

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA

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



**DIFICULTADES EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO EN JÓVENES DE 18 A 25 AÑOS DE EDAD EN
UN DISTRITO DE IMPERIAL CAÑETE 2022**

TESIS

PRESENTADA POR LA BACHILLER

OROTUMA FLORES ETHEL EKO DEL PILAR

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

CHINCHA- PERÚ

2022

ASESOR

Dr BARBOZA ZELADA, LUIS ALBERTO

AGRADECIMIENTO

A Dios

Por brindarme sabiduría y humildad para transitar en la vida
en la línea del bien.

A la Universidad Privada San Juan Bautista

Por permitirme el ingreso a sus aulas y formarme como profesional en el campo
de la salud mental: psicóloga, profesional formado bajo el enfoque humanista y
científico.

A los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete.

Por ser parte de la investigación, por su colaboración y apoyo al
responder los instrumentos de medición durante el proceso
de registro de datos, muchos éxitos a
cada uno de ustedes.

A mi asesor

Por ser la persona que en base a inteligencia y paciencia supo guiarme en el
proceso de investigación, gracias por su don de profesional,
pero sobre todo de persona

DEDICATORIA

A mis padres por ser un ejemplo a seguir, mis hermanos por siempre saber responder a mis interrogantes tan innecesarias, al padre de mi hijo por el apoyo incondicional y calmar siempre mis nervios, sin embargo, al motor que me impulsó a seguir mejorando y creciendo en la carrera de psicología; mi hijo Thiago Alessandro, Gracias a cada uno de ustedes por enseñarme infinidad de cosas; Los Amo.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022. **Método:** Estudio No experimental - sub grupo correlacional, de tipo básica de cohorte prospectivo de enfoque cuantitativo. Participaron 232 jóvenes de 18 a 25 años de edad. Los instrumentos utilizados fueron la escala de dificultades de regulación emocional y la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff que muestra los niveles de regulación emocional y bienestar psicológico. **Resultados:** Se obtuvo que el 49.0% de la muestra presentan un nivel medio de dificultades en la regulación emocional. Por otro lado, con respecto al bienestar psicológico se determinó que el 47% presentan un nivel poco adecuado de bienestar psicológico. La prueba de correlación de Rho de Spearman se obtiene una correlación significativa ($< 0,05$) negativa moderada (-0,601) entre las variables, lo cual significa que a mayor dificultad en la regulación emocional menor bienestar psicológico. **Conclusiones:** Se concluyó que las dificultades en la regulación emocional y el bienestar psicológico poseen una correlación significativa de tipo negativa de nivel moderada.

Palabras claves: Dificultades en la regulación emocional, el bienestar psicológico, emociones

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between difficulties in emotional regulation and psychological well-being in young people between 18 and 25 years of age in a district of Imperial Cañete 2022. **Method:** Non-experimental study - correlational subgroup, basic type of prospective cohort with a quantitative approach. 232 young people from 18 to 25 years of age participated. The instruments used were the Emotional Regulation Difficulties Scale and Carol Ryff's Psychological Well-Being Scale, which shows the levels of emotional regulation and psychological well-being. **Results:** It was found that 49.0% of the sample presented a medium level of difficulties in emotional regulation. On the other hand, with respect to psychological well-being, it was determined that 47% have an inadequate level of psychological well-being. The Spearman's Rho correlation test obtained a significant (<0.05) moderate negative correlation (-0.601) between the variables, which means that the greater the difficulty in emotional regulation, the lower the psychological well-being. **Conclusions:** It was concluded that difficulties in emotional regulation and psychological well-being have a significant negative correlation of a moderate level.

Keywords: Difficulties in emotional regulation, psychological well-being, emotions

ÍNDICE
















CARÁTULA	i
ASESOR	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DEDICATORIA	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
Presentación	
ÍNDICE	vii
INFORME ANTIPLAGIO	ix
Lista de tablas	xi
Lista de anexos	xi
1 PROBLEMA	12
Realidad problemática	12
Formulación del problema	14
Objetivos	15
Objetivo general y específico	15
Propósito	16
Justificación	16
Delimitación	17
Limitaciones	18
2 MARCO TEORICO	19
Antecedentes nacionales e internacionales	19
Base teórica y marco conceptual	28

3	HIPOTESIS y VARIABLES	38
	3.1 Hipótesis	38
	3.2 variables	38
4	METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	40
	4.1. Tipo, nivel diseño de estudio	40
	4.2. Población, muestra y muestreo	41
	4.3. Medios de recolección de información	43
	4.4. Procedimiento	46
	4.5. Procesamiento de datos	46
	4.6. Aspectos éticos	47
5	ANALISIS DE RESULTADOS	50
	5.1. Resultados	50
	5.2. Discusión	63
6	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	66
	6.1. Conclusiones	66
	6.2. Recomendaciones	69
7	REFERENCIAS	70
	ANEXOS:	76
	MATRIZ DE CONSISTENCIA	77
	MATRIZ DE OPERACIONALIZACION	80
	INSTRUMENTOS	82
	CONSENTIMIENTO - ASENTIMIENTO INFORMADO	91

Document Information

Analyzed document	OROTUMA FLORES, ETHEL - TESIS.docx (D140476415)
Submitted	2022-06-16 06:58:00
Submitted by	LUIS ALBERTO BARBOZA ZELADA
Submitter email	LUIS.BARBOZA@UPSJB.EDU.PE
Similarity	7%
Analysis address	luis.barboza.upsjb@analysis.orkund.com

Sources included in the report

SA	<p>Universidad Privada San Juan Bautista / CALAGUA GARCIA.docx Document CALAGUA GARCIA.docx (D140476407) Submitted by: LUIS.BARBOZA@UPSJB.EDU.PE Receiver: luis.barboza.upsjb@analysis.orkund.com</p>		1
W	<p>URL: https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinvsai/mip-2016/mip161g.pdf Fetched: 2019-10-20 15:55:17</p>		1
W	<p>URL: https://www.researchgate.net/publication/311434742_Quality_of_life_and_emotional_regulation_difficulties_in_adult_life Fetched: 2020-10-09 15:55:13</p>		4
SA	<p>G1 TF 05.docx Document G1 TF 05.docx (D110524957)</p>		3
W	<p>URL: http://dev.scielo.org/pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-482720210001000010&lng=en&nrm=iso&tlng=en Fetched: 2022-05-12 18:49:57</p>		1
SA	<p>3_Cabana y Vilela_TT2_8404_T3.docx Document 3_Cabana y Vilela_TT2_8404_T3.docx (D140367910)</p>		1
SA	<p>1A_Caballa_Fernandez_Carmen_Maestria_2019.docx.doc Document 1A_Caballa_Fernandez_Carmen_Maestria_2019.docx.doc (D107257245)</p>		2
W	<p>URL: https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2821831 Fetched: 2022-06-16 06:58:43</p>		2
SA	<p>Andrea Huaitan y David Vera_TESIS FINAL.docx Document Andrea Huaitan y David Vera_TESIS FINAL.docx (D126209123)</p>		3
W	<p>URL: https://www.scielo.br/j/pusp/a/cT9JgNg4bW6wkQQjfm9zXGw/?lang=es Fetched: 2021-11-01 12:44:10</p>		1
W	<p>URL: https://www.ucm.es/data/cont/docs/1368-2018-05-11-FOCAD%20FINAL%20COMPLETO.pdf Fetched: 2019-10-31 21:33:43</p>		3
SA	<p>TESIS FIBNAL FINAL VASQUEZ MALCA ASTRID.docx Document TESIS FIBNAL FINAL VASQUEZ MALCA ASTRID.docx (D42637315)</p>		1
SA	<p>Alvites Florian, Liz Elizabeth.pdf Document Alvites Florian, Liz Elizabeth.pdf (D140106878)</p>		1
SA	<p>Trabajo de la tesis de grado.docx Document Trabajo de la tesis de grado.docx (D89403024)</p>		2
W	<p>URL: https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7798828.pdf Fetched: 2021-06-17 16:37:07</p>		2



UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

INFORME DE VERIFICACIÓN DE SOFTWARE ANTIPLAGIO

FECHA: 27 JUN 2022

NOMBRE DEL AUTOR (A):

OROTUMA FLORES, ETHEL EKO DEL PILAR

TIPO DE PRODUCTO DE INVESTIGACIÓN:

- PROYECTO ()
- TRABAJO DE INVESTIGACIÓN ()
- TESIS (X)
- TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL ()
- ARTICULO ()
- OTROS ()

INFORMO SER PROPIETARIO (A) DE LA INVESTIGACIÓN VERIFICADA POR EL SOFTWARE ANTIPLAGIO URKUND, EL MISMO TIENE EL SIGUIENTE TÍTULO:

“DIFICULTADES EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN JÓVENES DE 18 A 25 AÑOS DE EDAD EN UN DISTRITO DE IMPERIAL CAÑETE 2022”

CULMINADA LA VERIFICACIÓN SE OBTUVO EL SIGUIENTE PORCENTAJE: 7 %

Conformidad Autor:

Conformidad Asesor:

Nombre:
OROTUMA FLORES ETHEL EKO DEL PILAR
LUIS ALBERTO

Nombre:
BARBOZA ZELADA

DNI: 76416959

DNI: 07068974

Huella:



LISTAS DE TABLAS

Tabla 1	Edad de los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.
Tabla 2	Nivel de formación de los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.
Tabla 3	Sexo de los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.
Tabla 4	Tipo de familia de los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

LISTAS DE ANEXO

Anexo 01	Matriz de consistencia
Anexo 02	Matriz de operacionalización
Anexo 03	Instrumentos
Anexo 04	Evidencia de autorización de uso de instrumentos
Anexo 05	Informe de permiso de aplicación de instrumento
Anexo 06	Consentimiento informado para ser participante en el estudio

1. PROBLEMA

La llegada del Covid-19 la vida de la humanidad se ha visto dañada por lo que implica esta pandemia producto de este virus ha ocasionado millones de muertes, daños económicos, repercusiones sociales y por su puesto en lo psicológico y emocional. Es en esta última área en la que la población ha sufrido mayor daño, presentándose eventos de carácter netamente emocional, las personas han sido desbordadas por las emociones situación que ha repercutido en su bienestar psicológico.

En el contexto internacional según Gómez y Calleja (2007) sostienen que las emociones se regulan con el propósito de economizar recursos y alcanzar metas personales y sociales. Los procesos que se desencadenan para modificar la emoción pueden ser automáticos o propositivos y estarán orientados a cambiar tanto la propia emoción como la situación, según las necesidades individuales y las demandas del entorno (p.100). en esta dirección en estudio Ortuño et al., (2014) precisan que un importante número de adolescentes informó de síntomas de tipo emocional y/o comportamental. En concreto el 22,6% de los adolescentes refirieron “Me pongo nervioso/a con las situaciones nuevas, fácilmente pierdo la confianza en mí mismo/a”, mientras que el 14,6% afirmó que “Cuando me enfado, me enfado mucho y pierdo el control”. Los valores para los ítems que reflejan dificultades oscilaron entre “Me distraigo con facilidad, me cuesta concentrarme” con un 32,1% y “Por lo general caigo bien a la otra gente de mi edad”, con un 2%, que debe ser interpretado, igual que en los casos anteriores, como que un 2% por lo general no caen bien a la otra gente de su edad.

En Latinoamérica Urzúa (2016) según sus resultados los hombres reportaron un puntaje mayor que las mujeres en los factores descontrol, Interferencia, desatención y confusión emocional, en tanto las mujeres puntuaron más alto en la dimensión rechazo. Ninguna de estas diferencias resultó estadísticamente significativa (p.139). Al compararse las medias de las dimensiones entre los distintos rangos de edad, se encontró que, en la dimensión Interferencia Emocional, el rango etario que puntuó más alto fue el de 18-25 y el que menos el de 36-45. Mientras que en la Dimensión desatención emocional, el rango etario que puntúa más alto es 46-55 y el que puntúa más bajo fue el de 36-45 años mientras que en la dimensión confusión emocional, el rango etario que puntúa más alto es el de 18-25 años y el que puntúa más bajo el de 36-45 años (p.139).

La estabilidad emocional que vivencian los adolescentes se ven perturbadas por las diferentes circunstancias propias de su desarrollo y de las vivencias de su contexto así lo demuestra Anaya et al., (2020) en su estudio en el que arriba según sus resultados las dimensiones del bienestar psicológico un 83 % de los jóvenes se ubicaron en un nivel medio en la dimensión de autoaceptación, asimismo un 72% de los jóvenes se encuentra en un nivel medio en propósito en la vida. Lo que indica que tienen un reconocimiento de sus habilidades y tienen proyectos que esperan alcanzar en un futuro (p.17).

En el Perú el afrontamiento a las diferentes situaciones que le toca vivir a los adolescentes les permite experimentar diferentes emociones que según el estudio realizado por Ñañez et al., (2022) Los resultados señalan que el 60,1% experimentan tristeza; el 53,1%, miedo; el 52,6%, preocupación excesiva; el 51,3%, dificultad para mantenerse quieto; el 46,6%, alteración en la alimentación;

el 43,2%, sensación de vacío y el 40,3%, dificultad para tomar decisiones. Asimismo, el 45,6% sienten la aparición o incremento de síntomas ansiosos y el 36,8%, síntomas depresivos.

Teniendo en cuenta que el adolescente experimenta cambios sustanciales en las diferentes dimensiones de su integralidad, lo cual lo carga de emociones y situaciones que pueden desestabilizarlo psicológicamente, en esta perspectiva en cuanto al bienestar psicológico en el estudio realizado por Salinas (2021) se evidencia los tres niveles de la variable bienestar psicológico, donde la mayoría de los participantes se encuentra en el nivel medio, con un 45.9%, continúan aquellos que están en el nivel alto con un 29.8%, mientras que la menor proporción se ubica en el nivel de bajo, equivalente al 24.3% (p.23).

A nivel local los jóvenes manifiestan determinados comportamientos que muestran un bajo nivel de control emocional, lo cual se manifiesta en el inadecuado manejo de sus conductas impulsivas, las mismas que le generan problemas con su entorno más cercano, muestra carencia de reconocimiento de sus estados emocionales es decir experimentan emociones que no las reconocen como tal y por lo tanto no aceptan su vivencia. Por otro lado, este tipo situación, dificultad para el control de las emociones repercute en su estado de bienestar psicológico lo que se grafica en el tipo de relaciones que experimenta, en sus propósitos de vida, lo que no favorece a su crecimiento personal, en este tipo de comportamiento producto de las emociones los jóvenes se muestran vulnerables y no son capaces de tomar sus propias decisiones, no muestran autonomía.

El análisis de la realidad problemática brinda los fundamentos para la formulación del problema de investigación: ¿Cuál es la relación entre dificultades

en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022?

Teniendo en cuenta el problema general de la investigación se formularon los objetivos de investigación:

La formulación del objetivo general se realizó de la siguiente manera:
Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022

Así mismo se formularon los siguientes objetivos específicos:

Describir las dificultades en la regulación emocional en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022

Describir el nivel de bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022

Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y la auto aceptación en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022

Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y el dominio del entorno en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022

Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y las relaciones positivas en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022

Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y el propósito en la vida en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022

Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y el crecimiento personal en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022

Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y la autonomía en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022

Así mismo la investigación se plantea como propósito; mediante la metodología descriptiva correlacional, en primer lugar, describir los supuestos teóricos: dificultades en la regulación emocional y el bienestar psicológico, para luego mediante el empleo de la estadística inferencial determinar la relación entre las variables, conocimiento que aporta a la salud mental de la persona, en este caso los adolescentes que viven en el distrito de Imperial de la provincia de Cañete.

La propuesta de investigación se justifica, desde el criterio teórico existe desconocimiento o un bajo nivel de conocimiento sobre el significado de la regulación emocional y de lo que es el bienestar psicológico, mucho se piensa que el estar bien solo abarca la parte física y se deja de lado la integralidad del ser humano, es decir no se toma en cuenta la parte emocional la cual es tan importante como la física, la social u otra, bajo esa lógica la propuesta busca sistematizar un conjunto de información que permita proporcionar información de carácter científico que aporte al conocimiento de los constructos.

Desde el criterio social, asistimos a una sociedad en que la violencia de todo tipo y en todo espacio se observa cotidianamente, sumado a esto la

presencia del Covid-19 está generando un deterioro en la salud mental de las personas hechos que repercute en el ámbito social, por lo tanto, la propuesta busca dar a conocer los principales aspectos de los constructos considerados en el estudio y determinar cómo estos se asocian.

Metodológicamente, si bien es cierto que se encuentran estudios sobre la temática, es importante analizar el comportamiento de las variables, sin embargo, no se ha encontrado estudios que compartan la muestra y espacio. Metodológicamente el estudio se justifica ya que va a permitir describir en un primer momento y en un segundo momento mediante la estadística inferencial determinar la relación entre estas, para tal fin se empleará dos instrumentos de recojo de información, la misma que será organizada en una base de datos para luego realizar el procesamiento de datos. Por lo tanto, la investigación se justifica plenamente.

El estudio delimita teóricamente en función de los conceptos (variables de estudio) que en la propuesta son dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico, en la delimitación muestral se considera a los adolescentes, en cuanto a la delimitación espacial la muestra de estudio se ubica en el distrito de Imperial de la provincia de Cañete y la delimitación temporal se considera el año 2022.

La investigación presento algunas limitaciones como la económica, el proceso de investigación involucra un conjunto de acciones las misma que tiene su costo, en la condición de estudiante egresado y no ejerciendo la carrera se hace complicado asumir los costos, sin embargo, la responsable asumió los costos para tal razón solicito un préstamo bancario con la finalidad de cubrir los costos que involucre la investigación.

Una segunda limitación corresponde a la aplicación del instrumento, el contexto generado a partir de la llegada del Covid-19, las autoridades tomaron un conjunto de medidas entre ellas la suspensión de las actividades presenciales, lo cual no favorece para la ubicación del participante y su aplicación de los instrumentos, esta limitación se superó mediante el empleo de la virtualidad y eventos presenciales que el gobierno está dando pase.

2. MARCO TEORICO

En el proceso de indagación de la información se ha podido encontrar algunos estudios que guardan relación con la propuesta, los mismos que se consideran como antecedentes de estudio, entre estos tenemos el estudio de Prieto y Bueno (2021). Regulación emocional y su relación con características sociodemográficas en padres de menores de edad, durante las circunstancias actuales del confinamiento por Covid-19. La investigación tuvo como objetivo analizar la relación que existía entre las variables de estudio, de tipo no experimental, realizado en 08 padres de familia a quienes se aplicaron una encuesta sociodemográfica y la escala de regulación emocional (DERS). Las conclusiones a los cuales llegó la investigación son las siguientes: el 55,6% de los padres presentan puntuaciones muy bajas en el desarrollo y aplicación de las estrategias de regulación emocional. Siendo las mujeres quienes presentan una mayor capacidad para el empleo de estrategias de enfrentamiento y claridad emocional, mientras que, por otra parte, los hombres tienen un alto nivel en cuanto a la aceptación emocional. Además, se evidencia en los estudiantes hijos de los padres encuestados que, según el nivel de escolaridad que presentan se evidencia el nivel de claridad emocional y el empleo de herramientas cognitivas y psicológicas que les permite enfrentar la comprensión de las emociones y sentimientos que experimentan.

Anaya, Sánchez y Iguarán (2020). Bienestar psicológico de jóvenes víctimas del conflicto armado. Tuvo como objetivo determinar la relación que existía entre el bienestar psicológico y algunas variables sociodemográficas. El

tipo de investigación fue el empírico analítico correlacional y un diseño transversal, trabajado en 115 estudiantes cuyas edades oscilaban entre 18 y 22 años, a quienes se aplicaron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Concluyen: el 17% tenían un nivel alto de bienestar psicológico, el 70% de los jóvenes presentaban un nivel medio de bienestar psicológico, el 13% un nivel bajo. Por lo cual se puede sostener que no existen diferencias significativas entre las variables la edad, sexo, vinculación laboral e ingreso económico y el bienestar psicológico. Pero, el bienestar psicológico está relacionado con llevar a cabo sus proyectos de vida.

Núñez (2019). Regulación emocional y su relación con la perspectiva del tiempo y mindfulness disposicional en adolescentes escolarizados de la comuna de Talcahuano. Tuvo como objetivo determinar la relación que existía entre las variables de estudio, ex post facto retrospectivo, realizado en 347 adolescentes, los instrumentos empleados fueron una ficha demográfica, el cuestionario DERS-E: Difficulties in Emotion Regulation Scale, el ZTPI: Inventario de perspectiva temporal de Zimbardo y el FFMQ: Five Facet Mindfulness Questionnaire. Concluyendo que existe relación entre las variables de estudio, evidenciándose que aquellos adolescentes que tienen menos dificultades de regulación emocional presentan un perfil temporal equilibrado, mientras que, aquellos adolescentes donde la regulación emocional es mínima, el riesgo en sus perfiles es negativo o de riesgo, lo cual es coherente con teorías que se han planteado. Con respecto a los resultados obtenidos según el sexo, no se evidencia diferencias significativas.

Santoya, Garcés y Tezón (2018). Las emociones en la vida universitaria:

análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autorregulación emocional en adolescentes y jóvenes universitarios. La investigación tuvo como objetivo la relación que existía entre las variables de estudio. De tipo no experimental, realizado en 356 estudiantes a quienes se aplicó escala CARE. Se llegó a las siguientes conclusiones: Existe una relación estadísticamente significativa entre las variables de estudio. Además, el 73,9% de los estudiantes presentan niveles altos y medio alto de autoconocimiento emocional y el 68% tienen puntajes altos de autorregulación emocional que oscilan entre medio alto y muy alto.

Arriaga (2018). Bienestar psicológico en jóvenes estudiantes del nivel superior. La investigación tuvo como objetivo realizar la comparación del bienestar psicológico en estudiantes según el sexo, de tipo comparativa, realizada en una muestra de 134 estudiantes a quienes se aplicó la Escala de bienestar psicológico de Ryff (1989) y adaptada por Dierendonck (2004). Se concluyó que, no existen diferencias significativas entre el bienestar psicológico entre hombres y mujeres. Con respecto a la dimensión autoaceptación las respuestas que dieron los estudiantes están de acuerdo con sus percepciones y en la dimensión relaciones interpersonales los encuestados están ajenos a las relaciones personales que no son positivas. En la dimensión autonomía, se evidencia que los participantes estuvieron en desacuerdo con lo planteado, en satisfacción y autoaceptación se encuentran de acuerdo.

Los estudios encontrados a nivel nacional se tienen entre ellos el de Ticoma y Zaa (2021). Programa de regulación emocional “yo me regulo” para

adolescentes institucionalizados. La investigación tuvo como objetivo mejorar el nivel de regulación emocional a través del programa realizado, de tipo experimental longitudinal, realizado en 15 estudiantes a quienes se aplicó la experimental longitudinal en la evaluación de entrada y salida. Se concluyó que, luego de aplicación del programa yo me regulo se observó una mejora significativa donde el 60% de los estudiantes presentaban un nivel bajo de desregulación emocional, el 26,7% tenían un nivel medio y el 13,3% presentaban un nivel alto.

Rebaza (2021). Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Víctor Larco, 2019. La investigación tuvo como objetivo determinar la correlación existente entre las variables de estudio, de tipo no experimental con un diseño descriptivo correlacional, en donde participaron 265 estudiantes adolescentes a quienes le aplicaron la escala de Resiliencia (ER) de Wagnild Young y la escala de Bienestar Psicológico (BIEPS – J). Concluyendo que existe relación entre la resiliencia y el bienestar psicológico de 0,391, además, el 21,1% presentaban un nivel bajo de resiliencia, el 29,4% un nivel medio bajo, el 19,6% un nivel medio alto y el 29,8% había desarrollado un nivel alto de resiliencia. Con respecto al bienestar psicológico, el 12,1% tenían un nivel bajo de bienestar psicológico, el 37,0% un nivel medio bajo, el 22,3% un nivel medio alto y el 28,7% presentaban un nivel alto de bienestar psicológico.

Leyva y Huamán (2020). Relación entre dificultades de regulación emocional y empatía en estudiantes de una Institución Educativa Privada De Lima Sur, 2020. La investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existía

entre las variables de estudio, de tipo no experimental, de corte transversal y de alcance correlacional, realizado en una muestra conformada por 288 estudiantes a quienes se aplicaron Escala de dificultades en la Regulación Emocional para adolescentes. (DERS) y Escala de Empatía Básica (BES). Concluye que el 36.5% de los estudiantes presenta un nivel alto de dificultades de regulación emocional, lo cual demuestra que, los encuestados presentaban dificultades para regular sus emociones, eliminando sus estados afectivos negativos sin dañar a las demás personas. 36.5% de los estudiantes presenta un nivel alto de dificultades de regulación emocional.

Alvarado (2020). Ideación suicida y regulación emocional en adolescentes de Instituciones Educativas Estatales de Trujillo. La investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre las variables de estudio, de tipo no experimental, con enfoque cuantitativo, en donde participaron 423 adolescentes a quienes se les aplicó la Escala de ideación suicida (SSI) y la Escala de dificultades en la regulación emocional (DERS). Se concluyó que, existe una relación de $r_s = 0,44$ entre las variables de estudio, lo cual permite señalar que existe una relación baja inversa que se evidencia cuando existe un alto nivel de ideación suicida el adolescente presentará un nivel bajo de regulación emocional y viceversa. Los resultados obtenidos se sustentan en los planteado por diversos investigadores quienes concluyen que los bajos niveles de regulación emocional influyen de manera directa en la ideación suicida; debido a que en esta etapa los adolescentes pasan por una seria de cambios psicológicos que afecta su adaptación al medio social.

Rubio (2019). Bienestar psicológico en adolescentes de educación

secundaria de una institución educativa de Cajamarca. La investigación tuvo como objetivo describir el nivel de bienestar psicológico que presentaban los estudiantes, de tipo fue no experimental, transversal y de tipo descriptivo, donde participaron 376 estudiantes a quienes se aplicó la escala de Ryff (Scales of Psychological Well-Being, SPWB). Se concluyó que, el 3,10% de estudiantes presentaban un nivel muy bajo de bienestar psicológico, el 17,10% un nivel bajo, el 72,50% presentaban un nivel promedio, el 6,70% un nivel alto y el 0,60% un nivel muy alto. Asimismo, los estudiantes varones han desarrollado mejor las dimensiones de autonomía y propósito de la vida que las estudiantes mujeres. Por su parte, las mujeres son quienes evidencian un mayor grado de desarrollo de las dimensiones relaciones positivas pero menor nivel en la dimensión crecimiento personal. Con respecto a las dimensiones autoaceptación, autonomía, dominio del entorno y propósito de vida no existen diferencias significativas.

Meza (2019). Regulación emocional en adolescentes del colegio Príncipe de Asturias -Villa el Salvador, Lima 2018. La investigación tuvo como objetivo determinar cuál era el nivel de relación emocional que presentaban los estudiantes, de tipo descriptivo, con un nivel básica y enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, donde participaron 120 adolescentes a quienes se aplicaron la Escala de Dificultades de Regulación Emocional-DERS (Gratz y Roemer, 2004). Concluyendo que el 54% de los adolescentes presentan un nivel bajo de regulación emocional, el 43% se ubican en el nivel medio y solo el 3% tienen un nivel alto de regulación emocional.

En cuanto a las bases teóricas se formula un conjunto de información que

dan fundamento al estudio, por tal razón se organiza en base a las variables del estudio, primero se trata sobre las dificultades en la regulación emocional la cual se define desde la perspectiva de los siguientes autores. En primer lugar, tenemos a Gratz y Roemer (2004), sostienen que la regulación emocional involucra una serie de mecanismos y dimensiones que permiten el logro de sus metas que contribuyen con su bienestar como individuo.

Una segunda definición es dada por Cuervo y Izzedin (2007) las dificultades en la regulación emocional se evidencian cuando el individuo presenta estados emocionales que suelen afectar su bienestar personal y las estrategias que emplea para lograr la autorregulación emocional se pueden convertir en factores protectores o de riesgo.

Como tercera definición se tiene a Thots (1985); Dodge (1991) y Cicchetti et al. (1991) manifiestan que las dificultades en la regulación emocional consisten en aquel nivel pobre que se tiene sobre su propia expresión afectiva en distintas situaciones sociales.

De acuerdo con Hervás y Vázquez (2006) las dificultades en la regulación emocional se traducen como el déficit de estrategias que presenta el individuo para hacerle frente a las situaciones que se presentan.

En cuanto a la perspectiva histórica, Según Burke (2005) existe una historia de las emociones pero que no existe un marco analítico riguroso para su estudio. Desde finales de los años 90 del siglo XX, pero sobre todo en la primera década

del siglo XXI, los textos dedicados al estudio de la historia de las emociones se han multiplicado. En la terapia cognitivo – conductual se considera a la regulación como aquella capacidad para modular la respuesta fisiológica que se relaciona con la emoción que se siente. Brenner y Salovey (1997) hacen un énfasis en la importancia de eliminar las dificultades en la regulación emocional porque esto le va permitir al individuo mejorar su actuación dentro de la sociedad. Modelos como los presentados por Mennin (2005), citado por, Orsillo y Roemer (2005) señalan que es necesario tener presente el papel que tiene las emociones como aquella respuesta adaptativa que es diferente entre las personas porque cada uno según sus creencias, modos de vida, educación, cultura, etc., suelen actuar. En relación con esto, Mennin, Heimberg, Turk y Carmin (2004) desarrollaron un modelo de disregulación emocional, con el fin de explicar los problemas de ansiedad y del estado de ánimo, en este modelo se plantea que la disrupción de la emoción y su disregulación se ve reflejada en cuatro aspectos: alta intensidad de emociones, pobre comprensión de las emociones, reacción negativa al estado emocional propio (miedo a la propia emoción, tal como lo señala Sloan, 2004) y respuestas de manejo emocional inadecuadas.

La investigación considera como dimensiones la propuesta de Magallanes y Sialer (2019):

Dificultades en la regulación de impulsos: describe el escaso control que el individuo percibe tener al hallarse en una situación adversa y a la creencia de incapacidad para transformar un estado emocional desagradable.

Falta de aceptación emocional: conceptualizado en la predisposición de

percibir como resultado de una emoción negativa primaria, emociones negativas secundarias.

Falta de conciencia emocional: refiere a la reducida predisposición de atender y aceptar los estadios emocionales que vive el sujeto.

Interferencia en conductas dirigidas a metas: puntualiza en la inhabilidad de poder llevar a cabo una labor o tarea mientras que el individuo se encuentra experimentando una emoción negativa.

Falta de claridad emocional: describe el grado en que un individuo conoce y puede entender sus propias emociones.

En el sustento teórico se toma en cuenta el modelo de Gross (1999) denominado procesual de regulación emocional que permite disminuir las dificultades. El proceso de generación emocional, según este autor, se puede dividir en varias fases: Situación, Atención, Interpretación, Respuesta. La primera que es la situación, el individuo tiene la posibilidad de enfrentarse o no a lo que está viviendo, analizando las consecuencias que puede traer la decisión que toma. Las situaciones vividas que han generado emociones negativas permiten un aprendizaje que puede hacer que la persona las evite antes de que el entrar en dicha situación active las emociones no deseadas. La atención, en esta etapa es necesario que se visualice todos aquellos aspectos que conforman la situación, luego para pasar a la interoperación de lo que se vida para brindar una respuesta de acuerdo a lo que se crea conveniente pero siempre regulando las emociones.

Por otro parte, según Rachman (1980) existe un Modelo de regulación emocional basado en el procesamiento emocional que se sustenta en aquel proceso que permite que las alteraciones emocionales vayan disminuyendo dando el nacimiento a emociones positivas. Es decir, que el procesamiento emocional permite absorber y canalizar una reacción emocional que, en ocasiones, por su importancia (p. ej., un fracaso o un duelo) u otras razones, puede llegar a resultar excesivamente intensa o persistente, llegando incluso a interferir en la vida del individuo.

Perspectiva epistemológica, desde la aparición del hombre, se evidencia que se ha desenvuelto teniendo en cuenta sus emociones. Además de ello, por siglos se ha vinculado a la religión, filosofía y psicología con la ciencia que busca encontrar aquellos aspectos que permitan comprender como es la regulación de las emociones. La mente, como asiento de la razón, se equiparó con el alma, la cual caracterizaba a los humanos y los distinguía de los animales en el proceso de regular o no los actos. Carnap, por ejemplo, establece que las emociones pertenecen al campo de la metafísica. En La lógica de la investigación científica, constantemente afirma que se interesa por las cuestiones lógicas del conocimiento y no por los impulsos psicológicos de los individuos como la regulación emocional. Kuhn, en la estructura de las revoluciones científicas sugiere que, en el cambio de un paradigma a otro, hay una intervención de las emociones de los científicos, y dicho cambio no se podría explicar sin las mismas. (Marcos, 2008)

Perspectiva filosófica, el estudio de las emociones y la regulación de las

mismas se sustentan desde el campo de la filosofía occidental. Mora (1994) a través de los estudios realizados sostiene que muchos pensadores históricos han buscado expresar la necesidad de buscar aquella armonía entre las emociones, mientras que, para un buen grupo de pensadores filosóficos, éstas deben manejarse con moderación, descartando aquellas cuya presencia no es favorable. en la Grecia clásica, Sócrates les aconsejaba a sus discípulos que era necesario que se conocieran a sí mismo para identificar aquellas emociones que podían sentir para luego tener una adecuada regulación emocional. Por su parte Platón a profusión de algunos de estos elementos afectaría de una manera compleja la razón del hombre, incitando a los grandes maestros o ancianos a mantener la enseñanza hacia los jóvenes sobre el manejo del placer sin exageración. Para Aristóteles, el alma era intrínseca y en ella se encontraban los pensamientos, por ello las emociones que podía tener no deben de ser eliminadas por la inteligencia.

En cuanto al sustento de la variable Bienestar Psicológico. Según Casullo, et al. (2002) el bienestar psicológico es la apreciación que cada individuo hace de su vida y de todo lo que ha obtenido a lo largo de ella, mostrándose satisfechos con lo obtenido y considerando que esta valoración es estrictamente individual.

Lawton, 1983 y 1991 (citado por Chávez, 2006) sostiene que el bienestar psicológico se considera como un indicador de la calidad de vida que tienen las personas que abarca las competencias que tiene, aquellas condiciones externas y la calidad de vida que percibe en la vida que tiene. Además, es aquella evaluación que se tiene de acuerdo a lo mencionado en líneas arriba. El bienestar psicológico se define como el desarrollo de las capacidades y el crecimiento

personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo (Diaz et al., 2006).

Es necesario mencionar la perspectiva histórica del bien, ha sido parte de la historia, siendo en el campo filosófico que se preguntaban cuál sería el supremo bien y que se debería realizar para alcanzarlo. Luego forma parte del tema sociológico ligado a la calidad de vida (Veenhoven, 1995). Siendo en los años setenta que la felicidad paso hacer parte de la psicología, pero estudiándose con mayor fuerza en los años siguientes junto a la satisfacción y el bienestar. Luego aparecieron las teorías universalistas que trabajaban el modelo teórico del bienestar quienes proponen que la satisfacción se alcanza con el logro de ciertos objetivos. Sheldon, Kasser y Deci (1996) postulan tres necesidades básicas universales (autonomía, competencia y relaciones) y consideran que en la medida en que las personas cubran esas necesidades estarán más satisfechas. Con el tiempo aparecen las Concepciones modernas sobre el bienestar donde Csikszentmihalyi (1998) considera que el mundo a sufrido cambios acelerados y ha tenido pasos agigantados en el sector económico, donde las personas colocaban su énfasis en su desarrollo económico y dejaban de lado su bienestar psicológico. Pareciera que las personas que alcanzan sus objetivos económicos no parecen estar felices, o al menos, si lo están, no tanto como se supone que deberían estar. Luego aparecen las diferencias entre la cultura y el bienestar psicológico siendo Diener y Biswas-Diener (2008) sostienen que a pesar de las diferencias que existen en las sociedades las personas buscan ser felices, por eso en los últimos años se ha planteado un conjunto de intervenciones que busca mejorar el bienestar psicológico.

Las dimensiones consideradas en el estudio responden a la propuesta de Ryff (como se citó en Veliz, 2012) propone 6 dimensiones las cuales son:

Auto aceptación: Refiere al hecho de que la persona se sienta bien pese a las limitaciones que tenga, esas actitudes positivas hacen que la persona tenga un funcionamiento psicológico positivo. Implica la aceptación del cuerpo, emociones y pensamientos, al hacerlo nos forjamos una visión más positiva del individuo mismo.

Dominio del entorno. Esta habilidad permite adaptarse a diferentes entornos, los cuales la persona hace favorables para sí. Las personas que poseen esta habilidad, tienen una mayor sensación de control y se sienten capaces de influir en el medio que les rodea.

Relaciones positivas. Esta dimensión consiste en mantener buenas relaciones, tener personas o amigos en los que se pueda confiar. Tener esa capacidad de amar y una afectividad madura son claves para poseer un bienestar óptimo y una adecuada salud mental.

Propósito de la vida. Es capacidad de la persona para poder plantearse objetivos y cumplirlos. Estos objetivos o metas deben ser claras y precisas. El fortalecimiento de esta dimensión indicaría que la persona tiene una clara idea de lo que quiere en la vida.

Crecimiento personal. Esta dimensión le permite al individuo desarrollar su

potencial y crecer como persona. Se base en el continuo aprendizaje.

Autonomía. Es la capacidad de la persona para defender su individualidad en diferentes situaciones, pueden resistir a cualquier tipo de presión social y autorregular su comportamiento. La autonomía es la capacidad que tiene el individuo de saber tomar sus propias decisiones, inclusive bajo la presión social y a sus propios impulsos.

El respaldo teórico del bienestar psicológico considerado en el estudio responde a la propuesta de Cuadra y Florenzano (2003) sostienen las siguientes teorías que sustentan el bienestar psicológico:

La teoría de la autodeterminación que es presentada por Ryan y Deci, (2000) citados por Cuadra y Florenzano (2003) sostiene que las personas pueden tener la capacidad de iniciativa y ser comprometidos con lo que hace, pero no encontrar lo mismo en las demás personas porque cada ser tiene un modo de vida, costumbres, educación y otros aspectos que los diferencian. En este postulado también se hace mención que, desde el nacimiento se viene con necesidades psicológicas que son la base de la personalidad automotivada e integrada, pero es en el aspecto social donde se desarrollan, siendo la familia el primer ente socializador y formador de la persona. Pero, existen entornos que no contribuyen con el desarrollo de las necesidades psicológicas de las personas los cuales generan enajenación y enfermedad. Además, las personas que se motivan son aquellas que tienen mayores capacidades de cumplir las metas planteadas y tener un adecuado bienestar psicológico.

Modelo de Abajo-Arriba (Bottom-Up), según Vielma y Alonso (2010) el bienestar psicológico es el resultado de la totalidad de vivencias que generan placer o de la suma de obtener satisfacción en diferentes áreas. Es decir, las experiencias placenteras generan satisfacción en los individuos. Las teorías que sirven de base a este modelo destacan que el bienestar se alcanza cuando una necesidad es satisfecha.

Modelo de Arriba- Abajo (Top-Down), según Vielma y Alonso (2010) consideran que las personas están expuestas a experimentar y reaccionar de diferentes maneras a las situaciones que se presentan. Siendo las características personales las que influyen en el nivel de bienestar psicológico que pueden tener las personas. En este modelo se incluyen como factores las actitudes, factores genéticos y rasgos de personalidad como afecto positivo y negativo, extroversión y neuroticismo.

La perspectiva epistemológica responde a lo señalado por Gómez y Ruiz (2016), Ryff se interesó por el estudio del bienestar eudaimónico se centró en la psicología humanista y en la psicología del desarrollo lo cual la llevó a investigar como las personas se enfrentaban a lo largo de su vida a una serie de desafíos. En la pre psicología positiva Ryff realizó una serie de investigaciones llegando a la conclusión que el funcionamiento positivo se sustentaba sobre la felicidad y la satisfacción con la vida, cuestionando el termino felicidad. En la Eudaimonía Aristotélica, la autora menciona que Aristóteles fue quien empezó a preguntarse ¿Cuál sería el mayor bien alcanzado?, direccionándolo hacia el tema de la virtud,

considerando lo siguiente: la virtud es un estado del carácter que no debe de llevarse a los extremos porque se convertirá en un vicio, cada persona debe de trabajar para alcanzar su mejor y verdadera naturaleza humana. Siguiendo con el análisis del bienestar psicológico, Maslow (1968) habla de la autorregulación y Rogers (1961) habla del pleno funcionamiento de la persona. Siendo Ryff (1989) quien le brinda las dimensiones al bienestar psicológico.

La perspectiva filosófica, en los últimos tiempos el bienestar psicológico ocupa un lugar relevante en las investigaciones y preocupaciones de orden mundial. Siendo el bienestar psicológico un estado que se evidencia desde la creación del mundo. Se puede sostener que algunas de las ideas que conlleva el bienestar psicológico se sustentan en la filosofía de Aristóteles. En concreto, las "fortalezas del carácter", que se han encontrado asociadas a la felicidad o la satisfacción vital, guardan paralelismos con la ética de las virtudes aristotélicas. Sus aportaciones han permitido orientar el comportamiento hacia la felicidad, pero en la práctica muchas veces no se sabe cómo poner en práctica lo dicho por el filósofo. El eudemonismo se entiende como el goce o disfrute de un modo de ser por el cual se alcanza la felicidad. Filosóficamente, refiere a toda tendencia ética según la cual la felicidad es el sumo bien (Ferrater, 1999). Según Aristóteles, el fin o bien último que persigue el hombre es la eudaimonía, o sea, la felicidad, entendida como plenitud de ser. El problema viene dado entonces en determinar qué se entenderá por felicidad, ésta puede concebirse de muchas maneras, entre ellas, el bienestar

A continuación, se presenta un conjunto de términos que conforman el

marco conceptual del estudio, entre estos tenemos:

Regulación emocional, de acuerdo con Gratz y Roemer (2004), la regulación emocional involucra una serie de mecanismos y dimensiones que permiten el logro de sus metas que contribuyen con su bienestar como individuo.

Dificultades en la regulación emocional, según Cuervo y Izzedin (2007) las dificultades en la regulación emocional se evidencian cuando el individuo presenta estados emocionales que suelen afectar su bienestar personal y las estrategias que emplea para lograr la autorregulación emocional se pueden convertir en factores protectores o de riesgo.

Conciencia, se evidencia cuando el individuo no tiene la capacidad de encontrar el significado de sus sentimientos (Huamaní, Salva, y Karolaey, 2017).

Rechazo, se considera cuando la persona se siente enojado consigo mismo se rechaza (Huamaní, Salva, y Karolaey, 2017).

Bienestar psicológico, según Casullo, et al. (2002) el bienestar psicológico es la apreciación que cada individuo hace de su vida y de todo lo que ha obtenido a lo largo de ella, mostrándose satisfechos con lo obtenido y considerando que esta valoración es estrictamente individual (Ryff y Keyes 1989, 1995, 1997 referidos por Casullo et al., 2002).

Aceptación de Sí Mismo, es el grado de satisfacción que tienen las

personas en relación a sus características que presenta. Es decir, es un aspecto importante que se tiene en la salud mental debido a que la persona se acepta como es y se ve reflejado en el nivel de autoestima (Ryff y Keyes 1989, 1995, 1997 referidos por Casullo et al., 2002).

Vínculos Psicosociales, se traduce como las interacciones que se establecen en la vida social, donde el individuo posea capacidad para poder sentir algún tipo de estima hacia los demás y esta capacidad genera disminución del estrés e incrementa el bienestar psicológico (Ryff y Keyes 1989, 1995, 1997 referidos por Casullo et al., 2002).

Control de las Situaciones, son aquellas habilidades que tienen las personas para interactuar en su medio poniendo en práctica sus habilidades, capacidades, talentos e intereses (Ryff y Keyes 1989, 1995, 1997 referidos por Casullo et al., 2002).

Proyecto de Vida, son aquellos objetivos que se plantean para que la persona pueda visualizar, orientar y dirigir su vida para lograr las metas planteadas, mostrando un funcionamiento positivo (Ryff y Keyes 1989, 1995, 1997 referidos por Casullo et al., 2002).

Autonomía, es aquella capacidad que se tiene para dirigir su vida de manera independiente, con la capacidad de autorregularse cuando enfrenta situaciones difíciles. Si una persona no tiene esta capacidad no se sentirá satisfecho y por ende el bienestar psicológico no será el adecuado (Ryff y Keyes

1989, 1995, 1997 referidos por Casullo et al., 2002).

3. HIPOTESIS y VARIABLES

3.1 Hipótesis general

La relación entre dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico es significativa e inversa en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

3.2. Operacionalización

Variable 1

Dificultades en la regulación emocional

Definición conceptual

Las dificultades en la regulación emocional pueden conllevar a presentar estados emocionales que afecten el bienestar de la persona. Igualmente, una vez que comienzan a manifestarse dichos estados, las estrategias de autorregulación emocional que se utilicen para afrontarlos actuarían, ya sea como factores de protección o como factores de riesgo. (Cuervo y Izzedin, 2007)

Definición operacional

Se denomina a la carencia de habilidades para controlar las emociones, esta fue medida mediante la aplicación de la escala de dificultades de regulación emocional instrumento adaptado por Magallanes y Sialer (2019) cuyas dimensiones son: Dificultades en la regulación de impulsos, falta de aceptación emocional, falta de conciencia emocional, interferencia en conductas dirigidas a metas y falta de claridad emocional

Variable 2

Bienestar psicológico

Definición conceptual

De acuerdo con Ryff define al bienestar psicológico como una evaluación que realiza la persona con respecto a cómo ha vivido, con su modelo integrado de desarrollo personal, fundamenta que la felicidad es producto del desarrollo potencial humano, y a esto lo llama bienestar psicológico. (como se citó en Del Valle, Hormaechea, y Urquijo, 2015).

Definición operacional

El bienestar psicológico se concibió como la situación de estar bien en la totalidad de su ser, en lo físico, social y psicológico, Para medir la variable se empleó la Escala de bienestar psicológico que midió la variable de forma integral y por dimensiones; Autoaceptación, dominio del entorno, relaciones positivas, propósito en la vida, crecimiento personal y autonomía

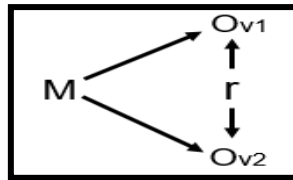
4. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Tipo, nivel y diseño de investigación

La investigación se desarrolló desde la perspectiva cuantitativa ya que se medió las variables mediante la aplicación de instrumentos de recojo de información con la finalidad de demostrar o comprobar la hipótesis de investigación para lo cual se valdrá del procesamiento estadístico tanto descriptivo como inferencial. Fuentes et al., (2020). El paradigma cuantitativo busca explicar fenómenos por medio de herramientas numéricas apoyadas en las ciencias matemáticas y la estadística (pp.17,18).

El tipo de investigación considerado para el estudio es de tipo básica, este tipo de estudio para Espinoza (2014) tiene como propósito ampliar el conocimiento científico a partir de la observación del funcionamiento de los fenómenos de la realidad (p.20). Así mismo corresponde a un estudio de cohorte prospectivo, porque cuando el fenómeno a estudiarse tenga la causa en el presente y efecto en el futuro (Álvarez. 2020 p.4).

En este caso el diseño de investigación del estudio corresponde al grupo No experimental - sub grupo correlacional. Lo no experimental significa que no existe manipulación de las variables por parte del investigador correlacional (Álvarez. 2020 p.4) en cuanto a lo correlacional se busca establecer la asociación entre los conceptos o variables del estudio. Su representación gráfica se presenta



Donde:

M = muestra.

OV1: Observación de la variable dificultades en la regulación emocional.

OV2: Subíndice V2, Observaciones de la variable bienestar psicológico

r: Coeficiente de correlación.

4.2 Población, muestra y muestreo

La población se considera a los jóvenes que oscilan entre las edades de 18 a 25 años de un distrito de Imperial Cañete, según Pineda et al., (1994) puede estar constituido por personas, animales, registros médicos, los nacimientos, las muestras de laboratorio, los accidentes viales entre otros. En la investigación la integran jóvenes de 18 a 25 años que hacen un total aproximado de 580.

La muestra se considera un sub grupo de la población de acuerdo con López (2004) es un subconjunto o parte del universo o población en que se llevará a cabo la investigación. En la investigación quedo integrada por 232 para poder determinar la cantidad muestral se empleó la fórmula de poblaciones finitas.

n= Tamaño de la muestra	n=	?
S = Sigma = Nivel de Confianza (1-5)	S=	1.962
N = Universo	N=	580
P = Posibilidad de éxito = 50%	P=	50
Q = Posibilidad de error = 50%	Q=	50
E = Error muestral (1-10)	E=	5

FORMULA PARA POBLACIONES FINITAS:

$$n = \frac{Z^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{E^2 (N-1) + S^2 P \cdot Q}$$

$$n = \frac{4 \quad 580 \quad 50 \quad 50}{25 \quad 579 \quad + \quad 4 \quad 50 \quad 50}$$

$$n = \frac{2233 \quad x \quad 2500}{14475 \quad + \quad 4 \quad 2500}$$

$$n = \frac{5581694}{14475 \quad + \quad 9624}$$

$$n = \frac{5581694}{24099}$$

$$n = 232$$

Fracción Muestral

$$Fp = \frac{n \times 100}{N}$$

$$Fp = \frac{232 \quad x \quad 100}{580}$$

$$Fp = \frac{23162}{580}$$

$$Fp = 40 \quad \%$$

El muestreo considerado para la elección de las unidades muestrales corresponde al probabilístico, aleatorio por conglomerados (racimos) según Hernández y Carpio (2019). Este consiste en reunir a los individuos en un grupo que forman un elemento (hospitales, universidades, escuelas), que tienen a la vez unidades de análisis dentro de ellos (pacientes, médicos, enfermeras), posee la característica de ser diferentes al interior del grupo y homogéneos entre sí. En la propuesta se tomaron como referente el lugar de vivienda, sector, manzana u

otros espacios en los cuales se pueda ubicar a los jóvenes y poder aplicar los instrumentos de recojo de información hasta llegar el número de muestra requerido o establecido por el procesamiento de la fórmula de poblaciones finitas.

Tabla 1

Edad de los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

EDAD	n	%
18 - 20 años	79	32%
21 a 23 años	113	45%
24 a 25	58	23%
TOTAL	250	100%

En la tabla 1, en base a la muestra se puede demostrar la edad de los jóvenes de un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 45% (113) tienen entre 21 y 23 años.

Tabla 2

Nivel de formación de los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

FORMACION	n	%
Secundaria incompleta	1	0%
Secundaria completa	108	43%
Estudio técnico incompleto	1	0%
Estudios superiores no concluido	1	0%
Estudios superiores concluido	34	14%
Bachiller	16	6%
Docente	89	36%
TOTAL	250	100%

En la tabla 2, en base a la muestra se puede demostrar la formación de los jóvenes de un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 43% (108) tienen secundaria completa.

Tabla 3

Sexo de los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

SEXO	n	%
Femenino	116	46%
Masculino	134	54%
TOTAL	250	100%

En la tabla 3, en base a la muestra se puede demostrar el sexo de los jóvenes de un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 54% (134) son masculinos.

Tabla 4

Tipo de familia de los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

FAMILIA	n	%
Nuclear	144	58%
Monoparental	45	18%
Extensa	61	24%
TOTAL	250	100%

En la tabla 4, en base a la muestra se puede demostrar el tipo de familia de los jóvenes de un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 58% (144) pertenecen a una familia nuclear.

4.3 Medios de recolección de información

La técnica a emplear es la encuesta Casas et al (2002) sostiene que es una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo más amplio.

Como instrumento se empleó la escala, de acuerdo con Hurtado, (2000) estas son instrumentos donde se plantean preguntas o afirmaciones, las cuales a través de la selección permiten medir ciertas actitudes o comportamientos del

sujeto.

El estudio considera dos escalas: para medir la variable X se empleó la escala de dificultades de regulación emocional y para medir la variable Y la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff.

Ficha técnica del instrumento sobre dificultades de regulación emocional.

Título original: Escala de dificultades de regulación emocional.

Autor: Gratz y Roemer

Año de creación: 2004

Adaptación al Perú: Magallanes y Sialer (2019)

Consigna de aplicación: Individual o colectiva.

Duración: Entre 10 y 15 minutos aproximadamente.

Escala: Escala tipo Likert.

Número de ítems: 35 ítems

Validez: Se realizó mediante el análisis factorial exploratorio, el instrumento en la población de jóvenes universitarios se distribuyó en cinco factores a diferencia de la propuesta original de Gratz & Roemer (2004)

Confiabilidad: Se evidencia un análisis de confiabilidad alto para cada dimensión que se encuentra entre 0,72 a 0,86 lo cual es aceptable .

Ficha técnica del instrumento escala de bienestar psicológico

Título original: Escala de bienestar psicológico de Carol Ryff

Autor: Carol Ryff

Año de creación:

Autor de adaptación al español: Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C., & Dierendonck, D (2006)

Autor de validación en el Perú: Carranza, R (2015)

Administración: individual y colectiva.

Tiempo de aplicación: 15 a 20 minutos

Validación: Para obtener la validez del instrumento en la población de estudio, se utilizó el análisis factorial, mediante la cual se obtuvo una varianza total explicada de 58.01% a nivel de 6 dimensiones.

Confiabilidad: la confiabilidad del instrumento se realizó mediante el método de consistencia interna utilizando el coeficiente de confiabilidad Alpha de Cronbach se obtuvo un valor de 0,853.

4.4 Procedimiento

El procedimiento de recojo de información fue directo, de persona a persona, la responsable cumplió con todos los protocolos de bioseguridad. Tomó en cuenta, primero la ubicación de los sectores del distrito para lo cual se solicitó información al municipio, se hizo uso del programa digital de google Maps (mapas de Google), para su ubicación. En segundo lugar, ubicados los elementos y se pasó a hacer firmar el consentimiento informado y quienes aceptaron participar se les procedió aplicar los instrumentos, se entregó un juego de material en el cual estaban ambos instrumentos engrapados. Tercero una vez aplicado se pasó su revisión y consignar su puntuación la cual se guardó en una base de datos.

4.5 Procesamiento de datos.

El procesamiento se realizó a partir de la base de datos mediante la

estadística descriptiva como inferencial, se usó el libro Excel SPSS versión 25 para el procesamiento correspondiente.

La estadística descriptiva se empleó para organizar la información en tablas de frecuencia

Se utilizó la estadística inferencial, se realizó la prueba de normalidad o de ajuste de bondad, va a permitir verificar qué tipo de distribución siguen nuestros datos y poder elegir la prueba para determinar el nivel de relación, estas pueden ser paramétricas o no paramétricas.

En este caso por ser el número muestral mayor a 50 se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov cuyos resultados orientaron a elegir la prueba no paramétrica de Rho Spearman con la cual se trabajó para determinar el nivel de relación entre las variables del estudio.

4.6. Aspectos éticos

La ejecución de la investigación permite aportar al conocimiento de las variables del estudio, tanto a nivel descriptivo (conocimientos de características) como inferencial (nivel de relación) lo cual favorece a los involucrados en el estudio como a la comunidad, ya que el contar con estudios de carácter científico ayuda a la toma de decisiones.

La responsable de la investigación tomó en cuenta los principios bioéticos en el proceso de investigación, según Molina (2013) estos son:

Respeto a la autonomía. Establece la necesidad de respetar la capacidad de las personas para tomar decisiones. Es la regulación personal, libre de interferencias externas y limitaciones personales que impiden hacer una elección.

Beneficencia. siguiendo a Molina (2013) La beneficencia impele a contribuir con el bienestar y ayudar a las personas de manera activa. Es “la obligación moral de actuar en beneficio de otros. [...] impone una obligación de ayudar a otros a promover sus importantes y legítimos intereses.

No maleficencia. Este principio prevalece sobre el de beneficencia, porque no permite hacer daño a otros para salvar vidas y evita causar daños y perjuicios. La no maleficencia se diferencia de la beneficencia en que la primera es de signo negativo: no causar daño o mal, mientras que la Beneficencia es de signo positivo: prevenir el daño o el mal, evitarlos o rechazarlos, promover y hacer el bien.

Justicia. Es el conjunto de “normas que garantizan la distribución justa de beneficios, riesgos y costes”³⁹. La justicia distributiva busca solidaridad social, mediante la distribución igual, equitativa y apropiada no solo de bienes materiales, sino de derechos y responsabilidades en la sociedad, para evitar discriminaciones e injusticias y promover la aplicación de lo correcto y debido.

La responsable de la investigación asumió la responsabilidad de confidencialidad de los participantes, para tal fin asume estrategias como el anonimato en el llenado de los instrumentos, a los participantes se les hizo llegar un link (Google Form) mediante el cual respondieron los instrumentos, los

resultados se vaciaron a la data de resultados (hoja Excel), la base de datos solo fue administrada por la responsable de la investigación garantizando la confidencialidad de los datos.

La responsable de la propuesta de investigación presento al comité de ética de la Universidad Privada San Juan Bautista para que se revise, se de las recomendaciones y el pase para su desarrollo.

5 ANALISIS DE RESULTADOS

5.1 Resultados

Análisis estadístico descriptivo

Tabla 5

Nivel de dificultades en la regulación emocional en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

<i>REGULACIÓN EMOCIONAL</i>	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	26	11%
Bajo	33	14%
Medio	114	49%
Alto	35	15%
Muy alto	24	10%
TOTAL	232	100%

En la tabla 5, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la variable dificultades en la regulación emocional en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 49% (114) presentan un nivel medio de dificultades en la regulación emocional.

Tabla 6.

Nivel de Dificultades en la regulación emocional según la dimensión dificultades en la regulación de impulsos en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

<i>REGULACIÓN DE IMPULSOS</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
Muy bajo	33	14%
Bajo	32	14%
Medio	96	41%
Alto	46	20%
Muy alto	25	11%
TOTAL	232	100%

En la tabla 6, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la dimensión dificultades en la regulación de impulsos en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 41% (96) presentan un nivel medio de dificultades en la regulación de impulsos.

Tabla 7.

Nivel de Dificultades en la regulación emocional según la dimensión falta de aceptación emocional en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

<i>FALTA DE ACEPTACIÓN EMOCIONAL</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
Muy bajo	39	17%
Bajo	35	15%
Medio	94	41%
Alto	48	21%
Muy alto	16	6%
TOTAL	232	100%

En la tabla 7, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la dimensión regulación falta de aceptación emocional en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 41% (94) presentan un nivel medio de falta de aceptación emocional.

Tabla 8.

Nivel de Dificultades en la regulación emocional según la dimensión falta de conciencia emocional en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

FALTA DE CONCIENCIA EMOCIONAL	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	18	8%
Bajo	38	16%
Medio	102	44%
Alto	60	26%
Muy alto	14	6%
TOTAL	232	100%

En la tabla 8, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la dimensión falta de conciencia emocional en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 44% (102) presentan un nivel medio de falta de conciencia emocional.

Tabla 9.

Nivel de Dificultades en la regulación emocional según la dimensión interferencia en conductas dirigidas a metas en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

INTERFERENCIA EN CONDUCTAS	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	37	16%
Bajo	56	24%
Medio	67	29%
Alto	56	24%
Muy alto	16	7%
TOTAL	232	100%

En la tabla 9, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la dimensión interferencia en conductas dirigidas a metas en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 29% (67) presentan un nivel medio de interferencia en conductas dirigidas a metas.

Tabla 10.

Nivel de dificultades en la regulación emocional según la dimensión falta de claridad emocional en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

FALTA DE CLARIDAD EMOCIONAL	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	15	6%
Bajo	58	25%
Medio	84	36%
Alto	51	22%
Muy alto	24	11%
TOTAL	232	100%

En la tabla 10, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la dimensión falta de claridad emocional en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 36% (84) presentan un nivel medio de falta de claridad emocional.

Tabla 11

Nivel de bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

BIENESTAR PSICOLÓGICO	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	37	16%
Inadecuado	9	4%
Poco adecuado	109	47%
Adecuado	42	18%
Muy adecuado	35	15%
TOTAL	232	100%

En la tabla 11, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la variable bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 47% (109) presentan un nivel poco adecuado de bienestar psicológico.

Tabla 12

Nivel de bienestar psicológico según la dimensión autoaceptación en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

AUTOACEPTACIÓN	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	40	17%
Inadecuado	25	11%
Poco adecuado	76	33%
Adecuado	55	24%
Muy adecuado	36	16%
TOTAL	232	100%

En la tabla 12, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la dimensión autoaceptación en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 33% (76) presentan un nivel poco adecuado de bienestar psicológico.

Tabla 13

Nivel de bienestar psicológico según la dimensión dominio del entorno en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

DOMINIO DEL ENTORNO	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	39	17%
Inadecuado	22	9%
Poco adecuado	89	39%
Adecuado	45	19%
Muy adecuado	37	16%
TOTAL	232	100%

En la tabla 13, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la dimensión dominio del entorno en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 39% (89) presentan un nivel poco adecuado de dominio del entorno.

Tabla 14

Nivel de bienestar psicológico según la dimensión relaciones positivas en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

RELACIONES POSITIVAS	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	42	18%
Inadecuado	30	13%
Poco adecuado	91	39%
Adecuado	42	18%
Muy adecuado	27	12%
TOTAL	232	100%

En la tabla 14, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la dimensión relaciones positivas en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 39% (91) presentan un nivel poco adecuado de relaciones positivas.

Tabla 15

Nivel de bienestar psicológico según la dimensión propósito en la vida en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

PROPÓSITO EN LA VIDA	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	38	16%
Inadecuado	28	12%
Poco adecuado	85	37%
Adecuado	45	19%
Muy adecuado	36	16%
TOTAL	232	100%

En la tabla 15, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la dimensión propósito en la vida en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 37% (85) presentan un nivel poco adecuado de propósito en la vida.

Tabla 16

Nivel de bienestar psicológico según la dimensión crecimiento personal en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

CRECIMIENTO PERSONAL	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	41	18%
Inadecuado	20	9%
Poco adecuado	80	34%
Adecuado	53	23%
Muy adecuado	38	16%
TOTAL	232	100%

En la tabla 16, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la dimensión crecimiento personal en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un

distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 34% (80) presentan un nivel poco adecuado de crecimiento personal.

Tabla 17

Nivel de bienestar psicológico según la dimensión autonomía en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

AUTONOMÍA	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	41	18%
Inadecuado	38	16%
Poco adecuado	88	38%
Adecuado	30	13%
Muy adecuado	35	15%
TOTAL	232	100%

En la tabla 17, en base a la muestra se puede demostrar los resultados de la dimensión autonomía en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022; donde el 38% (80) presentan un nivel poco adecuado de autonomía.

Análisis estadístico inferencial

Tabla 18

Prueba de normalidad de las variables dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

DIMENSIONES Y VARIABLES	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
D1. Dificultades en la regulación de impulsos	,100	232	,000
D2. Falta de aceptación emocional	,090	232	,000
D3. Falta de conciencia emocional	,109	232	,000
D4. Interferencia en conductas dirigidas a metas	,069	232	,009
D5. Falta de claridad emocional	,068	232	,012
V1. Dificultades en la regulación emocional	,110	232	,000
D1. Autoaceptación	,096	232	,000
D2. Dominio del entorno	,119	232	,000
D3. Relaciones positivas	,090	232	,000
D4. Propósito en la vida	,084	232	,000
D5. Crecimiento personal	,103	232	,000
D6. Autonomía	,096	232	,000
V2. Bienestar psicológico	,148	232	,000

Para la prueba de normalidad, se tuvo en cuenta la prueba de Kolmogorov-Smirnov, pues el tamaño de la muestra resulto ser mayor a 50 participantes, de acuerdo a los valores obtenidos estos resultan ser menores a 0.05, lo cual evidencia que se está frente a una distribución no paramétrica, de manera que se aplicó la prueba de correlación de Rho Spearman.

Hipótesis general

Existe relación significativa y directa entre dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.

Tabla 19

Correlación entre dificultades en la regulación emocional y el bienestar psicológico.

CORRELACIÓN		Bienestar psicológico
Dificultades en la regulación emocional	Coefficiente de correlación	-,601
	Sig. (bilateral)	,000
	N	232

Mediante el empleo de la prueba de correlación de Rho de Spearman se obtiene una correlación significativa ($< 0,05$) negativa moderada (-0,601) entre las variables dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico; lo cual significa que a mayor dificultad en la regulación emocional menor bienestar psicológico.

Tabla 20

Correlación entre dificultades en la regulación emocional y la auto aceptación.

CORRELACIÓN		Auto aceptación
Dificultades en la regulación emocional	Coefficiente de correlación	-,641
	Sig. (bilateral)	,000
	N	232

Mediante el empleo de la prueba de correlación de Rho de Spearman se obtiene una correlación significativa ($< 0,05$) negativa moderada (-0,641) entre la variable dificultades en la regulación emocional y la dimensión auto aceptación; lo cual significa que a mayor dificultad en la regulación emocional menor auto aceptación.

Tabla 21

Correlación entre dificultades en la regulación emocional y el dominio del entorno.

CORRELACIÓN		Dominio del entorno
Dificultades en la regulación emocional	Coeficiente de correlación	-,631
	Sig. (bilateral)	,000
	N	232

Mediante el empleo de la prueba de correlación de Rho de Spearman se obtiene una correlación significativa ($< 0,05$) negativa moderada (-0,631) entre la variable dificultades en la regulación emocional y la dimensión dominio del entorno; lo cual significa que a mayores dificultades en la regulación emocional menor dominio del entorno.

Tabla 22

Correlación entre dificultades en la regulación emocional y las relaciones positivas.

CORRELACIÓN		Relaciones positivas
Dificultades en la regulación emocional	Coeficiente de correlación	-,586
	Sig. (bilateral)	,000
	N	232

Mediante el empleo de la prueba de correlación de Rho de Spearman se obtiene una correlación significativa ($< 0,05$) negativa moderada (-0,586) entre la variable dificultades en la regulación emocional y la dimensión dominio del entorno; lo cual significa que a mayores dificultades en la regulación emocional menor relaciones positivas.

Tabla 23

Correlación entre dificultades en la regulación emocional y el propósito de la vida.

CORRELACIÓN		Propósito de la vida
Dificultades en la regulación emocional	Coeficiente de correlación	-,667
	Sig. (bilateral)	,000
	N	232

Mediante el empleo de la prueba de correlación de Rho de Spearman se obtiene una correlación significativa ($< 0,05$) negativa moderada (-0,667) entre la variable dificultades en la regulación emocional y la dimensión propósito de la vida; lo cual significa que a mayores dificultades en la regulación emocional menor propósito de la vida.

Tabla 24

Correlación entre dificultades en la regulación emocional y el crecimiento personal.

CORRELACIÓN		Crecimiento personal
Dificultades en la regulación emocional	Coeficiente de correlación	-,622
	Sig. (bilateral)	,000
	N	232

Mediante el empleo de la prueba de correlación de Rho de Spearman se obtiene una correlación significativa ($< 0,05$) negativa moderada (-0,622) entre la variable dificultades en la regulación emocional y la dimensión crecimiento personal; lo cual significa que a mayores dificultades en la regulación emocional menor crecimiento personal.

Tabla 25

Correlación entre dificultades en la regulación emocional y la autonomía.

CORRELACIÓN		Autonomía
Dificultades en la	Coefficiente de correlación	-,595
regulación emocional	Sig. (bilateral)	,000
	N	232

Mediante el empleo de la prueba de correlación de Rho de Spearman se obtiene una correlación significativa ($< 0,05$) negativa moderada (-0,595) entre la variable dificultades en la regulación emocional y la dimensión autonomía; lo cual significa que a mayor dificultad en la regulación emocional menor autonomía.

5.2 Discusión

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022. Donde se pudo evidenciar que dentro de las fortalezas que se presentaron fueron la disposición que tenían los jóvenes para responder a los instrumentos de recolección de datos y en las dificultades presentadas era el factor tiempo porque muchos de ellos estudiaban o trabajaban.

Respecto a los resultados obtenidos se puede evidenciar que, el 49% (114) presentan un nivel medio de dificultades en la regulación emocional y el 39% (89) presentan un nivel poco adecuado de dominio del entorno. Lo cual permite sostener que es necesario que se fortalezca en los jóvenes parte de la muestra el proceso de como regular sus emociones para evitar que puedan herir al prójimo o cometer errores que tengan consecuencias negativas, asimismo, con respecto al bienestar psicológico es necesario que el individuo sea capaz de aceptarse como es, establezca vínculos sociales saludables, controle situaciones donde sus habilidades son puesta en prueba, cree su proyecto de vida y desarrolle una adecuada autonomía para que se sienta satisfecho consigo mismo.

En cuanto al análisis de comprensión psicológica se tiene:

Un primer análisis de comprensión es sobre las dificultades en la regulación emocional en las unidades de análisis muestrales se puede señalar que la mayoría de jóvenes en ocasiones manifiestan estados emocionales que dañan su bienestar individual así mismo se puede interpretar que este grupo de jóvenes emplea determinadas estrategias de autorregulación.

En cuanto el bienestar psicológico se observa que los estudiantes manifiestan un nivel poco adecuado de bienestar psicológico es decir los jóvenes tienen una moderada apreciación de su ser, mostrando un nivel moderado de percepción de calidad de vida.

A continuación, se procede a realizar el proceso de la triangulación de la discusión:

Hipótesis general: Existe relación significativa y directa entre dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de

edad en un distrito de Imperial Cañete 2022. Asimismo, los resultados descriptivos demuestran un nivel medio de dificultades en la regulación emocional y un nivel poco adecuado de dominio del entorno, lo cual no se asemejan con los resultados obtenidos por Leyva y Huamán (2020), quienes el 36.5% de los estudiantes presenta un nivel alto de dificultades de regulación emocional, lo cual demuestra que, los encuestados presentaban dificultades para regular sus emociones, eliminando sus estados afectivos negativos sin dañar a las demás personas. 36.5% de los estudiantes presenta un nivel alto de dificultades de regulación emocional. Además, Prieto y Bueno (2021) obtuvieron como resultados que, el 55,6% de los padres presentan puntuaciones muy bajas en el desarrollo y aplicación de las estrategias de regulación emocional lo cual es contrario a la investigación y por su parte, Anaya, Sánchez y Iguarán (2020) obtuvo que, Anaya, Sánchez y Iguarán (2020) con cual si concuerda la presente indagación. Por otro parte, se sustenta en lo planteado por Cuervo y Izzedin (2007) quienes manifiestan que las dificultades en la regulación emocional pueden conllevar a presentar estados emocionales que afecten el bienestar de la persona. Igualmente, una vez que comienzan a manifestarse dichos estados, las estrategias de autorregulación emocional que se utilicen para afrontarlos actuarían, ya sea como factores de protección o como factores de riesgo y Ryff define al bienestar psicológico como una evaluación que realiza la persona con respecto a cómo ha vivido, con su modelo integrado de desarrollo personal, fundamenta que la felicidad es producto del desarrollo potencial humano, y a esto lo llama bienestar psicológico. (como se citó en Del Valle, Hormaechea, y Urquijo, 2015).

6 CONCLUSIONES

PRIMERA: Los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete muestran un coeficiente de correlación significativa de tipo negativa de nivel moderada entre las dificultades de regulación emocional y bienestar psicológico, lo cual significa que a mayor dificultad en la regulación emocional menor será el bienestar psicológico o viceversa a mayor bienestar psicológico menor dificultad en la regulación emocional.

SEGUNDA: Los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete se ubican en un mayor nivel de porcentaje en el nivel medio de dificultades en la regulación emocional lo cual significa que los jóvenes muestran dificultades moderadas para el manejo de sus emociones y/o estrategias que le permitan afrontar situaciones cargadas de emociones.

TERCERA: Los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete en un mayor porcentaje se ubican en un nivel poco adecuado de bienestar psicológico lo cual significa que los jóvenes tienen una apreciación poco favorable sobre lo alcanzado en la vida, es decir se sienten poco satisfechos.

CUARTA: Los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete muestran un coeficiente de correlación significativa de tipo negativa en un nivel moderada entre las dificultades de regulación emocional y la auto aceptación, lo cual significa que a mayor dificultad en la regulación emocional menor auto

aceptación o viceversa a mayor auto aceptación menor serán las dificultades en la regulación emocional.

QUINTA: Los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete muestran un coeficiente de correlación significativa de tipo negativa en un nivel moderado entre las dificultades de regulación emocional y el dominio del entorno; lo cual significa que a mayores dificultades en la regulación emocional menor dominio del entorno o viceversa a mayor dominio del entorno menores serán las dificultades en la regulación emocional.

SEXTA: Los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete muestran un coeficiente de correlación significativa de tipo negativa en un nivel moderado entre las dificultades de regulación emocional y las relaciones positivas; lo cual significa que a mayores dificultades en la regulación emocional menor relaciones positivas o viceversa a mejores relaciones positivas menores serán las dificultades en la regulación emocional.

SEPTIMA: Los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete muestran un coeficiente de correlación significativa de tipo negativa en un nivel moderado entre las dificultades de regulación emocional y el propósito en la vida; lo cual significa que a mayores dificultades en la regulación emocional menor propósito de la vida o viceversa que a mejores propósitos de la vida menores serán las dificultades en la regulación emocional.

OCTAVA: Los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial

Cañete muestran un coeficiente de correlación significativa de tipo negativa en un nivel moderado entre las dificultades de regulación emocional y el crecimiento personal; o cual significa que a mayores dificultades en la regulación emocional menor crecimiento personal o viceversa que a mejor crecimiento personal menores serán las dificultades de regulación emocional.

NOVENA: Los jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete muestran un coeficiente de correlación significativa de tipo negativa en un nivel moderado entre las dificultades de regulación emocional y la autonomía; lo cual significa que a mayor dificultad en la regulación emocional menor autonomía o viceversa que a mayor autonomía menores serán las dificultades de regulación emocional.

7 RECOMENDACIONES

PRIMERA: Desarrollar estudios de mayor nivel de profundidad sobre la regulación emocional y el bienestar psicológico en los jóvenes con la finalidad de lograr un mejor manejo de las emociones tanto a nivel individual como en el proceso de interacción.

SEGUNDA: Planificar y ejecutar investigaciones aplicadas con la finalidad de modificar conductas que permitan superar las dificultades de regulación emocional, así como establecer un adecuado bienestar psicológico.

TERCERA: Compartir los resultados alcanzados en el estudio con los responsables del centro de salud del distrito de imperial Cañete con la finalidad que el área de salud mental incorpore en sus estrategias las conclusiones que arriba el estudio.

CUARTA: A los responsables del centro de salud del distrito de imperial Cañete, desarrollar campañas que promuevan el control de emociones, así como lo referente al bienestar psicológico.

8. REFERENCIAS

- Alvarado, M. (2020). Ideación suicida y regulación emocional en adolescentes de Instituciones Educativas Estatales de Trujillo (Tesis de Licenciatura), Universidad Privada Del Norte, Trujillo.
- Álvarez. (2020) Clasificación de las Investigaciones. Universidad de Lima. Facultad de ciencias empresariales y económicas. <https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10818/Nota%20Acad%20c3%a9mica%202020%2818.04.2021%29%20-%20Clasificaci%20c3%b3n%20de%20Investigaciones.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- Anaya, C.; Sánchez, L. y Iguarán, A. (2020). Bienestar psicológico de jóvenes víctimas del conflicto armado (artículo científico), Colombia.
- Arriaga, N. (2018). Bienestar psicológico en jóvenes estudiantes del nivel superior (Tesis de Licenciatura), Universidad Autónoma Del Estado De México.
- Brenner, E., y Salovey, P. (1997). Emotion regulation during childhood: Developmental, interpersonal and individual considerations. In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence* (pp. 168-179). New York, NY: Basic Books.
- Burke, P. (2005), "Is There a Cultural History of the Emotions?". En: Gouk, Penelope; Hills, Helen (eds.), *Representing Emotions: New Connections in the Histories of Art, Music and Medicine*, Aldershot, Ashgate, pp. 35-48.
- Casullo, M., y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. En *Revista de Psicología de la PUCP*, 18 (2), 35-68.

- Carranza, R (2015). Bienestar Psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de la escuela académico profesional de psicología de la universidad peruana unión filiar Tarapoto. (tesis de magister). <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/308>
- Chávez, A. (2006) *Bienestar Psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de nivel medio superior*. (Tesis de maestría). Universidad de Colima, México. Recuperado de: http://digeset.ucol.mx/tesis_posgrado/pdf/ALFONSO_CHAVEZ_URIBE.Pdf
- f
- Csikszentmihalyi, M. (1998). *Fluir. Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- Cuadra, H. & Florenzano R. (2003) El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva, En *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83-96. doi:10.5354/0719-0581.2012.17380.
- Cuervo, A. & Izzedin, R. (2007). Tristeza, Depresión y Estrategias de Autorregulación en Niños. Tesis psicológica, 2, pp. 35-47.
- Cuervo, A. y Izzedin, R. (2007). Tristeza, Depresión y Estrategias de Autorregulación en Niños. Tesis psicológica, 2, pp. 35-47.
- Del Valle, Hormaechea, y Urquijo, (2015) El Bienestar Psicológico: Diferencias según sexo en estudiantes universitarios y diferencias con población general. *Revista argentina de ciencias del comportamiento*, 7(3), 6-13.
- Diener, E. y Biswas-Diener, R. (2008). *Rethinking happiness: The science of psychological wealth*. Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Diaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C., & Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar

psicológico de Ryff, 18(3), 572-577.

<http://www.psicothema.com/pdf/3255.pdf>

Espinoza, C (2014) Metodología de la investigación tecnológica. Pensando en sistemas. Segunda edición. Editado por autor-editor: ISBN: 978-612-00-1667-1 Huancayo, Perú.

Ferrater, J. (1999). Diccionario de Filosofía. Tomo II. Barcelona: Editorial Ariel.

Fuentes, Toscano, Malvaceda y Díaz (2020). Metodología de la investigación: conceptos, herramientas y ejercicios prácticos en las ciencias administrativas y contables. 1 edición – Medellín. ISBN: 978-958-764-879-9 (Versión digital).

Gómez y Calleja (2007) Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. Revista Mexicana de Investigación en Psicología. Derechos reservados ©RMIP, Vol. 8, No. 1, 96-117 ISSN-impresa: 2007-0926; ISSN-digital: 2007-3240

Gómez, M. y Ruiz, S. (2016), Revisión de las principales teorías de bienestar psicológico (Tesis de Licenciatura), Universidad De Antioquia.

Gratz, K. y Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. Journal Psychopathology Behavioral Assessment, 26(1), pp. 41-54

Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: past, present, future. Cognition and Emotion, 13, 551-573.

Hernandez y Carpio (2019) Introducción a los tipos de muestreo. Revista ALERTA 76 Año 2019, Vol. 2 N° 1 DOI: <https://doi.org/10.5377/alerta.v2i1.7535>.

Huamaní, A., Salva, S. y Karolaey, L. (2017). Adaptación psicométrica de la escala

de dificultades en la regulación emocional en adolescentes (estudio realizado en estudiantes de 11 a 18 años).

Hurtado. (2000). Metodología de la Investigación Holística. Tercera Edición. Caracas: Fundación Sypal.

López. (2004). Población muestra y muestreo. Punto Cero, 09(08), 69-74. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012&lng=es&tlng=es.

Leyva, K. y Huamán, S. (2020). Relación entre dificultades de regulación emocional y empatía en estudiantes de una Institución Educativa Privada De Lima Sur, 2020 (Tesis de Bachiller), Universidad Peruana Unión, Lima.

Marcos, A. (2008). "La experiencia de lo imposible. Conversión Conceptual Kuhniana y teoría de la información", en: http://www.fyl.uva.es/~wfilosof/webMarcos/textos/A_Marcos_Experiencia_de_lo_imposible_Mx_2008.pdf

Mennin, D., Turk, C., Heimberg, R., & Carmin, C. (2004). Focusing on the regulation of emotion: A new direction for conceptualizing and treating generalized anxiety disorder. In M. S. Reinecke & D. A. Clark (Eds.), *Cognitive therapy over the lifespan: Evidence and practice* (pp. 60-89). New York, NY: Cambridge University Press.

Mennin, D., Turk, C., Heimberg, R., y Carmin, C. (2004). Focusing on the regulation of emotion: A new direction for conceptualizing and treating generalized anxiety disorder. In M. S. Reinecke & D. A. Clark (Eds.), *Cognitive therapy over the lifespan: Evidence and practice* (pp. 60-89). New York, NY: Cambridge University Press.

Meza, D. (2019). Regulación emocional en adolescentes del colegio Príncipe de

- Asturias -Villa el Salvador, Lima 2018 (Tesis de Licenciatura), Universidad Inca Garcilaso De La Vega, Lima.
- Mora, F. (1994). *Diccionario de Filosofía*. Barcelona: Ariel Referencias.
- Molina (2013). La bioética: sus principios y propósitos, para un mundo tecnocientífico, multicultural y diverso. *Revista Colombiana de Bioética*, 8(2),18-37.[fecha de Consulta 7 de Marzo de 2022]. ISSN: 1900-6896: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=189230852003>
- Núñez, Y. (2019). Regulación emocional y su relación con la perspectiva del tiempo y mindfulness disposicional en adolescentes escolarizados de la comuna de Talcahuano (Tesis de Maestría), Universidad de Concepción, Chile.
- Ñañez Silva, Miriam Viviana, & Lucas Valdez, Guido Rubén, & Gómez Díaz, Rubén Luis, & Sánchez Paredes, Rubén Guillermo (2022). El Covid-19 en la salud mental de los adolescentes en Lima Sur, Perú. *Horizonte de la Ciencia*, 12(22),219-231. [fecha de Consulta 2 de Marzo de 2022]. ISSN: 2304-4330. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=570969250016>
- Orsillo, S., & Roemer, L. (2005). *Acceptance and mindfulness-based approaches to anxiety-conceptualization and treatment*. USA: Springer.
- Ortuño, Fonseca, Paino y Aritio (2014) Prevalencia de síntomas emocionales y comportamentales en adolescentes españoles. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*. Volume 7, Issue 3, July–September 2014, Pages 121-130. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-psiquiatria-salud-mental--286-pdf-S1888989113001304>
- Pineda; De Alvarado y De Canales (1994) Metodología de la investigación, manual para el desarrollo de personal de salud, Segunda edición. Organización

Panamericana de la Salud. Washington.

Prieto, A. y Bueno, D. (2021). Regulación emocional y su relación con características sociodemográficas en padres de menores de edad, durante las circunstancias actuales del confinamiento por Covid-19. Análisis en una muestra de Santander (Tesis de licenciatura), Universidad Autónoma de Bucaramanga, Colombia.

Rachman, S. (1980). Emotional processing. *Behaviour Research and Therapy*, 18, 51-60.

Rebaza, R. (2021). Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Víctor Larco, 2019 (Tesis de maestría), Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima.

Rubio, W. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca (Tesis de Licenciatura), Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca.

Salinas (2021) Ciberacoso en pareja y bienestar psicológico en adolescentes de Lima Norte, 2020 (trabajo para obtener el título profesional) trabajo presentado en la universidad César Vallejo. Lima – Perú.

Santoya, M.; Garcés, M. y Tezón M. (2018). Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autorregulación emocional en adolescentes y jóvenes universitarios (artículo científico), Colombia.

Ticoma, L. y Zaa, K. (2021). Programa de regulación emocional “yo me regulo” para adolescentes institucionalizados (Tesis de Licenciatura), Universidad Nacional De San Agustín De Arequipa, Arequipa.

Urzúa, Alfonso, y Caqueo-Urizar, Alejandra, y Araya, Gabriela, y Celedón, Carlos,

y Lacouture, Natalie, y Quiroz, Lucía, y Guzmán, Mónica (2016). Calidad de vida y dificultades de regulación emocional en la vida adulta. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXV (2), 135-144. [fecha de Consulta 2 de Marzo de 2022]. ISSN: 0327-6716. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281946990004>

Veenhoven, R. (1995). "Developments in satisfaction research". *Social Indicators Research*, 37, 1-46.

Veliz, A. (2012). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico y su estructura factorial en universitarios chilenos. *Psicoperspectivas*, 11(2), 143-163.

<https://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/view/196>

Vielma, J. y Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Revista Educere – Artículos arbitrados*, 49, 265 – 275. Recuperado de: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/32748/1/articulo2.pdf>

ANEXOS:

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE		
	General	General	General	Dimensión	Indicador	Escala de Medición
Dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022	¿Cuál es la relación entre dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022?	Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022	Existe relación significativa y directa entre dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022.	Dificultades en la regulación emocional	Se encuentran implícitos en el instrumento	Ordinal
		Específicos <ul style="list-style-type: none"> - Describir las dificultades en la regulación emocional en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022 - Describir el nivel de bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022 - Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y la auto aceptación en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022 - Determinar la relación entre dificultades en la 				

		<p>regulación emocional y el dominio del entorno en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022</p> <ul style="list-style-type: none"> - Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y las relaciones positivas en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022 - Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y el propósito en la vida en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022 - Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y el crecimiento personal en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022 - Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y la autonomía en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un 		<p>Falta de claridad emocional</p> <p>Bienestar psicológico</p> <p>Dimensiones: Autoaceptación</p> <p>Dominio del entorno</p> <p>Relaciones positivas</p> <p>Propósito en la vida</p> <p>Crecimiento personal</p> <p>Autonomía</p>	<p>Se encuentran implícitos en el instrumento</p>	Intervalo
--	--	--	--	--	---	------------------

		distrito de Imperial Cañete 2022.					
TIPO Y DISEÑO		POBLACION Y MUESTRA	TÉCNICAS INSTRUMENTOS	E	METODO DE ANALISIS ESTADISTICO		
Investigación de tipo Básica Diseño experimental descriptivo correlacional	no –	Población 650 Muestra 242 según formula de poblaciones finitas	Encuesta Escala		Método de análisis descriptivo Método de análisis inferencial		

MATRIZ DE OPERACIONALIZACION

VARIABLE	DEF. CONCEPTUAL	DEF. OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	NIVELES RANGOS POR DIMENSION
Dificultades en la regulación emocional	Se manifiesta por el déficit de las estrategias, pues algunas personas al intentar corregir reacciones negativas, no consiguen su objetivo, lo que conlleva a la intensidad y descontrol de sus reacciones. Es así que, el intento de regular las emociones podría ser, en sí mismo, el problema (Hervás, 2011 citado por Magallanes y Sialer).	El inadecuado manejo de las emociones generan situaciones problemas a la persona, estas dificultades serán medidas mediante una Escala de Dificultades Regulación Emocional (DERS)	Dificultades en la regulación de impulsos	Se encuentran implícitos en el instrumento	3, 14, 16, 19, 24, 27, 28, 31, 32, 35 y 36	Ordinal	Ato Moderado Bajo
			Falta de aceptación emocional		11, 12, 21, 23, 25, 29 y 30		
			Falta de conciencia emocional		2, 6, 8, 17, 22 y 34		
			Interferencia en conductas dirigidas a metas		13, 18, 20, 26 y 33		
			Falta de claridad emocional		1, 4, 5, 7, 9, y 10		

VARIABLE	DEF. CONCEPTUAL	DEF. OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	NIVELES Y RANGOS POR DIMENSION
Bienestar psicológico	Según Ryff, "Es el resultado de una evaluación valorativa por parte del sujeto con respecto a cómo ha vivido". (como se citó en Del Valle, Hormaechea, y Urquijo, 2015, pág. 7).	La tranquilidad emocional que una persona manifiesta en su vida cotidiana, la variable bienestar psicológico será medida mediante la aplicación de la escala de bienestar psicológico de Ryff	Autoaceptación	Se encuentran implícitos en el instrumento	1,7,13,19,25,31	Intervalo	BP elevado >176 BP alto 141-175 BP moderado 117-140 BP bajo <116 Alto (>27) Medio (18-26) Bajo (<25) Alto (>32) Medio (21-31) Bajo (<20) Alto (>36) Medio (24-35) Bajo (<23)
			Dominio del entorno		5,11,16,22,28, 39		
			Relaciones positivas		2,8,14,20,26,32		
			Propósito en la vida		6,12,17,18,23,29		
			Crecimiento personal		24,30,34,35,36,37,38		
			Autonomía		3,4,9,10,15,21,27,33		

INSTRUMENTOS

Indique con qué frecuencia los siguientes enunciados se aplican para usted, escribiendo el número apropiado de la escala de abajo en la línea al lado de cada elemento:

casi nunca	pocas veces	a veces	la mayoría de veces	casi siempre
1	2	3	4	5

Ítems

- _____ 1. Tengo claro lo que siento (ya sea enojo, alegría, tristeza, etc).
- _____ 2. Presto atención a cómo me siento.
- _____ 3. Experimento mis emociones como abrumadores y fuera de control
- _____ 4. No tengo idea de cómo me siento.
- _____ 5. Me resulta difícil comprender cómo me siento.
- _____ 6. Estoy atento a mis sentimientos.
- _____ 7. Sé exactamente cómo me siento.
- _____ 8. Le doy importancia a lo que siento.
- _____ 9. Estoy confundido sobre cómo me siento.
- _____ 10. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), sé reconocer exactamente cómo me siento.
- _____ 11. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), me enojo conmigo mismo por sentirme de esa manera.
- _____ 12. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), me avergüenzo por sentirme de esa manera.
- _____ 13. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), tengo dificultad para hacer mi trabajo.

_____14. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), me pongo fuera de control.

_____15. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), creo que me sentiré así por mucho tiempo.

_____16. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), creo que acabaré sintiéndome muy deprimido.

_____17. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), creo que mis sentimientos son válidos e importantes.

_____18. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), me es difícil concentrarme en otras cosas.

_____19. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), me siento fuera de control.

_____20. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), puedo cumplir con lo que tengo que hacer.

_____21. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), me siento apenado conmigo mismo por sentirme de esa manera.

_____22. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), sé que puedo encontrar la forma de sentirme mejor después.

_____23. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), me siento como si fuera una persona débil.

_____24. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), creo que puedo mantener el control de mi comportamiento

_____25. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), me siento culpable por sentirme de esa manera

_____26. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso,

etc.), tengo dificultades para concentrarme.

____27. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), tengo dificultades para controlar mi comportamiento

____28. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), creo que no hay nada que pueda hacer para sentirme mejor.

____29. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), me irrito conmigo mismo por sentirme de esa manera.

____30. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), empiezo a sentirme muy mal conmigo mismo.

____31. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), creo que no puedo hacer otra cosa que dejarme llevar por ese sentimiento.

____32. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), pierdo el control sobre mi comportamiento.

____33. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), se me dificulta pensar en cualquier otra cosa.

____34. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), me tomo mi tiempo para comprender lo que realmente estoy sintiendo.

____35. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), me toma mucho tiempo sentirme mejor.

____36. Cuando estoy emocionalmente mal (ya sea enojado, triste, ansioso, etc.), mis emociones parecen desbordarse (se escapan de mis manos).

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF

I. DATOS GENERALES

Sexo: F () M ()

Edad: años

Tipo de familia: Nuclear ()

Extensa ()

Monoparental ()

II. INSTRUCCIONES

A continuación, encontrarás una lista de afirmaciones que describen tu propio bienestar personal. Responde sinceramente la medida en que estás de acuerdo con cada situación que se plantea y marca con un aspa la puntuación que mejor puede aplicarse a cada afirmación. Las respuestas posibles son:

Completamente en desacuerdo	En Desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	De acuerdo	Completamente de acuerdo
1	2	3	4	5	6

ÍTEMS


N°	Ítems	1	2	3	4	5	6
1	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas						
2	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones						
3	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente						
4	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida						
5	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga						


6	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad						
7	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo						
8	No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar						
9	Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí						
10	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes						
11	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto						
12	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo						
13	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría						
14	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas						
15	Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones						
16	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo						
17	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro						
18	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí						
19	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad						

20	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo						
21	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general						
22	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen						
23	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida						
24	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo						
25	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida						
26	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza						
27	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos						
28	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria						
29	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida						
30	Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida						
31	En su mayor parte, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo						
32	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí						
33	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo						
34	No quiero intentar nuevas formas de hacer las						

	cosas; mi vida está bien como está						
35	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo						
36	Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona						
37	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona						
38	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento						
39	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla						

EVIDENCIA DE AUTORIZACION DE USO DE INSTRUMENTOS

 **Pilar Orotuma Flores** jue, 10 mar, 14:27 ☆
Buenas tardes le saluda Ethel Eko Del Pilar, Orotuma Flores alumna de la universidad san juan bautista, en la carrera de p...

 **Eduardo Luis Manzanares Medina** <eduardo.manzanares@upc.pe> vie, 11 mar, 16:16 ☆ ↶ ⋮
para mí ▾


Buenas tardes, Pilar.

Me derivaron tu consulta ya que fui el asesor de la tesis de la cual requieres hacer uso del instrumento DERS.

La prueba como tal es de libre acceso por lo que no requieres ningún permiso para usarla en tu investigación. Así que puedes utilizar la versión en español de la tesis de Magallanes y Sialer (2019) dichos fines académicos.


La versión traducida la puede encontrar en el Apéndice E de la misma tesis publicada en el Repositorio UPC. Cabe mencionar que esta prueba no tiene un Manual como tal, así que toda la información sobre ella la puedes encontrar en la tesis, así como en el artículo original y en los de las otras adaptaciones realizadas.

Saludos.




6 de 245


Escala de Bienestar Psicológico de Ryff Recibidos x

 **Pilar Orotuma Flores** <ppilar.floress@gmail.com> jue, 10 mar, 14:48 ☆ ↶ ⋮
para repositorio ▾


Buenas tardes le saluda Ethel Eko Del Pilar, Orotuma Flores alumna de la universidad san juan bautista, en la carrera de psicología, en esta oportunidad me dirijo a usted para pedir una autorización de lo que respecta a su instrumento con el nombre Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, dejo en texto también el número de contacto que es el 925566774 para poder obtener alguna otra información adicional, me despido muy amable tenga usted buen día.

 **Repositorio UCV** <repositorio@ucv.edu.pe> lun, 21 mar, 16:22 ☆ ↶ ⋮
para mí ▾

De que estudio es esa escala?

 **Pilar Orotuma Flores** <ppilar.floress@gmail.com> jue, 16 jun, 20:27 (hace 12 días) ☆ ↶ ⋮
para Repositorio ▾

Buenas noches, escala de Rif





UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA

OFICINA DE GRADOS Y TITULOS

INFORME DE PERMISO DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTO

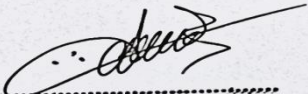
Lima, 02 de Junio del 2022

La investigación del (la) bachiller OROTUMA FLORES, ETHEL EKO DEL PILAR de código universitario 152340162U, perteneciente al programa de estudios de Psicología ha solicitado revisión de su investigación y la posibilidad de no ser necesario el permiso de aplicación de instrumento (lugar donde se ha extraído datos e información).

La investigación titulada “DIFICULTADES EN LA REGULACION EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN JOVENES DE 18 A 25 AÑOS DE EDAD EN UN DISTRITO DE IMPERIAL CAÑETE 2022”,

no requiere de permiso de aplicación de instrumento (recolección de datos) debido a que es información pública, base de datos pública u otros que no corresponde de permiso.


Se ha determinado posterior a la revisión de la investigación y se consideró no necesario el permiso de aplicación (lugar donde se ha extraído datos e información), revisado por el Docente asesor Dr. BARBOZA ZELADA LUIS ALBERTO y el programa de estudios mediante la Docente revisora Mg. MORALES VELASQUEZ MERCEDES PATRICIA



Luis Alberto Barboza Zelada
Doctor en Psicología
C.Ps P. 3516

Asesor:
BARBOZA ZELADA LUIS ALBERTO

DNI: 07068974



Mag. Patricia Morales Velasquez
Psicóloga

Revisor de escuela:
MORALES VELASQUEZ MERCEDES
PATRICIA

DNI: 40515074

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA SER PARTICIPANTE EN EL ESTUDIO

El propósito de este estudio es Determinar la relación entre dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes de 18 a 25 años de edad en un distrito de Imperial Cañete 2022. Todos los participantes completaran un cuestionario demográfico y se les realizaran preguntas de dos instrumentos relacionados 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:

Para el propósito de esta investigación, todas las preguntas se le están realizando de manera virtual para que sea autoadministrada, es decir, Ud. respondería las preguntas con solo leerlas. La encuesta tiene una duración aproximada de 35 minutos. Se tienen preguntas con datos demográficos sobre Ud., además de las preguntas de los instrumentos: Escala de dificultades de regulación emocional y escala de bienestar psicológico. Sus respuestas serán registradas en una base electrónica provista por la plataforma Formulario Google, la que nos asegura la confidencialidad de sus datos.

Participar en una investigación puede involucrar pérdida de la privacidad. Si bien sus respuestas van a estar en la internet, estamos usando una plataforma segura para almacenar sus datos, los cuales son encriptados y solo los investigadores serán quienes conozcan la información y serán usado con fines de investigación científica. Le aseguramos que la información que proporcione se guardara 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.

Si participa del estudio, ayudaría a la comunidad científica a conocer el estado de algunos aspectos de la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años de edad, especialmente relacionados a las dificultades en la regulación emocional y bienestar psicológico. La información que usted proporcione podría ayudarle a usted o a otras personas en la comunidad para conocer la relación entre las variables y otros aspectos de la salud mental conociendo tempranamente su estado. Además Ud. puede solicitar los resultados de algunos "test" que haya completado en la encuesta. Finalmente Ud. podrá acceder a información sobre recomendaciones para una adecuada salud mental, disponibles en el link: <https://www.unicef.org/ecuador/historias/c%C3%B3mo-cuidar-tu-salud-mental-en-tiempos-de-pandemia>.

Este estudio podría ayudar en el futuro a diseñar mejores programas de diagnóstico, o mejorar el manejo temprano de las variables y otros aspectos de la salud mental en jóvenes de 18 a 25 años de edad.

Usted puede decidir no participar en este estudio.

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.

Para este estudio, no realizaremos alguna colección de muestras biológicas. Sin embargo, le consultaremos si Ud. desea ser contactado para futuros estudios que si incluyan muestras biológicas para evaluar marcadores predisponentes relacionados a la salud mental.

Obtener información de un estudio como este puede demorar años, ya que investigar es un proceso largo y complejo. Al final de este consentimiento se le preguntara si desea recibir información de los resultados del estudio (publicaciones y/o exposición global de resultados en eventos científicos).

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 investigador principal del estudio que pertenece a la UPSJB, la estudiante Orotuma Flores, Ethel Eko Del Pilar al teléfono 925566774 en Lima, o por correo electrónico a ppilar.floress@gmail.com.

Al participar en este estudio, usted no está renunciando a ninguno de sus derechos. Si tiene preguntas sobre sus derechos como participante en la investigación; puede contactarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la UPSJB que se encarga de la protección de las personas en los estudios de investigación. Allí puede contactarse con el Mg. Antonio Flores, Presidente del Comité Institucional de Ética de la Universidad Privada San Juan Bautista al teléfono (01) 2142500 anexo 147 o al correo ciei@upsjb.edu.pe, o acudir a la siguiente dirección: Vicerrectorado de Investigación de la UPSJB, Campus UPSJB, Av. Juan Antonio Lavalle S/N (Ex hacienda Villa), Chorrillos, Lima.

Por favor, indique marcando y escribiendo sus iniciales abajo si desea recibir información general sobre el estudio. Es su responsabilidad hacer saber a los investigadores si su dirección y/o teléfono han sido cambiados. La forma de contactar a los investigadores está bajo el rubro "Contacto con los investigadores"

_____ Si quiero recibir información general sobre lo que se averiguo con el estudio.

_____ No quiero recibir ninguna información.

Nos gustaría invitarlo a participar de futuros estudios sobre la Salud Mental. Si está de acuerdo en que pueda ser contactado en el futuro, los investigadores de la Universidad Privada San Juan Bautista de Lima mantendrán un registro con su nombre, número de teléfono o dirección con la finalidad de contactarlo estudios futuros que podrían ser de su interés y para el cual sea elegible.

Al aceptar ser contactado por un estudio futuro, no estará obligado a participar en el mismo y puede solicitar que su nombre sea retirado de la lista en cualquier momento, sin que sus derechos a recibir cualquier servicio se vean afectados.

Por favor, escriba sus iniciales al lado de "Si" o "No"

_____ SI. Deseo ser contactado para futuros estudios de investigación en salud mental, aunque entiendo que este consentimiento no significa que participare en los mismos.

_____ NO. Por favor, no me contacten para futuros estudios de investigación.

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 e iniciales de sus datos.

Código de participante	
------------------------	--

Fecha