	13	34
		%	11.8%	50.0%	38.2%	100.0%
	Promedio	n	20	2	1	23
		%	87.0%	8.7%	4.3%	100.0%
	Alto	n	28	3	3	34
		%	82.4%	8.8%	8.8%	100.0%
Total		n	52	22	17	91
		%	57.1%	24.2%	18.7%	100.0%

Figura 14*Bienestar psicológico y factor psicológico*

La Tabla 14 muestra que, del total de encuestados perciben que el bienestar psicológico es bajo (34), solo el 11.8% (4) presentan niveles no significativos del factor psicológico, mientras de quienes perciben que el bienestar psicológico es promedio (23), el 8.7% (2) presentaron niveles medianamente significativos del factor psicológico. Finalmente, del total de estudiantes que perciben un bienestar psicológico alto (34), el 8.8% (3) presentan niveles significativos del factor psicológico.

Tabla 15*Bienestar psicológico y factor sociocultural*

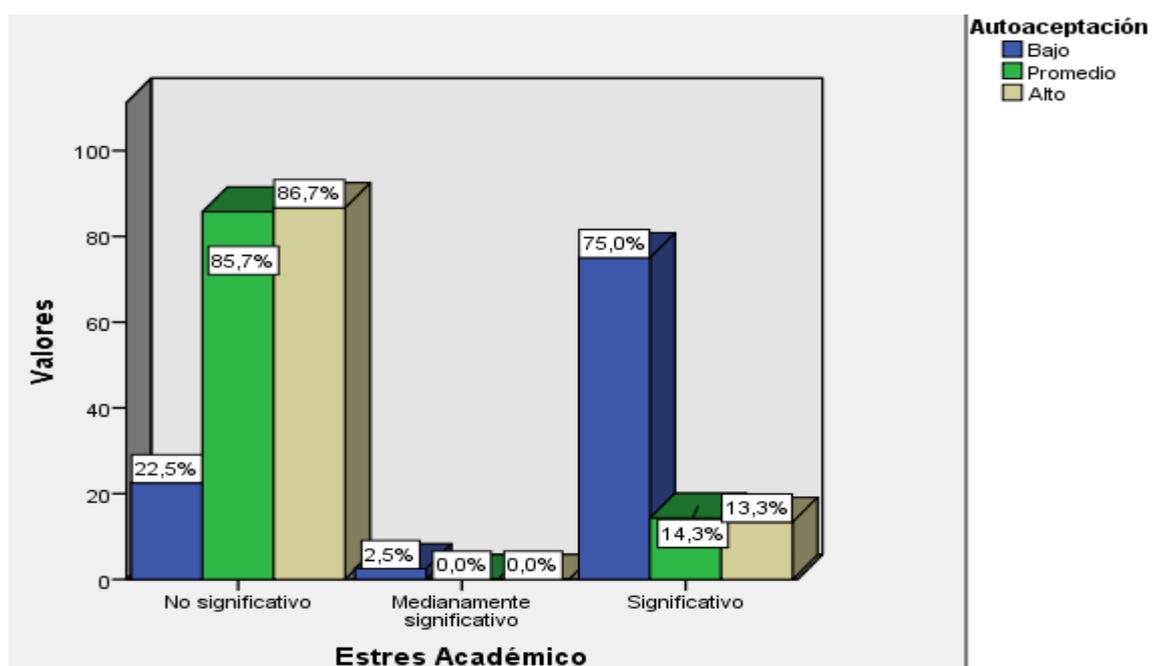
		Factor sociocultural			Total	
		No significativo	Medianamente significativo	Significativo		
Bienestar Psicológico	Bajo	n	4	10	20	34
		%	11.8%	29.4%	58.8%	100.0%
	Promedio	n	19	2	2	23
		%	82.6%	8.7%	8.7%	100.0%
	Alto	n	29	2	3	34
		%	85.3%	5.9%	8.8%	100.0%
Total	n	52	14	25	91	
	%	57.1%	15.4%	27.5%	100.0%	

Figura 15*Bienestar psicológico y factor sociocultural*

La Tabla 15 muestra que, del total de encuestados perciben que el bienestar psicológico es bajo (34), solo el 11.8% (4) presentan niveles no significativos de factor sociocultural, mientras de quienes perciben que el bienestar psicológico es promedio (23), el 8.7% (2) presentaron niveles medianamente significativos del factor sociocultural. Finalmente, del total de estudiantes que perciben un bienestar psicológico alto (34), el 8.8% (3) presentan niveles significativos del factor sociocultural.

Tabla 16*Autoaceptación y estrés académico*

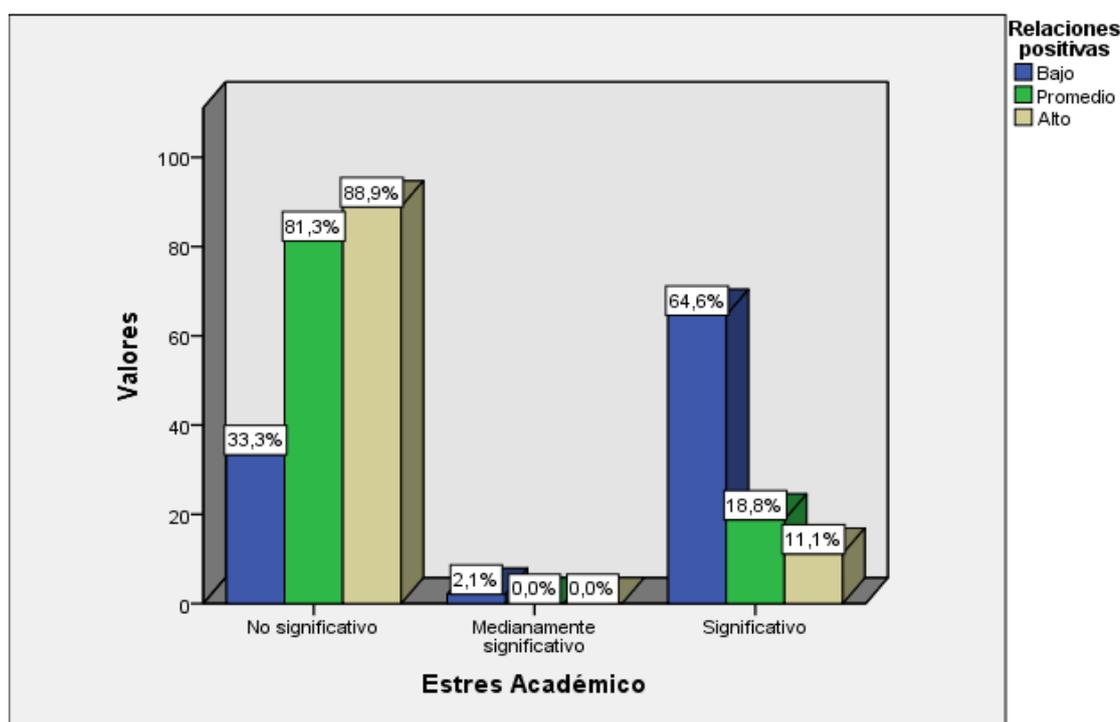
		Estrés académico			Total	
		No significativo	Medianamente significativo	Significativo		
Autoaceptación	Bajo	n	9	1	30	40
		%	22.5%	2.5%	75.0%	100.0%
	Promedio	n	18	0	3	21
	%	85.7%	0.0%	14.3%	100.0%	
	Alto	n	26	0	4	30
	%	86.7%	0.0%	13.3%	100.0%	
Total		n	53	1	37	91
		%	58.2%	1.1%	40.7%	100.0%

Figura 16*Autoaceptación y estrés académico*

La Tabla 16 muestra que, del total de encuestados perciben que la autoaceptación es baja (40), solo el 22.5% (9) presentan niveles no significativos de estrés académico, mientras de quienes perciben que la autoaceptación es promedio (21), ninguno presenta niveles medianamente significativos de estrés académico. Finalmente, del total de estudiantes que perciben que la autoaceptación es alta (30), el 13.3% (4) presentan niveles significativos de estrés académico.

Tabla 17*Relaciones positivas y estrés académico*

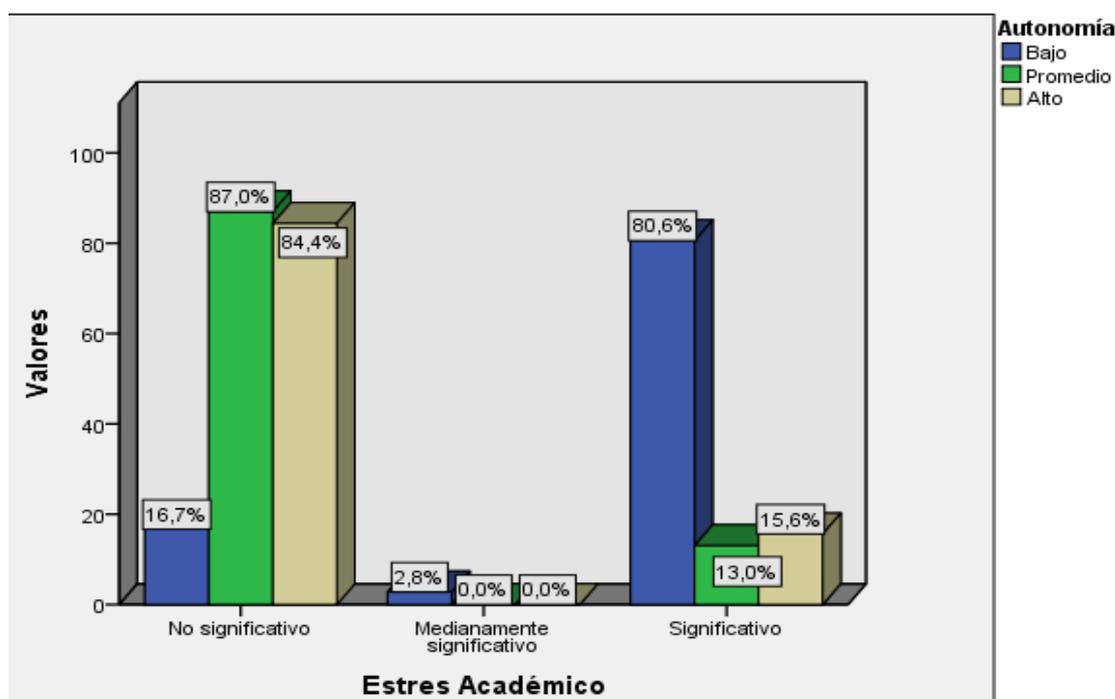
		Estrés académico			Total	
		No significativo	Medianamente significativo	Significativo		
Relaciones positivas	Bajo	n	16	1	31	48
		%	33.3%	2.1%	64.6%	100.0%
	Promedio	n	13	0	3	16
		%	81.3%	0.0%	18.8%	100.0%
	Alto	n	24	0	3	27
		%	88.9%	0.0%	11.1%	100.0%
Total		n	53	1	37	91
		%	58.2%	1.1%	40.7%	100.0%

Figura 17*Relaciones positivas y estrés académico*

La Tabla 17 se aprecia que, del total de encuestados perciben que las relaciones positivas son bajas (48), solo el 33.3% (16) presentan niveles no significativos de estrés académico, mientras de quienes perciben que las relaciones positivas son promedio (16), ninguno presenta niveles medianamente significativos de estrés académico. Finalmente, del total de estudiantes que perciben que las relaciones positivas son altas (27), el 11.1% (4) presentan niveles significativos de estrés académico.

Tabla 18*Autonomía y estrés académico*

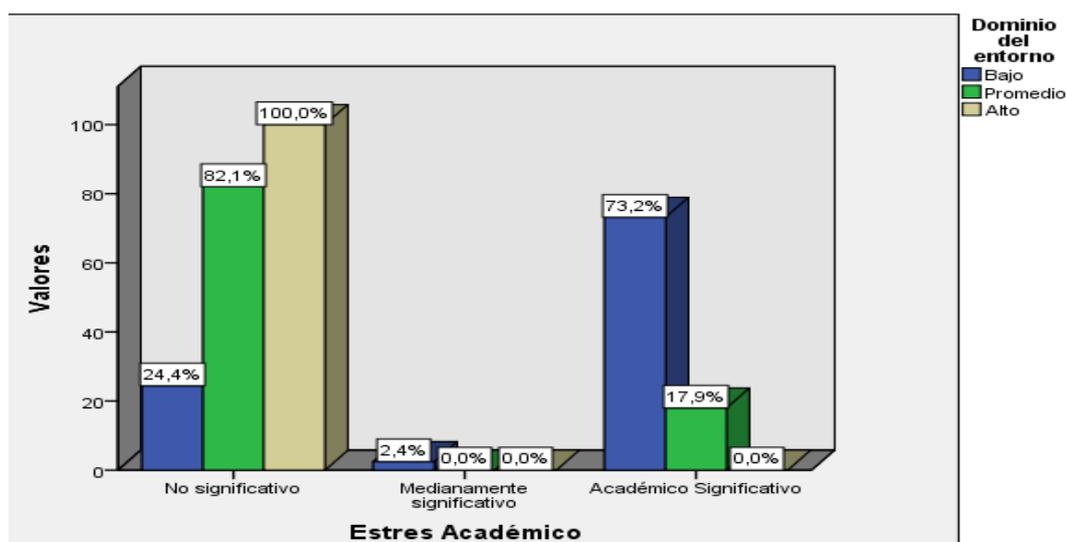
		Estrés académico			Total	
		No significativo	Medianamente significativo	Significativo		
Autonomía	Bajo	n	6	1	29	36
		%	16.7%	2.8%	80.6%	100.0%
	Promedio	n	20	0	3	16
		%	87.0%	0.0%	13.0%	100.0%
	Alto	n	27	0	3	27
		%	84.4%	0.0%	15.6%	100.0%
Total		n	53	1	37	91
		%	58.2%	1.1%	40.7%	100.0%

Figura 18*Autonomía y estrés académico*

La Tabla 18 muestra que, del total de encuestados perciben que la autonomía es baja (36), solo el 16.7% (6) presentan niveles no significativos de estrés académico, mientras de quienes perciben que la autonomía es promedio (16), ninguno presenta niveles medianamente significativos de estrés académico. Finalmente, del total de estudiantes que perciben que la autonomía es alta (27), el 15.6% (3) presentan niveles significativos de estrés académico.

Tabla 19*Dominio del entorno y estrés académico*

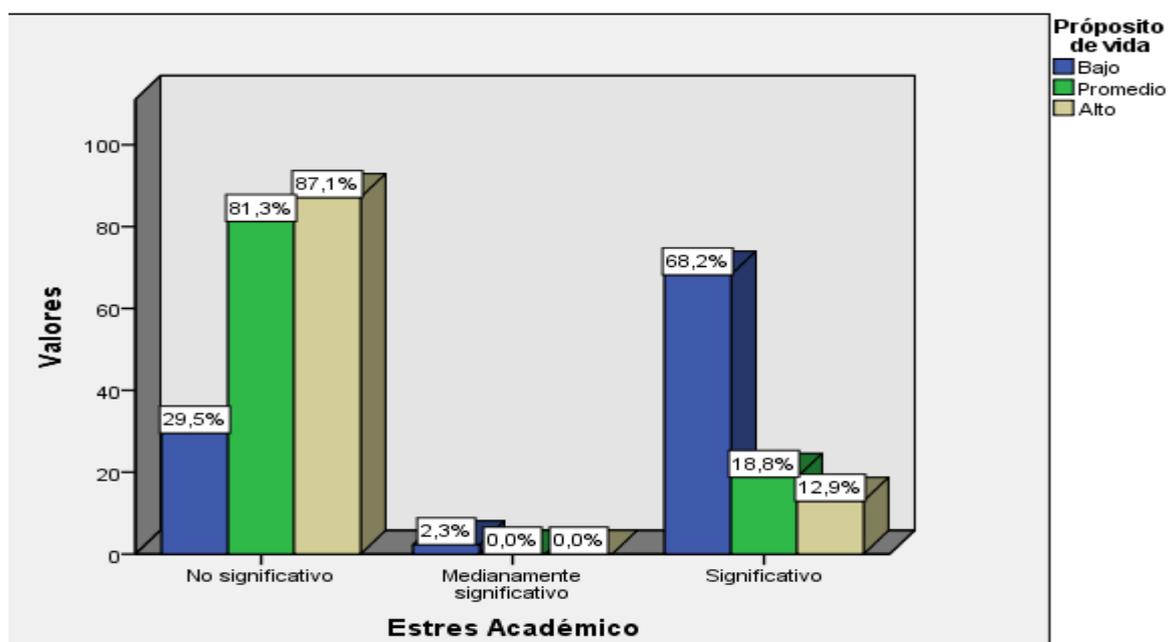
		Estrés académico			Total
		No significativo	Medianamente significativo	Significativo	
Dominio del entorno	Bajo	n 10 % 24.4%	n 1 % 2.4%	n 30 % 73.2%	41 100.0%
	Promedio	n 32 % 82.1%	n 0 % 0.0%	n 7 % 17.9%	39 100.0%
	Alto	n 11 % 100.0%	n 0 % 0.0%	n 0 % 0.0%	11 100.0%
Total		n 53 % 58.2%	n 1 % 1.1%	n 37 % 40.7%	91 100.0%

Figura 19*Dominio del entorno y estrés académico*

La Tabla 19 muestra que, del total de encuestados perciben que el dominio del entorno es bajo (41), solo el 24.4% (10) presentan niveles no significativos de estrés académico, mientras de quienes perciben que el dominio del entorno es promedio (39), ninguno presenta niveles medianamente significativos de estrés académico. Finalmente, del total de estudiantes que perciben que el dominio del entorno es alto (11), ninguno presenta niveles significativos de estrés académico.

Tabla 20*Propósito de vida y estrés académico*

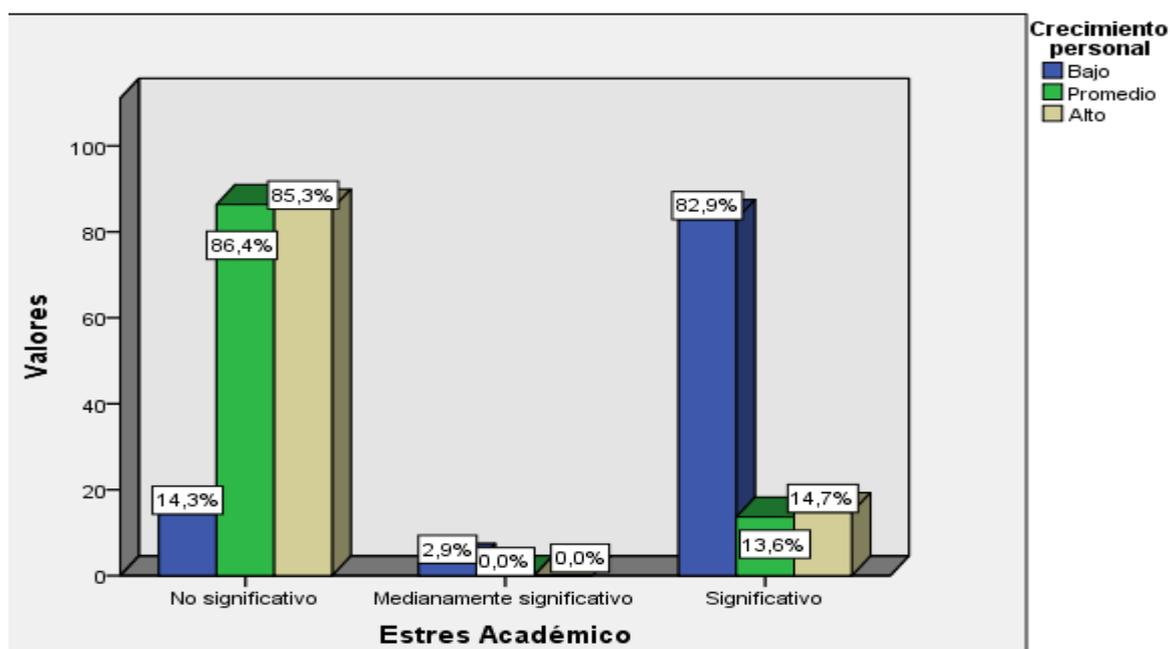
		Estrés académico			Total	
		No significativo	Medianamente significativo	Significativo		
Propósito de vida	Bajo	n	13	1	30	44
		%	29.5%	2.3%	68.2%	100.0%
	Promedio	n	13	0	3	16
		%	81.3%	0.0%	18.8%	100.0%
	Alto	n	27	0	4	31
		%	87.1%	0.0%	12.9%	100.0%
Total		n	53	1	37	91
		%	58.2%	1.1%	40.7%	100.0%

Figura 20*Propósito de vida estrés académico*

La Tabla 20 muestra que, del total de encuestados perciben que el propósito de vida es bajo (44), solo el 29.5% (13) presentan niveles no significativos de estrés académico, mientras de quienes perciben que el propósito de vida es promedio (16), ninguno presentó niveles medianamente significativos de estrés académico. Finalmente, del total de estudiantes que perciben que el propósito de vida es alto (31), solo el 12,9% (4) presentan niveles significativos de estrés académico.

Tabla 21*Crecimiento personal y estrés académico*

		Estrés académico			Total	
		No significativo	Medianamente significativo	Significativo		
Crecimiento personal	Bajo	n	5	1	29	35
		%	14.3%	2.9%	82.9%	
	Promedio	n	19	0	3	22
		%	86.4%	0.0%	13.6%	100.0%
	Alto	n	29	0	5	34
		%	85.3%	0.0%	14.7%	100.0%
Total		n	53	1	37	91
		%	58.2%	1.1%	40.7%	100.0%

Figura 21*Crecimiento personal y estrés académico*

La Tabla 21 muestra que, del total de encuestados perciben que el crecimiento personal es bajo (35), solo el 14.3% (5) presentan niveles no significativos de estrés académico, mientras de quienes perciben que el crecimiento personal es promedio (22), ninguno presentó niveles medianamente significativos de estrés académico. Finalmente, del total de estudiantes que perciben que el crecimiento personal es alto (34), solo el 14.7% (5) presentan niveles significativos de estrés académico.

5.2 Interpretación de resultados

Prueba de normalidad

Tabla 22

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Bienestar Psicológico	,212	91	,000
Autoconcepto	,153	91	,000
Relaciones positivas	,158	91	,000
Autonomía	,173	91	,000
Dominio del entorno	,151	91	,000
Propósito de vida	,161	91	,000
Crecimiento personal	,150	91	,000
Estrés Académico	,271	91	,000
Factor Biológico	,198	91	,000
Factor Psicológico	,249	91	,000
Factor Sociocultural	,236	91	,000

La Tabla 22 muestra que, la prueba de normalidad según el estadístico de Kolmogorov Smirnov^a, se aprecia un nivel de significancia menor a 0.050 (0.000), determinando que dichas variables y dimensiones muestran una distribución no normal, determinando el uso del estadístico no paramétrica de Rho Spearman para la contratación de hipótesis tanto en las variables y sus dimensiones.

Prueba de Hipótesis

Hipótesis General

H0: No existe relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

H1: Existe relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

Tabla 23

Relación entre bienestar psicológico y estrés académico

			Estrés académico
Rho de Spearman	Bienestar psicológico	Coefficiente de correlación	-.638**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	91

Según la Tabla 23 el coeficiente de Rho de Spearman muestra un valor ($r=-0.638^{**}$) evidenciando una correlación inversa y moderada con un valor de ($p= 0.000$), menor a 0.050 conlleva a aceptar la hipótesis de investigación, afirmando una relación inversa y significativa entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023. De lo anterior podemos decir, a mayor bienestar psicológico, está vinculado a niveles bajos de estrés académico o viceversa.

Hipótesis Especifica 1

H0: No existe relación entre bienestar psicológico y factor biológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

H1: Existe relación entre bienestar psicológico y factor biológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

Tabla 24

Relación entre bienestar psicológico y factor biológico

		Factor biológico	
Rho de Spearman	Bienestar psicológico	Coefficiente de correlación	-.513**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	91

Según la Tabla 24 el coeficiente de Rho de Spearman muestra un valor ($r = -0.513^{**}$) evidenciando una correlación moderada e inversa con un valor de ($p = 0.000$), menor a 0.050 conlleva a aceptar la hipótesis de investigación, afirmando una relación inversa y significativa entre bienestar psicológico y factor biológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023. De lo anterior podemos inferir, a mayor bienestar psicológico, está vinculado a niveles bajos en la dimensión factor biológico del estrés académico o viceversa.

Hipótesis Especifica 2

H0: No existe relación entre bienestar psicológico y factor psicológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

H1: Existe relación entre bienestar psicológico y factor psicológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

Tabla 25

Relación entre bienestar psicológico y factor psicológico

			Factor psicológico
Rho de Spearman	Bienestar psicológico	Coefficiente de correlación	-.589**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	91

Según la Tabla 25 el coeficiente de Rho de Spearman muestra un valor ($r = -0.589^{**}$) evidenciando una correlación moderada e inversa con un valor de ($p = 0.000$), menor a 0.050 conlleva a aceptar la hipótesis de investigación, afirmando una relación inversa y significativa entre bienestar psicológico y factor psicológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023. De lo anterior podemos inferir, a mayor bienestar psicológico, se vincula a niveles bajos en la dimensión factor psicológico del estrés académico o viceversa.

Hipótesis Especifica 3

H0: No existe relación entre bienestar psicológico y factor sociocultural en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

H1: Existe relación entre bienestar psicológico y factor sociocultural en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

Tabla 26

Relación entre bienestar psicológico y factor sociocultural

			Factor sociocultural
Rho de Spearman	Bienestar psicológico	Coefficiente de correlación	-.630**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	91

Según la Tabla 26 el coeficiente de Rho de Spearman muestra un valor ($r=-0.630^{**}$) evidenciando una correlación moderada e inversa con un valor de ($p= 0.000$), menor a 0.050 conlleva a aceptar la hipótesis de investigación, afirmando una relación inversa y significativa entre bienestar psicológico y factor sociocultural en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023. De lo anterior podemos inferir, a mayor bienestar psicológico se vincula a niveles bajos en la dimensión factor sociocultural del estrés académico o viceversa.

Hipótesis Especifica 4

H0: No existe relación entre autoaceptación y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

H1: Existe relación entre autoaceptación y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

Tabla 27

Relación entre autoaceptación y estrés académico

			Estrés académico
Rho de Spearman	Autoaceptación	Coefficiente de correlación	-.590**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	91

Según la Tabla 27 el coeficiente de Rho de Spearman muestra un valor ($r=-0.590^{**}$) evidenciando una correlación moderada e inversa con un valor de ($p= 0.000$), menor a 0.050 conlleva a aceptar la hipótesis de investigación, afirmando una relación inversa y significativa entre autoaceptación y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023. De lo anterior podemos inferir, a mayor nivel de autoaceptación de bienestar psicológico, se vincula a niveles bajos del estrés académico o viceversa.

Hipótesis Especifica 5

H0: No existe relación entre relaciones positivas y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

H1: Existe relación entre relaciones positivas y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

Tabla 28

Relación entre relaciones positivas y estrés académico

		Estrés académico	
Rho de Spearman	Relaciones positivas	Coefficiente de correlación	-.520**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	91

Según la Tabla 28 el coeficiente de Rho de Spearman muestra un valor ($r=-0.520^{**}$) evidenciando una correlación moderada e inversa con un valor de ($p= 0.000$), menor a 0.050 conlleva a aceptar la hipótesis de investigación, afirmando una relación inversa y significativa entre relaciones positivas y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023. De lo anterior podemos inferir, a mayor nivel en las relaciones positivas del bienestar psicológico, se vincula a niveles bajos del estrés académico o viceversa.

Hipótesis Especifica 6

H0: No existe relación entre autonomía y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

H1: Existe relación entre autonomía y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

Tabla 29

Relación entre autonomía y estrés académico

		Estrés académico
Rho de Spearman	Autonomía	Coeficiente de correlación
		-.602**
		Sig. (bilateral)
		.000
		N
		91

Según la Tabla 29 el coeficiente de Rho de Spearman muestra un valor ($r = -0.602^{**}$) evidenciando una correlación moderada e inversa con un valor de ($p = 0.000$), menor a 0.050 conlleva a aceptar la hipótesis de investigación, afirmando una relación inversa y significativa entre autonomía y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023. De lo anterior podemos inferir, a mayor nivel en su autonomía del bienestar psicológico, se vincula a niveles bajos del estrés académico o viceversa.

Hipótesis Especifica 7

H0: No existe relación entre dominio del entorno y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

H1: Existe relación entre dominio del entorno y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

Tabla 30

Relación entre dominio del entorno y estrés académico

			Estrés académico
Rho de Spearman	Dominio del entorno	Coefficiente de correlación	-.619**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	91

Según la Tabla 30 el coeficiente de Rho de Spearman muestra un valor ($r=-0.619^{**}$) evidenciando una correlación moderada e inversa con un valor de ($p= 0.000$), menor a 0.050 conlleva a aceptar la hipótesis de investigación, afirmando una relación inversa y significativa entre dominio del entorno y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023. De lo anterior podemos inferir, a mayor nivel en su dominio del entorno del bienestar psicológico, se vincula a niveles bajos del estrés académico o viceversa.

Hipótesis Especifica 8

H0: No existe relación entre propósito de la vida y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

H1: Existe relación entre propósito de la vida y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

Tabla 31

Relación entre propósito de vida y estrés académico

		Estrés académico	
Rho de Spearman	Propósito de vida	Coefficiente de correlación	-.539**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	91

Según la Tabla 31 el coeficiente de Rho de Spearman muestra un valor ($r=-0.539^{**}$) evidenciando una correlación moderada e inversa con un valor de ($p= 0.000$), menor a 0.050 conlleva a aceptar la hipótesis de investigación, afirmando una relación inversa y significativa entre propósito de vida y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023. De lo anterior podemos inferir, a mayor propósito de vida del bienestar psicológico, se vincula a niveles bajos del estrés académico o viceversa.

Hipótesis Especifica 9

H0: No existe relación entre crecimiento personal y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

H1: Existe relación entre crecimiento personal y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023

Tabla 32

Relación entre crecimiento personal y estrés académico

		Estrés académico	
Rho de Spearman	Crecimiento personal	Coeficiente de correlación	-.624**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	91

Según la Tabla 32 el coeficiente de Rho de Spearman muestra un valor ($r=-0.624^{**}$) evidenciando una correlación moderada e inversa con un valor de ($p= 0.000$), menor a 0.050 conlleva a aceptar la hipótesis de investigación, afirmando una relación inversa y significativa entre crecimiento personal y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023. De lo anterior podemos inferir, a mayor crecimiento personal del bienestar psicológico, se vincula a niveles bajos del estrés académico o viceversa.

VI. ANÁLISIS DE RESULTADOS

6.1 Análisis inferencial

En cuanto a los resultados descriptivos del bienestar psicológico, se encontró 37,4% con niveles altos y bajos, y 25,3 con niveles promedios. En cuanto a sus dimensiones todas presentaron niveles bajos, tal es así: Autoconcepción (44%), relaciones positivas (52,7%), autonomía (39,6%), dominio del entorno (45,1%), propósito de vida (48,4%), crecimiento personal (38,5%).

En cuanto al estrés académico se encontró que el 58,2% tienen niveles no significativos. En relación a sus dimensiones se evidenció que todos perciben niveles no significativos: Factor biológico (47,3), factor psicológico (57,1%) y Factor sociocultural (57,1%).

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

7.1 Comparación de resultados

El estudio tuvo como objetivo general, determinar la relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023, desarrollándose con mucho éxito gracias a las fortalezas de accesibilidad y predisposición del director, docentes de una I.E. de la provincia de Andahuaylas que se estableció como unidad de estudio, en especial a los estudiantes, quienes brindaron su participación y colaboración de manera voluntaria y optima en la encuesta. Del mismo modo, se contó con el presupuesto para realizar dicha investigación. Así también se tuvo como soporte al asesor, que, con su guía, se logró los objetivos trazados. Una de las fortalezas a resaltar es el aporte de resultados que se consiguió en el estudio los que servirán como antecedentes para futuras investigaciones. Finalmente, le servirá a la Institución Educativa para que puedan implementar un programa de prevención para fomentar el desarrollo del bienestar psicológico y el manejo frente al estrés académico.

En cuanto a las limitaciones y debilidades que se encontró en el estudio, es que no se pudo realizar a toda la población en vista que existen muchos estudiantes eran mayores de 18 años y menores a 13 años, lo que hizo que los resultados solo sea a un grupo etareo por la edad de aplicación de los cuestionarios que se usó en el estudio. También se debe mencionar que el estudio no tuvo un alcance profundo, donde pudo explicar mejor los hallazgos encontrados, es decir, que su alcance es insuficiente para establecer la causa del estado de las variables, se sugiere que los próximos estudios tomen de base para que se pueda ampliar su alcance de estudio en las próximas investigaciones.

En cuanto a los resultados descriptivos del bienestar psicológico, se encontró 37,4% con niveles altos y bajos, y 25,3 con niveles promedios. En cuanto a sus dimensiones todas presentaron niveles bajos, tal es así:

Autoconcepción (44%), relaciones positivas (52,7%), autonomía (39,6%), dominio del entorno (45,1%), propósito de vida (48,4%), crecimiento personal (38,5%).

Estos resultados se pueden comparar con los de Yataco (2019) quien evidencio que un 27% se encontraban en una categoría muy baja, el 20.2% alto el 19% moderado, y solo un 14.5% con niveles muy altos, resultados que se asemejan con dicho estudio, concluyendo que si existe correspondencia entre los resultados hallados. Ordoñez (2018) encontró en su estudio que un 69% presentaron niveles medios de bienestar psicológico, el 16% niveles bajos y el 15% niveles bajos, determinando que si existe una correspondencia de negación de forma significativa. Mientras Turpo en el 2020 encontró todo lo contrario en su estudio, un 83% presentaron niveles altos de bienestar psicológico, 14% con niveles moderados y solo 4% presentaban niveles altos. Se puede deducir de todo lo mencionado, que existe poca valoración de sí mismo de los estudiantes, así también juzgan su vida de forma negativa, haciendo que no favorezca en su bienestar psicológico. Finalmente, los resultados muestran que los estudiantes están enfocados a diversas circunstancias que inciden en su forma de afrontar sus experiencias vividas.

En cuanto al estrés académico se encontró que el 58,2% tienen niveles no significativos. En relación a sus dimensiones se evidenció que todos perciben niveles no significativos: Factor biológico (47,3), factor psicológico (57,1%) y Factor sociocultural (57,1%). Los resultados se pueden comparar con los de La Rosa y Ochoa (2018) donde encontraron que 6,4% del estudiantado mostraron niveles medianamente significativos de estrés académico. Mientras, Turpo (2020) encontró un 51% de niveles moderados de estrés académico, un 37% con niveles profundos y solo el 13% con niveles leves. Arribasplata (2022) en su estudio obtuvo el 56% un bajo estrés académico, 44% presentaron un estrés medio. Estos resultados se fundamentan según Halgin y Whitbourne (2009) quienes consideran al estrés académico como una alteración emotiva que presenta una persona frente a los hechos desagradables que pueda tener y que pueden causar

un malestar, por tanto, sus consecuencias pueden producir reacciones fisiológicas, psicológicas y conductuales.

Con respecto a la hipótesis general, el resultado inferencial, mostró que existe relación significativa entre las variables en estudio con un valor de significancia ($p= 0,000$), menor a $0,050$ y un ($r=-0,638^{**}$). Se puede mencionar que la mayoría de los estudiantes perciben niveles bajos y también niveles altos en cuanto a su bienestar psicológico, mientras su estrés académico se percibe que la gran mayoría presentan niveles no significativos, esto da entender que el estrés académico tiene efectos en el bienestar psicológico de los estudiantes. Estos resultados, se corroboraron con los de Arribasplata & Manosalva (2022) quienes encontraron una correlación inversa y moderada ($-0,308^*$) afirmando que el estrés tiene efectos significativos en el bienestar psicológico del estudiantado, debido a la presión académica, lo que genera estrés sobre el estudiantado. Agrega que cuando los niveles de estrés son altos y persistentes, pueden surgir una serie de problemas emocionales. Del mismo modo Ordoñez (2018) encontró una correlación negativa ($r=-0,350^{**}$), manifestando que el estudiantado presenta niveles medios en su bienestar psicológico. Con respecto al estrés académico, la mayoría presentaron niveles medios. Así también está la de Caceres & Miranda (2022) quienes encontraron una relación inversa y significativa entre el estrés académico y el bienestar psicológico ($\rho: -,369$), hallándose una predominancia media. Los resultados encontrados son fundamentados con lo que afirma Ryff que el bienestar psicológico, se basa en una evaluación subjetiva del grado de satisfacción que experimenta un individuo en diferentes contextos en su vida, agrega que los individuos que reportan mayores niveles de bienestar psicológico, tienden a experimentar mayor satisfacción en su entorno académico, por tanto, pueden enfrentar el estrés académico de manera más efectiva. Mientras que niveles bajos en el bienestar psicológico, hará que el estudiantado perciba niveles altos de estrés. Se concluye, que el estrés académico, es una reacción normal frente a distintas exigencias que el estudiantado se somete en el día a día. Mientras que la función psicológica, tiene efectos positivos y negativos sobre el ser humano. Esto hará que la persona se encamine hacia la mejora de sus habilidades y

crecimiento personal, así también se pueda centrar en la satisfacción hacia la vida y en la felicidad o viceversa.

En cuanto a la primera hipótesis específica, se encontró que, existe relación inversa moderada y significativa ($r=-0,513^{**}$) con un valor de significancia de ($p= 0,000$). En cuanto a la dimensión factor biológico del estrés académico, se identificó 47,3% que poseen un nivel no significativo. Estos resultados son comparados con los de La Rosa & Ochoa (2018) quien encontró en su estudio una correlación directa positiva (0,321). En cuanto al factor biológico del estrés académico encontró que 47.2% del estudiantado poseen un nivel medianamente significativo. Se puede deducir que los resultados se asemejan con los resultados encontrados en dicho estudio. Se deduce mencionando, que la evolución del ser humano, está asociado al factor biológico puesto que son generadores de un determinado grado de estrés, haciendo que tomen buenas decisiones conforme uno avanza con la edad, y que los efectos del factor biológico del estrés académico, tiene repercusión sobre el bienestar psicológico, recomendando a las Instituciones Educativas tomar medidas para abordar esta problemática, proporcionando herramientas de apoyo a los estudiantes, mediante programas para reducir el estrés, entre otros. En conclusión, si el estudiantado manifiesta un adecuado nivel en el factor biológico, se espera que exista niveles adecuados de bienestar psicológico o viceversa.

En cuanto a la segunda hipótesis específica, se encontró que existe relación inversa moderada y significativa ($r=-0,589^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0,000$), menor a 0,050. En cuanto a la dimensión factor psicológico del estrés académico, se identificó 57,1% poseen un nivel no significativo, seguido de 24,2% con un nivel significativo, y 18,7% con un nivel medianamente significativo. Estos resultados se pueden comparar con los de La Rosa & Ochoa (2018) quienes encontraron 77,8% con niveles medianamente significativos en su dimensión psicológica del estrés académico en una Institución Educativa. Se puede concluir que el factor psicológico por los distintos temperamentos que tienen las personas genera estrés y estas muchas veces no se pueden controlar. Del mismo modo, los

individuos que no pueden interiorizar sus problemas tienen una vida complicada con ellos mismos o con sus semejantes, por tanto, presentan más estrés. Mientras que los individuos que logran interiorizar el estrés se sienten como seres distantes de su ambiente y buscan siempre la aprobación social, pero aquellas que no presentan estas peculiaridades son denominadas como antisociables. Finalmente, se puede inferir, si el estudiantado manifiesta un adecuado nivel en el factor psicológico, se espera que exista niveles adecuados de bienestar psicológico o viceversa.

En cuanto a la tercera hipótesis específica, se encontró que existe relación inversa moderada y significativa ($r=-0,630^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0.000$), menor a 0.050. En cuanto a la dimensión factor socio cultural, se identificó 57,1% que poseen niveles no significativos, seguido de 15,4% con un nivel medianamente significativo, y 27,5% con un nivel significativo. Estos resultados se pueden comparar con los de La Rosa & Ochoa (2018) quienes encontraron 61,1% del estudiantado mostraron niveles medianamente significativos en su dimensión socio cultural en una Institución Educativa. Se deduce, de todo lo anterior, que este factor une a dos ambientes: físico y social. El primero, donde la persona adquiere un determinado rol. También vienen a ser las peculiaridades entre las distintas capas sociales, los traslados de un lugar a otro, por último, lo académico que son agentes iniciadores del estrés. Dentro del factor, se identifica el compromiso dentro del grupo humano, las aglomeraciones, problemas con otras personas y la economía. Segundo, en este factor están presentes la formación erudita, las costumbres y la práctica de la rutina. Aquí se halla los factores estresantes cuando existe una sobrevaloración de una persona sobre sus capacidades intelectuales. Al final terminan con una actitud pesimista, sin importarles los comentarios de los demás y sumándose términos referidos al fracaso. Finalmente, se puede inferir, si el estudiantado manifiesta un adecuado nivel en el factor sociocultural, se espera que exista niveles adecuados de bienestar psicológico o viceversa.

En cuanto a la cuarta hipótesis específica, se encontró que existe relación inversa moderada y significativa ($r=-0,590^{**}$) con un valor de significancia

de ($p= 0,000$), menor a $0,050$. En cuanto a la autoaceptación, se identificó 44% que se encuentran con niveles bajos, $58,2\%$ presentaron niveles no significativos. Estos resultados, se pueden comparar con los de Cáceres & Miranda (2022) quienes encontraron una correlación inversa ($r=-0,441^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0,000$) entre autoaceptación y estrés académico. Dancourt (2022) quien encontró una correlación inversa ($r=-0,177^{**}$) con un valor de significancia de ($p= 0,001$), menor a $0,050$ en cuanto a la autoaceptación con el estrés académico. Mientras que Maximiliano et al. (2019) encontraron el 75% con una autoaceptación regular. Riff en esta dimensión toma como base al autoconocimiento, lo que le apoyará a tener un funcionamiento positivo y una percepción adaptativa de las conductas, intereses y sentimientos personales. Del mismo modo menciona que tiene que ver con la autoevaluación que realiza el individuo sobre aspectos positivos y negativos con respecto al presente y al pasado, resalta que la autoaceptación está sujeta a la autoevaluación, por consiguiente, será un determinante de la autoestima. Finalmente se deduce que, si el estudiantado manifiesta un adecuado nivel de autoaceptación, se espera que exista niveles bajos de estrés académico o viceversa.

En cuanto a la quinta hipótesis específica, se encontró que existe relación inversa moderada y significativa ($r=-0,520^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0, 000$), menor a $0,050$. En cuanto a las relaciones positivas, se identificó $45,1\%$ con niveles bajos. El estrés académico mostró $58,2\%$ de niveles no significativos. Los resultados fueron comparados con los de Cáceres & Miranda (2022) quienes encontraron una correlación inversa ($r=-0,509^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0,000$), menor a $0,050$ entre relaciones positivas y el estrés académico. Se deduce, de todo lo mencionado, que las relaciones del estudiante con las demás personas no son tan estables, ni tan empáticas, en otras palabras, son poco sociables, se aíslan de los demás, muchas veces se sienten frustrados y les cuesta mantener relaciones interpersonales. En conclusión, si el estudiantado manifiesta un adecuado nivel en sus relaciones positivas, se espera que exista niveles bajos de estrés académico o viceversa.

En cuanto a la sexta hipótesis específica, se encontró que existe relación inversa moderada y significativa ($r=-0,602^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0,000$), menor a 0,050. En cuanto a su autonomía, se identificó 39,6% con niveles bajos. El estrés académico mostró 58,2% de nivel no significativo. Los resultados fueron comparados con los de Cáceres & Miranda (2022) quienes encontraron una correlación inversa ($r=-0,553^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0,000$) entre autonomía y estrés académico. Mientras que Maximiliano et al. (2019) mencionaron que 58,3% se ubicaron con niveles regulares en su dimensión autonomía. Esto significa que el valor de la independencia y la regulación interna de sus emociones para lograr alcanzar la felicidad están en términos medios, lo que hace que muchas veces no pueda tomar decisiones de manera asertiva, también son indecisos, adoptan muchas veces una actitud pasiva. Esta habilidad, debería aprenderse durante los primeros años de vida y reforzar a lo largo de la vida por su entorno muy cercano. Finalmente, se deduce que, si el estudiantado manifiesta un adecuado nivel en su autonomía, se espera que exista niveles bajos de estrés académico o viceversa.

En cuanto a la séptima hipótesis específica, se encontró que existe relación inversa moderada y significativa ($r=-0,619^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0,000$), menor a 0,050. En cuanto a su dominio del entorno, se identificó 45,1% con niveles bajos. El estrés académico mostró 58,2% con niveles no significativos. Los resultados se pueden comparar con los Cáceres & Miranda (2022) quienes encontraron una correlación inversa ($r=-0,392^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0,000$) entre dominio del entorno y el estrés académico. Esto significa que los estudiantes se aíslan, poseen poca capacidad de crear ambientes adecuados y ser sociables. Finalmente, se deduce que, si el estudiantado manifiesta un adecuado nivel en su dominio del entorno, se espera que exista niveles bajos de estrés académico o viceversa.

En cuanto a la octava hipótesis específica, se encontró que existe relación inversa moderada y significativa ($r=-0,539^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0,000$). En cuanto a su propósito de vida, se identificó 48,4% con niveles bajos. El estrés académico mostró 58,2% con niveles no significativos. Los resultados se pueden compararse con los de Cáceres & Miranda (2022) quienes encontraron una correlación inversa ($r=-0,399^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0,000$) entre propósito de vida y el estrés académico. Mientras Maximiliano et al. (2019) encontraron 58,3% que se ubicaron con niveles regulares en cuanto a la dimensión propósito de vida. Esto significa que la gran mayoría de los estudiantes tiene pocos objetivos y pocos proyectos de vida. Finalmente, se deduce que, si el estudiantado manifiesta un adecuado nivel en su dimensión propósito de vida, se espera que exista niveles bajos de estrés académico o viceversa.

En cuanto a la novena hipótesis específica, se encontró que existe relación inversa moderada y significativa ($r=-0,624^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0,000$), menor a 0,050. con un valor de significancia de ($p= 0,000$). En cuanto a su crecimiento personal, se identificó 38,5% con niveles bajos. El estrés laboral mostró 58,2% con niveles no significativos. Los resultados se pueden comparar con los de Cáceres & Miranda (2022) quienes encontraron una correlación inversa ($r=-0,452^{**}$), con un valor de significancia de ($p= 0,000$) entre crecimiento personal y estrés académico. Maximiliano et al. (2019) encontraron 66,7% con un nivel regular en cuanto a su crecimiento personal. Esto quiere decir que los estudiantes no tienen muy desarrollado su propósito de vida, así como sus sentimientos de creatividad son regulares. Riff refiere “que el bienestar psicológico varía de acuerdo a las características personales tales como sexo, cultura, edad, etc., y que el individuo cada vez que desarrolla, experimenta un mayor bienestar hace que tenga una mejor percepción de su vida y de la sociedad”. Esta dimensión está estrechamente relacionada con la autorrealización y que tiene como finalidad obtener resultados de sus talentos logrados. Finalmente, se deduce que, si el estudiantado manifiesta

un adecuado nivel en su dimensión crecimiento personal, se espera que exista niveles bajos de estrés académico o viceversa.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Primero: En cuanto a la relación entre bienestar psicológico y estrés académico, se obtuvo una correlación inversa y significativa ($r=-.638^{**}$), con un valor de significancia ($p=0.000$). entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023. Se infiere que la mayoría de los estudiantes experimentan tanto niveles bajos como niveles altos de bienestar psicológico, al mismo tiempo se observa que la gran mayoría de ellos no presenta niveles significativos de estrés académico.

Segunda: En cuanto a la primera contrastación específica, se halló una correlación inversa ($r=-.513^{**}$), con un valor de la significancia ($p=0.000$) entre bienestar psicológico y factor biológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023. Esto da a entender, que los estudiantes experimentan niveles no significativos en el factor biológico del estrés académico.

Tercera: En cuanto a la segunda contrastación específica, se halló una correlación inversa ($r=-.589^{**}$), con un valor de la significancia ($p=0.000$) entre bienestar psicológico y factor psicológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023. Se deduce que los estudiantes experimentan tantos niveles bajos de bienestar psicológico, mientras en el factor psicológico del estrés, experimenta niveles no significativos muy altos.

Cuarto: En cuanto a la tercera contrastación específica, se halló una correlación inversa ($r=-.589^{**}$) con un valor de la significancia ($p=0.000$) entre bienestar psicológico y factor sociocultural en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023. Esto da a entender que los estudiantes perciben niveles bajos en su bienestar

psicológico, mientras en el factor socio cultural del estrés académico perciben niveles no significativos altos.

Quinto: En cuanto a la cuarta contrastación específica, se halló una correlación inversa ($r=-.590^{**}$), con un valor de la significancia ($p=0.000$) entre autoaceptación y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas–2023. Esto da a entender que los estudiantes perciben niveles bajos en la dimensión autoaceptación de su bienestar psicológico. En cuanto al estrés académico se perciben niveles no significativos altos.

Sexto: En cuanto a la quinta contrastación específica, se halló una correlación inversa ($r=-.520^{**}$) con un valor de la significancia ($p=0.000$) entre relaciones positivas y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023. Esto da a entender que los estudiantes perciben niveles bajos en la dimensión de reacciones positivas de su bienestar psicológico. En cuanto al estrés académico se perciben niveles no significativos altos.

Séptima: En cuanto a la sexta contrastación específica, se halló una correlación inversa ($r=-.602^{**}$), con un valor de la significancia ($p=0.000$) entre autonomía y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023. Esto da a entender que los estudiantes perciben niveles bajos en su dimensión autonomía de su bienestar psicológico. En cuanto al estrés académico se perciben niveles no significativos altos.

Octava: En cuanto a la séptima contrastación específica, se halló una correlación inversa ($r=-.602^{**}$), con un valor de la significancia ($p=0.000$) entre dominio del entorno y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas–2023. Esto da a entender que los estudiantes perciben niveles bajos en su dimensión dominio del entorno de su bienestar psicológico. En cuanto al estrés académico se perciben niveles no significativos altos.

Novena: En cuanto a la octava contrastación específica, se halló una correlación inversa ($r=-.539^{**}$), con un valor de la significancia ($p=0.000$) entre propósito de vida y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023. Esto da a entender que los estudiantes perciben niveles bajos en su dimensión propósito de vida de su bienestar psicológico. En cuanto al estrés académico se perciben niveles no significativos altos.

Décima: En cuanto a la novena contrastación específica, se halló una correlación inversa ($r=-.624^{**}$), con un valor de la significancia ($p=0.000$) entre crecimiento personal y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023. Esto da a entender que los estudiantes perciben niveles bajos en su dimensión crecimiento personal de su bienestar psicológico. En cuanto al estrés académico se perciben niveles no significativos altos.

Recomendaciones

Primera: Al director de la I.E. que implemente un programa de prevención e intervención para fomentar la importancia del desarrollo del bienestar psicológico y el manejo frente al estrés académico

Segunda: Al coordinador de tutoría de la I.E., implementar capacitaciones dirigidos a estudiantes, docentes y padres de familia, por medio de talleres vivenciales, charlas en temas sobre estilos de afrontamiento para el manejo del estrés académico y fortalecimiento del bienestar psicológico.

Tercera: Al director de la I.E., que implemente un programa de inducción para los alumnos ingresantes al nivel secundario, con la finalidad de entrenarlos y puedan adaptarse al nuevo ritmo de aprendizaje y desarrollar sus propias habilidades.

Cuarta: A los docentes de aula implementar en sus horas de tutoría actividades que fortalezcan la autoaceptación, relaciones positivas, dominio de entorno y crecimiento personal, para así generar un buen bienestar psicológico

Quinto: A los docentes tutores, identificar a los estudiantes con niveles bajos de bienestar psicológico y con mayor presencia de estrés académico con el fin de derivar al área correspondiente para que puedan ser atendidos e intervenidos de forma individual o grupal, y así mejorar su salud mental.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarez, P. (2018). *Ética e Investigación*. Venezuela. Episteme
- Arias, F. G. (2012). *El proyecto de Investigación. Introducción a la Metodología Científica*. Venezuela. Episteme
- Arribasplata Saavedra, M. E., & Manosalva Pérez, C. G. (2022). *Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca* [Tesis de licenciatura]. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo
- Arthur, B. (2009). *The nature of technology: What it is and how it evolves*. Simon and Schuster. <https://doi.org/10.1016/j.futures.2010.08.015>
- Barraza, A. (2003). El estrés académico en los alumnos de postgrado de la Universidad Pedagógica de Durango. *Revista Psicológica Científica*, 6(2)
- Behar, D. (2008). *Metodología de la Investigación*. Shalom.
- Caceres Montenegro, E. Y., & Miranda Montalvan, K. X. (2022). *Estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la provincia de Chiclayo* [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipan]. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/10123>
- Carrasco (2013). *Metodología de la Investigación Científica*. San Marcos E.I.R.L.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos aires: Paidós
- Chacón Zenteno, C. A., Rodríguez Feliciano, M. Á., & Roberto, T. J. (2018). *Estres y Rendimiento Académico en Estudiantes de Primer año de la Escuela de Medicina de la Universidad Pablo Guardado Chávez 2017-2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Pablo Guardado Chavez].
- Dancourt Cardenas, M. A. (2022). *Bienestar psicológico y estrés académico en contexto de pandemia en universitarios de los últimos años de la carrera de psicología de una Universidad privada de Lima-Sur* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú].

- Deci, E., & Ryan, R. (2000). La teoría de la autodeterminación y la facilitación de la motivación. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Delgado Ahuanari, A. M., & Tejada Gordon, M. C. (2020). *Bienestar psicológico en estudiantes universitarios latinoamericanos* [Tesis de licenciatura. Universidad Cooperativa de Colombia].
<http://hdl.handle.net/20.500.12494/16343>
- Erikson, E. (1963). *Childhood and Society*. New York, EE.UU: Norton.
- Escalante Díaz, H. (2018). Bienestar psicológico y rendimiento académico de los estudiantes de primer año de Formación Inicial Docente del Instituto Pedagógico Nacional Monterrico [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. <http://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/4312>
- Espinosa-Castro, J. F., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J. E., Chacín, M., & Bermúdez-Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(1), 63-73.
<https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032>
- Fernández- López, J. A., Siegrist, J. & Hernández-Mejía, R. R. (2003). *El estrés laboral: un nuevo factor de riesgo. ¿Qué sabemos y qué podemos hacer?* *Revista Formación Continua*, 31(8), 524-526
 DOI: 10.1016/S0212-6567(03)70727-6
- García-Álvarez, D., Soler, M. J., & Cobo-Rendón, R. (2018). Efectos del Programa Creciendo Fuertes sobre el bienestar psicológico y autoeficacia generalizada en adolescentes: estudio preliminar. *Búsqueda*, 5(20), 28–47. <https://doi.org/10.21892/01239813.390>
- Gómez Bastar, S. (2012). *Metodología de la Investigación*. México. Red Tercer Milenio S.C.
- Hernandez Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2017). *Metodología de la investigación*. In Mc Graw Hill Educación
- Jahoda, M. (1958). *Current Concepts of Positive Mental Health*. New York, EE.UU: Basic Books.
- Keyes, C., Ryff, C., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1027.

<https://psycnet.apa.org/record/2002-02942-010>

La Rosa-Candia, S., & Ochoa Tenorio, G. (2018). *Estrés y rendimiento académico en eEstudiantes del nivel secundaria de Socos, Ayacucho -2018* [Tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo]

<https://hdl.handle.net/20.500.12692/28857>.

Luna, D., García-Reyes, S., Soria-González, E. A., Avila-Rojas, M., Ramírez-Molina, V., García-Hernández, B., & Meneses-González, F. (2020). Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico. *Investigación En Educación Médica*, 9(35), 8–17.

<https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2020.35.20205>

Maslow, A. H. (1962). *Toward a Psychology of Being*. Princeton: *Van Nostrand*.

Matos y Mula, A. J., Tolaba, L. G., & Vásquez, E. E. (2022). Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de secundaria. *Investigación, Ensayo y Experiencia*, V(5), 156–168. <https://ies7-juj.infod.edu.ar/sitio/publicaciones/>

Maximiliano Aguirre, M. L., Trujillo Romero, E., & Sifuentes Asencios, W. F. (2019). *Bienestar Psicológico y Rendimiento Académico en estudiantes del sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 33346 San Antonio de Warpoj, Pachitea 2018* [Tesis de bachiller, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. <https://hdl.handle.net/20.500.13080/6494>

Niño Rojas, V.M. (2012). *Metodología de la Investigación*. Bogotá. Ediciones de la U.

Ordoñez León, P. (2018). *Bienestar psicologico y estres academico en estudiantes de primer y segundo ciclo de la universidad Maria auxiliadora,2017* [Tesis de maestria, Universidad Peruana Unión]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/533>

Quispe Huamani, N. R. (2021). *Estrés académico en Estudiantes de Secundaria de una I.E. Pública, Cuzco-2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica].

<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/169>

- Riveros-Córdova, P. L. (2021). Estrés académico y rendimiento académico En Estudiantes Del Nivel Secundario De Una Institución Educativa Privada, Ayacucho, 2020 [Tesis de licenciatura, Universidad de Ayacucho Federico Froebel].
<http://repositorio.udaff.edu.pe/handle/20.500.11936/198>
- Ryff, C.D. (2013). Eudaimonic well-being and health: Mapping consequences of self-realization. In A.S: Waterman (Ed.), *The best within us: Positive psychology perspective on eudaemonia (pp.77-98)*. American Psychological Association. DOI:10.1037/14092-005
- Ryff, C. (1989). Happiness is Everything, or is it?. Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality an Social Psychology*, 57(6), 1069-1081
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Singer, B.H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological. In A. Delle Fave (Ed.), *The exploration of happiness. Present and future perspectives (pp. 97-116)*. Springer Science *Business Media.
https://doi.org/10.1007/978-94-007-5702-8_6
- Saldaña Orozco, C., Polo-Vargas, J. D., Gutiérrez-Carvajal, O. I., & Madrigal Torres, B. E. (2020). Psychological well-being, stress and psychosocial factors in workers of governmental institutions of Jalisco-Mexico. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(1), 25–37.
<https://www.redalyc.org/journal/280/28063104003/>
- Selye, H. (1980). *El estrés de la vida*. Published by the McGraw-Hill Book Company Printed in the United States of America.
- Seligman, M.E.P. (2003). Positive psychology : Fundamental assumptions. *The Psychologist*, 16, 126-127.
- Seligman, M.E.P. & Csikszentmihayli, M. (2000). Positive Psychology : An Introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
 DOI: 10.1037/0003-066X.55.1.5
- Serón Cabezas, N. (2006). Relación que existe entre factores estresantes y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la U.N.M.S.M. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/1009>

- Silva, M.(2001) *Apuntes para la elaboración de un proyecto de Investigación*. México. UNAN
- Turpo Phuño, J. (2020). *Estres academico en el bienestar psicologico en tiempos de pandemia en estudiantes de secundaria de un colegio particular Cusco,2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo].
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/58768>
- Valerio Ureña, G., & Serna Valdivia, R. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(3), 19.
<https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.3.1796>
- Valderrama (2018) *Pasos para Elaborar Proyecctos de Investigación ientífica*. Lima. San Marcos. E.IR.L.
- Yataco Apaza, J. P. (2019). *Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de Ingeniería de Sistemas de una Universidad Privada de Lima Sur* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú].
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/707>
- Yupanqui Rodriguez, G. D., & Cajamarca Janampa, M. (2019). Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la serie 200, Facultad de ciencias de la salud, universidad Nacional de San Cristobal de Huamnaga,2018. [Tesis de licenciaatura, San Cristóbal de Huamnaga]. <http://repositorio.unsch.edu.pe/handle/UNSCH/3827>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

"BIENESTAR PSICOLOGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE 13 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, ANDAHUAYLAS - 2023"						
PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	VARIABLES	DIMENSIONES	ÍNDICE	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?	Determinar la relación entre bienestar psicológica y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas-2023	Existe relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023	VARIABLE X Bienestar Psicológico	<ul style="list-style-type: none"> • Autoaceptación • Relaciones positivas • Autonomía • Dominio del entorno • Propósito de la vida • Crecimiento personal 	Escala de Bienestar Psicológico, tiene como autor Carolina Riff (1989) fue adaptado en Perú por Renzo Felipe Carranza Esteban (2015),	TIPO DE INVESTIGACIÓN Básica o fundamental NIVEL DE INVESTIGACIÓN Correlacional POBLACIÓN Estudiantes: 120 MUESTRA Estudiantes: 91 DISEÑO ESPECÍFICO No experimental – Transversal
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	PROBLEMA ESPECÍFICO	PROBLEMA ESPECÍFICO				
¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y factor biológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?	Determinar la relación entre bienestar psicológico y factor biológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023	Existe relación entre bienestar psicológico y factor biológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023				
¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y factor psicológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?	Determinar la relación entre bienestar psicológico y factor psicológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023	Existe relación entre bienestar psicológico y factor psicológico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023				
¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y factor sociocultural en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023	Determinar la relación entre bienestar psicológico y factor sociocultural en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023	Existe relación entre bienestar psicológico y factor sociocultural en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023				
				<ul style="list-style-type: none"> • Factor Biológico 	Cuestionario de Estrés Académico de Nancy Serón	

educativa pública, Andahuaylas - 2023?		educativa pública, Andahuaylas – 2023	<p>VARIABLE Y</p> <p>Rendimiento académico</p>	<ul style="list-style-type: none"> Factor Psicológico Factor socio cultural 	<p>Cabezas, adaptada en Perú por La Rosa Candia y Ochoa (2018)</p>	 <p>Dónde: M = Muestra O1= Observación de la variable 1 O2 = Observación de la variable 2 r= Nivel de influencia</p>
¿Cuál es la relación entre autoaceptación y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?	Determinar la relación entre autoaceptación y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023	Existe relación entre autoaceptación y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023				
¿Cuál es la relación entre relaciones positivas y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?	Identificar la relación entre relaciones positivas y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023	Existe relación entre relaciones positivas y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023				
¿Cuál es la relación entre autonomía y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?	Identificar la relación entre autonomía y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023	Existe relación entre autonomía y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023				
¿Cuál es la relación entre dominio del entorno y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?	Identificar la relación entre dominio del entorno y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023	Existe relación entre dominio del entorno y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023				
¿Cuál es la relación entre propósito de la vida y estrés académico en	Identificar la relación entre propósito de la vida y estrés académico en estudiantes	Existe relación entre propósito de la vida y estrés académico en				

estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?	de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023	estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023				
¿Cuál es la relación entre crecimiento personal y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023?	Identificar la relación crecimiento personal y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas - 2023	Existe relación entre crecimiento personal y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas – 2023				

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos
Cuestionario de Bienestar Psicológico (Carol Riff -1989)

Datos generales:

Edad:Sexo: Femenino () Masculino ()

GradoSección.....

Instrucciones:

Lea cuidadosamente cada pregunta y conteste las oraciones que aparecen a continuación.

Te pedimos que contestes con mucha sinceridad las opciones de repuestas marcando con una (X) a la opción que más se parezca a tu forma de ser. “No existe una opción correcta o incorrecta, solo se te pide tu sinceridad”

1	2	3	4	5
totalmente en desacuerdo	En Desacuerdo	Ni de Acuerdo, ni en Desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

N°	DESCRIPCIÓN DE ÍTEMS	1	2	3	4	5
		Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de Acuerdo, ni en Desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
DIMENSIÓN AUTOCONCEPTO						
1	Cuando analizo la historia de mi vida, me siento satisfecho de cómo han resultado las cosas					
2	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes comparto mis preocupaciones					
3	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas					
4	Me preocupa cómo otras personas evalúan las elecciones que he hecho en mi vida					
5	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga					
6	Es gratificante trazar planes para el futuro y esforzarme para hacerlos realidad.					
DIMENSIÓN RELACIONES POSITIVAS						
7	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo					
8	No cuento con muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar					
9	Tiendo a preocuparme por lo que los demás piensan de mí					
10	Me juzgo a mí mismo por lo que pienso que es importante, no por los valores de los demás					
11	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto					
12	Soy una persona activa cuando realizo los planes que me propongo					

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

MUCHAS GRACIAS

Cuestionario sobre Estrés Académico

(Nancy Serón Cabezas, 2006)

Adaptado por:

Subybel La Rosa Candia y Genoveva Ocho Tenorio (2018)

Datos generales:

Edad:Sexo: Femenino () Masculino ()

GradoSección.....

Lea cuidadosamente cada pregunta y conteste las oraciones que aparecen a continuación.

Instrucciones

Lea atentamente cada uno de los ítems y conteste las alternativas que mejor responda su situación presente, marcando con una "X" sobre la alternativa elegida.

N°	DESCRIPCIÓN DE ÍTEMS	2	1	0
		Si	Aveces	No
FACTOR BIOLÓGICO				
1	¿Presenta frecuentemente dolores de cabeza?			
2	¿Tiene Ud. falta de apetito?			
3	¿Presenta frecuentemente trastornos digestivos:			
	a. Náuseas			
	b. Flatulencia:			
	c. Diarrea			
	d. Estreñimiento:			
	e. Gastritis			
4	¿Considera que estos trastornos se presentan por aspectos académicos?			
5	¿Presenta Ud. tensión muscular (cuello, espalda)?			
FACTOR PSICOLÓGICO				
6	¿Sufre de insomnio?			
7	¿Presenta inseguridad en los actos que realiza?			
8	¿Siempre mantiene la concentración en lo que está haciendo o atendiendo?			
9	¿Tiene dificultad para tomar decisiones en lo que ejecutara?			
10	¿A menudo pierde oportunidades por no decidirse?			
11	¿Tiene confianza en si mismo?			
12	¿Presenta sentimientos de inferioridad?			
13	¿Siente que sus opiniones no son tomadas en cuenta?			
14	¿Tiene momentos de depresión con frecuencia?			
15	¿Se preocupa demasiado por cosas sin importancia?			

16	¿Se siente satisfecho con las actividades realizadas durante el día?			
17	¿Controla con facilidad situaciones inesperadas (examen improvisado, intervenciones orales al azar, otros)			
18	¿Tiene Ud. momentos de irritabilidad?			
FACTOR SOCIOCULTURAL				
19	¿La interacción en su entorno familiar es armoniosa?			
20	¿Existe algo que genere estrés dentro de su entorno familiar?			
21	¿En su vivienda, cuenta con un ambiente de estudios adecuado?			
22	¿Considera que la Institución educativa donde está estudiando tiene condiciones académicas y de recreación necesarias para ello?			
23	¿Está satisfecho con el horario académico que presenta?			
24	¿Le falta tiempo para cumplir con sus actividades académicas?			
25	¿Considera que las evaluaciones teórico- prácticas son generadoras de estrés?			
26	¿Cree usted que los cambios de conducta generados por el estrés pueden estar afectando su rendimiento académico?			
27	¿Considera usted que el dinero que cuenta para sus gastos diarios influye en el rendimiento académico?			

MUCHAS GRACIAS

Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE 13 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA, ANDAHUAYLAS -2023

Nombre del instrumento: CUESTIONARIO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO.

Nombre del Experto: Aparcana Hernandez José Carlos

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento cumple con los aspectos de validez, por lo tanto, el instrumento es aplicable.


José Carlos Aparcana Hernández
DOCTOR EN EDUCACIÓN
DNI 21553760

Adjuntar al formato:

*Matriz de consistencia de la investigación (Cuantitativo) ó matriz de categorización apriorística (cualitativo)

*Matriz de Operacionalización de variables (Cuantitativo) ó matriz de categorías y subcategorías (Cualitativo)

*Instrumento(s) de recolección de datos

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE 13 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA, ANDAHUAYLAS -2023

Nombre del instrumento: CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO.

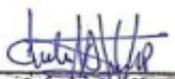
Nombre del Experto: Aparcana Hernandez José Carlos

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento cumple con los aspectos de validez, por lo tanto, el instrumento es aplicable.


José Carlos Aparcana Hernández
DOCTOR EN EDUCACIÓN

DNI 21553760

Adjuntar al formato:

*Matriz de consistencia de la investigación (Cuantitativo) ó matriz de categorización apriorística (cualitativo)

*Matriz de Operacionalización de variables (Cuantitativo) ó matriz de categorías y subcategorías (Cualitativo)

*Instrumento(s) de recolección de datos

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE 13 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA, ANDAHUAYLAS -2023

Nombre del instrumento: CUESTIONARIO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO.

Nombre del Experto: Bejar Alegría Maribell Xiomara

ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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

II. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento cumple con los aspectos de validez, por lo tanto, el instrumento es aplicable.


Maribell X. Bejar Alegria
PSICÓLOGA
C.P.S.P. 2475^C

Apellidos y Nombres del Validador.
Grado Académico: Maestría en Ps. Educativa
No. DNI: 31039904

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE 13 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA, ANDAHUAYLAS -2023

Nombre del instrumento: CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

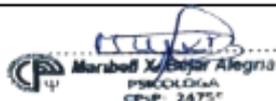
Nombre del Experto: Bejar Alegria Maribell Xiomara

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento cumple con los aspectos de validez, por lo tanto, el instrumento es aplicable.



Maribell X. Bejar Alegria
PSICÓLOGA
CPSP: 24751

Apellidos y Nombres del Validador.

Grado Académico: Maestría en Ps. Educativa

No. DNI: 31039904

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE 13 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA, ANDAHUAYLAS -2023

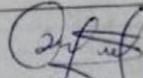
Nombre del instrumento: CUESTIONARIO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO.

Nombre del Experto: RUTH ROSARIO CONDE BARRIOS

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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

III. OBSERVACIONES GENERALES


Ruth R. Conde Barrios

Psicóloga y Psicoterapeuta
 Apellidos y Nombre del Validador: CONDE BARRIOS RUTH ROSARIO
 Grado Académico: LIC. PSICÓLOGA
 No. DNI: 70187753

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE 13 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA, ANDAHUAYLAS -2023

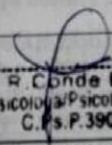
Nombre del instrumento: CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Nombre del Experto: RUTH ROSARIO CONDE BARRIOS

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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

III. OBSERVACIONES GENERALES


Ruth R. Conde Barrios
Psicóloga/Psicoterapeuta
C. P. P. 39042

Apellidos y Nombres del Validador: CONDE BARRIOS Ruth Rosario
Grado Académico: Ma. Psicología
No. DNI: 70187753



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

CARTA DE PRESENTACIÓN

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

Hace Constar:

Que, **GUIZADO MIRANDA MARISOL MEDALY**; identificada con DNI 70379134 del Programa Académico de Psicología, quien viene desarrollando la Tesis Profesional: **"BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE 13 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, ANDAHUAYLAS. 2023"**

Se expide el presente documento, a fin de que el responsable de la Institución, tenga a bien autorizar a los interesados en mención, aplicar su instrumento de 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, 24 de mayo del 2023



Susana Marleni Atuncar Deza

MG. SUSANA MARLENI ATUNCAR DEZA
DECANA (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



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Chincha Alta, 24 de mayo del 2023

OFICIO N°0338-2023-UAI-FCS

I.E. GUILLERMO PINTO ISMODES –PROVINCIA ANDAHUAYLAS - DEPARTAMENTO APURÍMAC
DIRECTOR: CÉSAR MANUEL RUIZ SALDAÑA
DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA. ANDAHUAYLAS- APURÍMAC
DISTRITO SANTA MARÍA DE CHICMO- PROVINCIA ANDAHUAYLAS- DEPARTAMENTO APURÍMAC

PRESENTE.-

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo 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 formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, proyección y extensión universitaria y bienestar universitario.

En tal sentido, nuestros estudiantes de los últimos semestres académicos se encuentran en el desarrollo de su Trabajo de Investigación, 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. Los estudiantes han tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **AUTORIZACIÓN** de la Institución elegida, para que los estudiantes puedan poder 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 las estudiantes con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación que será de gran utilidad para su institución.

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



[Firma]
MG. SUSANA MARLENI ATUNCAR DEZA
DECANA (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

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA SER PARTICIPANTE EN EL ESTUDIO

El objetivo de este estudio es Determinar la relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa pública, Andahuaylas -2023 Todos los participantes completaran un cuestionario demográfico y se les realizaran preguntas relacionadas a la/s variable/s V1 BIENESTAR PSICOLÓGICO Y V2 ESTRÉS ACADÉMICO relacionadas a la salud mental. Su participación en el estudio se dará en un solo momento y es VOLUNTARIA, nadie puede obligarlo a participar si no lo desea. Debe también saber que toda la información que brinde será guardada CONFIDENCIALMENTE, es decir, solo será conocida por las personas autorizadas que trabajan en este estudio y por nadie más. Si acepta participar en el estudio y registra su código en este consentimiento sucederá lo siguiente:

Le aseguramos que la información que proporcione se guardará con la mayor confidencialidad posibles. Su nombre no va a ser utilizado en ningún reporte o publicación que resulte de este estudio. Le solicitaremos pueda Ud. crear un código de participante. Su nombre y dirección, así como su número de teléfono o dirección de correo electrónico, en caso los proporcione, serian asegurados mediante uso de contraseñas para su acceso. Algunas preguntas podrían causar incomodidad, pero puede no contestarlas y puede también interrumpir la encuesta en cualquier momento Su participación se dará en el marco del respeto a la integridad de la persona: autonomía, justicia, benevolencia y la no maleficencia.

Usted puede decidir no participar en este estudio.

Si participa del estudio, ayudaría a la comunidad científica a conocer el estado de algunos aspectos de la salud mental en población de estudiantes especialmente relacionados a V1 BIENESTAR PSICOLÓGICO – V2 ESTRÉS ACADÉMICO.

No habrá una compensación económica por su participación en el estudio. La participación en este estudio en cualquiera de los test realizados no implica algún costo para Ud.

Las únicas personas que sabrán de su participación son los integrantes del equipo de investigación. Su código de participante será guardado en un archivo electrónico con contraseña u encriptado. No se compartirá la información provista durante el estudio a nadie, sin su permiso por escrito, a menos que fuera necesario por motivos legales y bajo su conocimiento.

En el caso de cualquier consulta relacionada al estudio y su participación, puede contactar al o los responsables de la investigación: Marisol Medaly Guizado Miranda, CELULAR: 972617345, CORREO: marisol_mgm@hotmail.com como evidencia de aceptar participar de la investigación se requiere que elabore un código personal que nos permitirá además mantener la confidencialidad.

El código se elaborará considerando su fecha de nacimiento y las iniciales de sus datos personales.

.....
Código del participante

.....
Fecha

ASENTIMIENTO INFORMADO PARA EL MENOR

Con el debido respeto me presento, mi nombre es Marisol Medaly Guizado Miranda estudiante/egresado de la carrera de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica Actualmente, me encuentro realizando una investigación sobre BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS ACADÉMICO en ESTUDIANTES. El objetivo del estudio es Determinar la relación entre bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de 13 a 17 años en una institución educativa publica, Andahuaylas-2023 para ello se requiere su colaboración. El proceso de colaboración consiste en responder los instrumentos: BIENESTAR PSICOLÓGICO que cuenta con. 39 de preguntas, Y ESTRÉS ACADÉMICO cuenta con 27 preguntas con una duración aproximada de 25 minutos.

Su participación en el estudio es totalmente VOLUNTARIA, es así que, no implica recompensas de ningún tipo y tampoco algún costo. Debe también saber que toda la información que brinde será guardada CONFIDENCIALMENTE, es decir, sólo será conocida por las personas autorizadas que trabajan en este estudio y por nadie más.

Su participación se dará en el marco del respeto a la integridad de la persona: autonomía, justicia, benevolencia y la no maleficencia.

En el caso de cualquier consulta relacionada al estudio y su participación, puede contactar al o los responsables de la investigación: Marisol Medaly Guizado Miranda, CELULAR: 972617345, CORREO: marisol_mgm@hotmail.com

Habiendo leído la información provista líneas arriba. Y, como evidencia de aceptar participar de la investigación se requiere que elabore un código personal que nos permitirá además mantener la confidencialidad. El código se elaborará considerando su fecha de nacimiento y sus iniciales.

Código del participante

Fecha

Confiabilidad de los instrumentos

Tabla 33

Confiabilidad del instrumento Bienestar Psicológico

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,991	39

Tabla 34

Confiabilidad del instrumento Estrés Académico

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,962	27

Anexo 4: Base de datos

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	ID	Cadena	4	0		Ninguna	Ninguna	4	Izquierda	Nominal	Entrada
2	Edad	Númérico	8	0	Edad del encue...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
3	Sexo	Númérico	8	0	Sexo del encue...	{1, Masculin...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal	Entrada
4	Grado	Númérico	8	0	Grado del encu...	Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
5	Sección	Númérico	8	0	Sección del en...	{1, Sección ...	Ninguna	5	Derecha	Ordinal	Entrada
6	V1P1	Númérico	8	0	Cuando analizo...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
7	V1P2	Númérico	8	0	A menudo me ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
8	V1P3	Númérico	8	0	No tengo miedo...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
9	V1P4	Númérico	8	0	Me preocupa c...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
10	V1P5	Númérico	8	0	Me resulta difi...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
11	V1P6	Númérico	8	0	Es gratificante t...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
12	V1P7	Númérico	8	0	En general, me...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
13	V1P8	Númérico	8	0	No cuento con ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
14	V1P9	Númérico	8	0	Tiendo a preoc...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
15	V1P10	Númérico	8	0	Me juzgo a mí ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
16	V1P11	Númérico	8	0	He sido capaz ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
17	V1P12	Númérico	8	0	Soy una person...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
18	V1P13	Númérico	8	0	Si tuviera la op...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
19	V1P14	Númérico	8	0	Siento que mis ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
20	V1P15	Númérico	8	0	Tiendo a dejar...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
21	V1P16	Númérico	8	0	En general, sie...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
22	V1P17	Númérico	8	0	Me siento bien ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
23	V1P18	Númérico	8	0	Mis objetivos e...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
24	V1P19	Númérico	8	0	Me gusta la ma...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
25	V1P20	Númérico	8	0	Me parece que ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
26	V1P21	Númérico	8	0	Confío en mis p...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
27	V1P22	Númérico	8	0	Las demandas ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
28	V1P23	Númérico	8	0	Tengo clara la ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
29	V1P24	Númérico	8	0	Conforme pasa ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
30	V1P25	Númérico	8	0	En muchos asp...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
31	V1P26	Númérico	8	0	No he experime...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
32	V1P27	Númérico	8	0	Es difícil para ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
33	V1P28	Númérico	8	0	Soy bastante b...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
34	V1P29	Númérico	8	0	No tengo claro ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
35	V1P30	Númérico	8	0	Hace mucho tie...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
36	V1P31	Númérico	8	0	En su mayor p...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
37	V1P32	Númérico	8	0	Sé que puedo c...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
38	V1P33	Númérico	8	0	A menudo cam...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
39	V1P34	Númérico	8	0	No quiero intent...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
40	V1P35	Númérico	8	0	Pienso que es i...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
41	V1P36	Númérico	8	0	Cuando pienso ...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
42	V1P37	Númérico	8	0	Tengo la sensa...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
43	V1P38	Númérico	8	0	Para mí, la vida...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
44	V1P39	Númérico	8	0	Si me sintiera i...	Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
45	V2P1	Númérico	8	0	¿Presenta frec...	Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
46	V2P2	Númérico	8	0	¿Tiene Ud. falta...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
47	V2P3	Númérico	8	0	¿Presenta frec...	Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
48	V2P4	Númérico	8	0	¿Considera que...	Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada

*Estadística marisol.sav [Conjunto_de_datos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
49	V2P5	Númérico	8	0	¿Presenta Ud...	Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
50	V2P6	Númérico	8	0	¿Sufre de inse...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
51	V2P7	Númérico	8	0	¿Presenta inse...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
52	V2P8	Númérico	8	0	¿Siempre mant...	Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
53	V2P9	Númérico	8	0	¿Tiene dificulta...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
54	V2P10	Númérico	8	0	¿A menudo pie...	Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
55	V2P11	Númérico	8	0	¿Tiene confianz...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
56	V2P12	Númérico	8	0	¿Presenta sent...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
57	V2P13	Númérico	8	0	¿Siente que su...	Ninguna	Ninguna	2	Derecha	Ordinal	Entrada
58	V2P14	Númérico	8	0	¿Tiene moment...	Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
59	V2P15	Númérico	8	0	¿Se preocupa ...	Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
60	V2P16	Númérico	8	0	¿Se siente sati...	Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
61	V2P17	Númérico	8	0	¿Controla con f...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
62	V2P18	Númérico	8	0	¿Tiene Ud. mo...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
63	V2P19	Númérico	8	0	¿La interacción...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
64	V2P20	Númérico	8	0	¿Existe algo qu...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
65	V2P21	Númérico	8	0	¿En su vivienda...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
66	V2P22	Númérico	8	0	¿Considera que...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
67	V2P23	Númérico	8	0	¿Está satisfech...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
68	V2P24	Númérico	8	0	¿Le falta tiemp...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
69	V2P25	Númérico	8	0	¿Considera que...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
70	V2P26	Númérico	8	0	¿Cree usted qu...	Ninguna	Ninguna	3	Derecha	Ordinal	Entrada
71	V2P27	Númérico	8	0	¿Considera ust...	Ninguna	Ninguna	2	Derecha	Ordinal	Entrada
72	V1_Bienest...	Númérico	8	0	V1_Bienestar P...	{1, Bajo}...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor

Buscar 17°C Parc. nublado

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
72	V1_Bienest...	Númérico	8	0	V1_Bienestar P...	{1, Bajo}...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal	Entrada
73	V1_D1_Aut...	Númérico	8	0	V1_D1_Autoac...	{1, Bajo}...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal	Entrada
74	V1_D2_Rel...	Númérico	8	0	V1_D2_Relacio...	{1, Bajo}...	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
75	V1_D3_Aut...	Númérico	8	0	V1_D3_Autono...	{1, Bajo}...	Ninguna	7	Derecha	Ordinal	Entrada
76	V1_D4_Do...	Númérico	8	0	V1_D4_Domini...	{1, Bajo}...	Ninguna	5	Derecha	Ordinal	Entrada
77	V1_D5_Pró...	Númérico	8	0	V1_D5_Próposi...	{1, Bajo}...	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
78	V1_D6_Cre...	Númérico	8	0	V1_D6_Crecimi...	{1, Bajo}...	Ninguna	5	Derecha	Ordinal	Entrada
79	V2_Estres...	Númérico	8	0	V2_Estres Aca...	{1, No signif...	Ninguna	10	Derecha	Ordinal	Entrada
80	V2_D1_Fac...	Númérico	8	0	V2_D1_Factor ...	{1, No signif...	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
81	V2_D2_Fac...	Númérico	8	0	V2_D2_Factor ...	{1, No signif...	Ninguna	5	Derecha	Ordinal	Entrada
82	V2_D3_Fac...	Númérico	8	0	V2_D3_Factor ...	{1, No signif...	Ninguna	4	Derecha	Ordinal	Entrada
83											
84											
85											
86											
87											
88											
89											
90											
91											
92											
93											
94											
95											

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor

Buscar 17°C Parc. nublado

Anexo 5: Evidencias fotográficas



Anexo 6: Informe de turnitin al 28% de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO	AUTOR
07. GUIZADÓ MIRANDA MARISOL MEDA LY.docx	GUIZADÓ
RECUENTO DE PALABRAS	RECUENTO DE CARACTERES
23583 Words	133797 Characters
RECUENTO DE PÁGINAS	TAMAÑO DEL ARCHIVO
129 Pages	10.1MB
FECHA DE ENTREGA	FECHA DEL INFORME
Sep 9, 2024 11:32 AM GMT-5	Sep 9, 2024 11:34 AM GMT-5

● 17% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 15% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 11% Base de datos de trabajos entregados
- 4% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)

● **17% de similitud general**

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 15% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 11% Base de datos de trabajos entregados
- 4% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

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

1	hdl.handle.net Internet	3%
2	repositorio.autonomadeica.edu.pe Internet	2%
3	repositorio.upsjb.edu.pe Internet	2%
4	repositorio.ucv.edu.pe Internet	2%
5	repositorio.autonomadeica.edu.pe Internet	1%
6	fdocuments.ec Internet	<1%
7	repositorio.une.edu.pe Internet	<1%
8	Universidad Privada San Juan Bautista on 2024-09-05 Submitted works	<1%

9	Universidad Privada del Norte on 2023-11-02 Submitted works	<1%
10	repositorio.uigv.edu.pe Internet	<1%
11	Universidad Privada San Juan Bautista on 2024-03-17 Submitted works	<1%
12	repositorio.unheval.edu.pe Internet	<1%
13	"Aceptabilidad y satisfacción de la telepsicoterapia por parte de usuari... Crossref posted content	<1%
14	Gabriel Valerio Ureña, River Serna Valdivia. "Redes sociales y bienestar... Crossref	<1%
15	recursosbiblio.url.edu.gt Internet	<1%
16	Universidad Privada San Juan Bautista on 2023-06-20 Submitted works	<1%
17	repositorio.unica.edu.pe Internet	<1%
18	Gaspar Arbizu, Gianina Hurtado Castaneda, Frank Monge Cortijo, Jorg... Publication	<1%
19	repositorio.autonoma.edu.pe Internet	<1%
20	repositorio.uladech.edu.pe Internet	<1%

Descripción general de fuentes

21	Universidad Autonoma del Peru on 2022-07-21 Submitted works	<1%
22	repositorio.ucss.edu.pe Internet	<1%
23	ru.dgb.unam.mx Internet	<1%
24	Universidad Andina del Cusco on 2024-02-29 Submitted works	<1%
25	Cyntia Victoria Ccahuancama Trujillo. "Development of pedagogical le... Crossref	<1%
26	Universidad Ricardo Palma on 2022-02-10 Submitted works	<1%
27	Johnson and Wales University on 2023-06-15 Submitted works	<1%
28	Universidad Catolica de Trujillo on 2024-07-26 Submitted works	<1%
29	Méndez Méndez, Claudia. "La percepción De Los Adolescentes De Las ... Publication	<1%
30	Universidad Anahuac México Sur on 2024-06-14 Submitted works	<1%
31	Universidad Autónoma de Ica on 2023-01-11 Submitted works	<1%
32	Universidad Autónoma de Ica on 2023-01-11 Submitted works	<1%

33	Universidad Católica San Pablo on 2023-12-04 Submitted works	<1%
34	Universidad Privada del Norte on 2023-06-14 Submitted works	<1%
35	repositorio.upn.edu.pe Internet	<1%