

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNIVERSIDADES
PRIVADAS DE ICA, PERÚ 2022**

TESIS

PRESENTADA POR BACHILLER

VALDIVIESO SOLARI FRANCHESCA PAOLA

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

ICA – PERÚ

2023

ASESOR

DR. BARBOZA ZELADA LUIS ALBERTO
ORCID: 0000-0001-8776-7527

TESISTA

VALDIVIESO SOLARI FRANCESCA PAOLA
ORCID: 0000-0003-4212-1815

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
PSICOLOGÍA- PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

AGRADECIMIENTO

A Dios

Por ser mi centro y la razón de mi existencia, por brindarme siempre sabiduría y guiarme en mis proyectos, mil gracias Señor.

A la Universidad Privada San Juan Bautista

Por ser mi casa de estudios, por haberme brindado todas las herramientas para yo poder aprender y por toda la plana docente que me acompañó en mi etapa universitaria.

A las Universidades Privadas de Ica y a los universitarios

Por haberme brindado las facilidades y por haber colaborado en que esta investigación se pueda realizar.

A mi asesor

Por su apoyo incondicional, por brindarme su tiempo, su paciencia y apoyo para poder culminar mi trabajo de tesis.

DEDICATORIA

A mis padres, por haberme apoyado emocionalmente y económicamente en que yo pueda ser profesional

conforme mis valores y a mis principios. A mi prometido, por su apoyo moral y por sus palabras de ánimo constantes para que no me rindiera y diera lo mejor de mí.

Franchesca.

RESUMEN

Objetivo: Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022.

Método: Estudio no experimental de tipo descriptivo simple. La muestra fue de 360 estudiantes varones y mujeres, siendo el 54,2% (195) varones y el 45,8% (165) mujeres. El instrumento utilizado fue la escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff adaptada por Diaz et al (2006). **Resultados:** El 2,8% (10) de los estudiantes presentan niveles elevados de la variable, el 86,9% (313) de estudiantes universitarios presentan niveles moderados de bienestar psicológico, el 5,0% (18) presentan niveles altos y el 5,3% (19) presentan niveles bajos. Lo cual ubica a la muestra en niveles moderados de bienestar psicológico.

Conclusiones: El 86,9% que corresponde a gran parte de los evaluados, tienen un nivel moderado de bienestar psicológico, lo cual manifiesta que los estudiantes están identificándose con ellos mismos, están motivándose, están sabiendo superar los problemas y por ende están teniendo el estilo de vida de cada uno considera satisfactorio.

PALABRAS CLAVE: Bienestar psicológico, psicología positiva, salud mental, universitarios.

ABSTRACT

Objective: Determine the level of psychological well-being in students from private universities in Ica, Peru 2022.

Method: Non-experimental study of a simple descriptive type. The sample consisted of 360 male and female students, 54.2% (195) being male and 45.8% (165) female. The instrument used was the Carol Ryff Psychological Well-being scale adapted by Diaz et al (2006). Results: 2.8% (10) of the students present high levels of the variable, 86.9% (313) of university students present moderate levels of psychological well-being, 5.0% (18) present high levels and 5.3% (19) present low levels. Which places the sample at moderate levels of psychological well-being.

Conclusions: 86.9%, which corresponds to a large part of those evaluated, have a moderate level of psychological well-being, which shows that students are identifying with themselves, are motivating themselves, are knowing how to overcome problems and therefore are having the lifestyle of each considers satisfactory.

KEY WORDS: Psychological well-being, positive psychology, mental health, university students.

ÍNDICE

CARÁTULA	I
ASESOR	li
LINEA DE INVESTIGACIÓN	lii
AGRADECIMIENTO	lv
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ABSTRAT	vii
ÍNDICE	viii
INFORME ANTIPLAGIO	x
ÍNDICE DE TABLAS	xii
ÍNDICE DE ANEXOS	xiii
1. PROBLEMA	
Realidad problemática	16
Formulación del problema	19
Objetivos	20
Objetivo General y específicos	20
Propósito	21
Línea de Investigación	22
Objetivo de Responsabilidad Social	23
Justificación	24
Delimitación	25
Limitaciones	26
2. MARCO TEORICO	
Antecedentes Nacionales e Internacionales	27
Bases teóricas y Marco Conceptual	32
3. HIPOTESIS y VARIABLES	
Hipótesis	46
Variables	46
4. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	
Tipo, nivel y diseño de estudio	48
Población muestra y muestreo	49
Medios de recolección de información	51

Procedimiento	53
Procesamiento de datos	55
Aspectos éticos	57
5 ANÁLISIS DE RESULTADOS	
Resultados	60
Discusión	89
6 CONCLUSIONES	93
7. RECOMENDACIONES	94
8. REFERENCIAS	95
ANEXOS:	104

INFORME ANTIPLAGIO

TESIS_VALDIVIESO SOLARI FRANCHESCA

INFORME DE ORIGINALIDAD

12%	12%	2%	5%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	repositorio.upsjb.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	<1%
7	recursosbiblio.url.edu.gt Fuente de Internet	<1%
8	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	<1%
9	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1%

INFORME DE VERIFICACIÓN DE SOFTWARE ANTIPLAGIO

FECHA: 31 OCTUBRE 2023

NOMBRES DEL AUTOR: VALDIVIESO SOLARI FRANCESCA PAOLA

TIPO DE PRODUCTO DE INVESTIGACIÓN:

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

INFORMARON SER PROPIETARIAS DE LA INVESTIGACIÓN VERIFICADA POR EL SOFTWARE ANTIPLAGIO TURNITIN, EL MISMO TIENE EL SIGUIENTE TÍTULO: "BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNIVERSIDADES PRIVADAS DE ICA, PERÚ 2022"

CULMINADA LA VERIFICACIÓN SE OBTUVO EL SIGUIENTE PORCENTAJE: 12%

Conformidad Autor:

VALDIVIESO SOLARI
FRANCESCA PAOLA
DNI 73325581



Conformidad Asesor:

BARBOZA ZELADA
LUIS ALBERTO
DNI 07068974

ÍNDICE DE TABLAS

		Pág.
TABLA 1	Distribución de la muestra en función del sexo.	44
TABLA 2	Distribución de la muestra en función a edad.	44
TABLA 3	Distribución de la muestra con respecto a los Niveles de bienestar psicológico.	52
TABLA 4	Distribución de la muestra con respecto a niveles en la dimensión Autoaceptación.	52
TABLA 5	Distribución de la muestra con respecto a niveles en la dimensión Relaciones positivas.	53
TABLA 6	Distribución de la muestra con respecto a niveles de la dimensión Autonomía.	53
TABLA 7	Distribución de la muestra con respecto Niveles de la dimensión Dominio del entorno.	54
TABLA 8	Distribución de la muestra con respecto Niveles de la dimensión Propósito en la vida.	54
TABLA 9	Distribución de la muestra con respecto Niveles de la dimensión Crecimiento personal.	55
TABLA 10	Distribución de la muestra según el sexo con respecto a Niveles de Bienestar Psicológico.	56
TABLA 11	Distribución de la muestra con respecto a la edad en los niveles de Bienestar Psicológico.	57

TABLA 12	Distribución de la muestra con respecto al sexo en Niveles de Autoaceptación.	59
TABLA 13	Distribución de la edad en la muestra con respecto a la dimensión Autoaceptación.	60
TABLA 14	Distribución de la muestra según el sexo con respecto a las Relaciones Positivas.	61
TABLA 15	Distribución de la muestra según edad con respecto a las Relaciones Positivas.	62
TABLA 16	Distribución de la muestra según el sexo con respecto a la Autonomía.	63
TABLA 17	Distribución de la muestra según edad con respecto a Autonomía.	64
TABLA 18	Distribución de la muestra según el sexo con respecto al Dominio del entorno.	66
TABLA 19	Distribución de la muestra según edad con respecto al Dominio del entorno.	67
TABLA 20	Distribución de la muestra según en sexo con respecto al Propósito en la vida.	68
TABLA 21	Distribución de la muestra según edad con respecto al Propósito en la vida.	69
TABLA 22	Distribución de la muestra según el sexo con respecto al Crecimiento Personal.	70

TABLA 23	Distribución de la muestra según edad con respecto al Crecimiento Personal.
-----------------	---

71

ÍNDICE DE ANEXOS

		Pág.
ANEXO 1	Matriz de consistencia	85
ANEXO 2	Matriz de operacionalización	88
ANEXO 3	Instrumentos	91
ANEXO 4	Autorización del instrumento	100
ANEXO 5	Consentimiento informado	101

1. PROBLEMA

El bienestar es considerado un motivo y fuente de investigación de diversas áreas relacionadas a la salud y estilos de vida. Definir bienestar trasciende del hecho de gozar de buena salud física o de cumplir con determinadas necesidades básicas, más aún, cuando el bienestar viene a ser las experiencias subjetivas de cada individuo, lo cual genera cierto grado de complejidad al momento de estudiarlo. Hoy en día, debido a las exigencias y competencias, así como, al incremento de enfermedades relacionadas a la salud mental (depresión, ansiedad, etc), las personas se enfrentan a mayores retos y demandas a fin de llevar un estilo de vida adecuado y poder cumplir con las metas y anhelos individuales, lo cual, está relacionado con el bienestar, ya que, lo que se busca es que el ser humano se sienta satisfecho con el estilo de vida que tiene, es por ello, que el estudio de esta variable es indispensable a fin de conocer qué factores están propiciando un adecuado bienestar y satisfacción.

De acuerdo con Tello (2018), el bienestar psicológico es un aspecto relacionado a la motivación intrínseca de la persona y surge como resultado del crecimiento psicológico, además, de la capacidad de conectar de forma sana y completa con las situaciones de la vida, consiguiendo así lograr superar los diversos obstáculos presentados en determinados momentos de la vida. Por lo cual, cada persona de manera individual va a ir formando su bienestar psicológico a través de las vivencias que va atravesando cada individuo.

Con respecto al bienestar psicológico, el Ministerio de Salud hace mención a que un individuo que es saludable físicamente es sinónimo de estabilidad psicológica y mental, por lo cual, vemos que hay una relación directa entre poseer una buena salud física con el estado a nivel de emociones (Ministerio de Salud, 2017). En consecuencia, el bienestar psicológico puede considerarse un aspecto crucial en el crecimiento de la persona humana, ya que le permitirá desenvolverse sin problemas en la carrera profesional de psicología ya que es importante que los estudiantes gocen de niveles óptimos de bienestar psicológico el cual es fundamental para desempeñarse tanto en lo personal como en lo profesional, además, si el estudiante no tiene autonomía, propósito de vida, dominio del entorno es muy probable que sus calificaciones disminuyan, pueda cambiar de carrera o decidir dejar la universidad.

Según una investigación realizada por el Ministerio de Salud de Colombia, el 40,1%, es decir, 2 de cada 5 colombianos, ha padecido algún tipo de enfermedad mental en algún momento determinado de su vida. Según los resultados de este estudio, casi 8 de cada 20 colombianos encuestados padecen algún tipo de enfermedad mental. Los trastornos de ansiedad fueron los más detectados (19,3%), seguidos por los trastornos del estado de ánimo (15%) y los trastornos por consumo de drogas psicoactivas (10,6%). (MinProtección, 2003).

En Perú, Yuri Cutipé, jefe de Salud Mental del Ministerio de Salud (MINS), afirmó que durante el periodo de la pandemia acudieron más de 1.300.000 personas las cuales presentaban diversas afectaciones relacionadas a los

trastornos mentales, mencionó también, que las personas afectadas correspondían a todas las edades y mayormente padecían de ansiedad y depresión pero que también se habían dado casos por consumo de drogas, psicosis, bipolaridad, entre otros (MINSA,2022).

Además, mientras acontecía la pandemia por COVID-19, se registraron y trataron un total de 313 455 casos de depresión a nivel nacional a través de diversos servicios de salud mental, lo que representa un aumento del 12% de los casos en comparación con la etapa anterior a la pandemia (MINSA, 2022). Por lo cual, se puede entender que durante el periodo de la pandemia se evidenció un incremento en el número de personas que

En el contexto, muchos estudiantes pertenecientes a Universidades Privadas de la ciudad de Ica, están retomando actividades educativas presenciales, lo cual, incluye nuevamente adaptarse a un sistema en la cual se deben cumplir de ciertos cuidados para evitar algún tipo de contagio, eso genera que muchos de los estudiantes tengan que incorporar el hecho de cuidar su salud física. En vista de eso, se ha puesto en evidencia que muchos estudiantes han regresado a clases con diversos problemas relacionados a su salud mental, entre estos la ansiedad, debido a que, durante la pandemia hubo mucha incertidumbre sobre lo que iba a pasar posteriormente. El hecho de estar en aislamiento ha generado en muchas personas desesperación por volver a hacer las actividades que estaban acostumbrados a realizar. Además, a nivel

de relaciones interpersonales también ha habido ciertas complicaciones, muchos se han acostumbrado a socializar a través de las redes sociales y volverse a incorporar nuevamente también ha sido un nuevo reto que asumir.

Con respecto a la depresión, muchos estudiantes, durante el periodo de la pandemia por COVID-19, han perdido a sus familiares, lo cual ha sido un proceso duro de asimilar. Algunos también, han pasado el aislamiento lejos de sus familiares lo cual ha provocado en ellos el sentimiento de soledad y tristeza. Es así como muchos de los problemas relacionados a la salud mental y al bienestar psicológico de los estudiantes se han ido evidenciando.

Además, muchos de los estudiantes universitarios, están muy preocupados tratando de aprobar en todas sus materias y aprender lo que las entidades educativas le ofrecen, que se olvidan de poder cuidar su salud mental, en evidencia está que la mayoría se amanece para estudiar o presentar un proyecto importante y no tienen el tiempo para poder disfrutar de actividades recreativas. Otro punto, es que muchos estudiantes están presionados con el hecho de terminar sus estudios satisfactoriamente, ahí es donde se preocupan y hasta se esfuerzan mucho para lograrlo que ponen en riesgo su salud mental. Adicionando a ello, algunos de los estudiantes pasan por una etapa en la cual no están seguros de la carrera profesional que escogieron, sin embargo, optan por continuarla para no defraudarse ni defraudar a sus padres, eso genera que

el bienestar psicológico se vea afectado ya que están encaminándose en una profesión que no desean.

Sumándole a eso, se da el caso de estudiantes, al pertenecer en este caso a universidades privadas, que tienen que laborar para poder costear sus estudios y un porcentaje de ellos no logra enfocarse en sus actividades académicas adecuadamente lo cual puede generar en ellos estrés y ansiedad como resultado de eso. En la mayoría de casos, los estudiantes tienen que alejarse de sus familias para buscar las oportunidades de educación que ellos consideran necesarias, por lo que deben adaptarse a nuevas condiciones tanto sociales como personales para poder lograr su objetivo de estudiar una carrera profesional.

Por lo anterior, es que se ha planteado como problema general la siguiente interrogante, ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022?

Como objetivo general se ha considerado: Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. Como objetivos específicos se han considerado los siguientes: El primer objetivo específico es determinar el nivel de autoaceptación en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. Como segundo objetivo específico

se tiene determinar el nivel de relaciones positivas con los demás en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. El tercer objetivo específico es determinar el nivel de autonomía en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. Como cuarto objetivo específico se tiene determinar el nivel de dominio del entorno en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. El quinto objetivo específico es describir el nivel de propósito en la vida en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. Finalmente, el sexto objetivo específico es determinar el nivel de crecimiento personal en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022.

Cómo propósito de la investigación se ha considerado poder determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de las universidades privadas de Ica, lo cual va a permitir un mayor alcance sobre la variable, ya que, a nivel nacional, de acuerdo con MINSA (2022) se han incrementado los problemas relacionados a la salud mental de la población en general y lo que se ha planteado como objetivo es poder describir el bienestar psicológico en el contexto de la ciudad de Ica. Es relevante poder conocer la magnitud de la problemática que puede generar poseer alguna enfermedad que esté afectando a nivel cognoscitivo y al mismo tiempo estar atravesando una etapa tan importante como lo es estudiar para ser un profesional. Es poca la importancia que se le da a la salud mental hoy en día, pues, recién se está incrementando la concientización sobre este tema, sin embargo, no podemos ser indiferentes con esta situación. Las casas de estudio como lo son los colegios y universidades, deben dar ese soporte y acompañamiento en el proceso educativo por el que sus estudiantes atraviesan y entender que también van a

haber situaciones de estrés u otros problemas que van a querer interponerse en el desarrollo integral de la persona.

Con respecto a lo anterior, las universidades albergan a cierta parte de la población y representan de algún u otro modo lo que sucede en el país, siendo las encargadas de poder formar a los futuros profesionales, por lo tanto, es sustancial su aporte en cuanto al desarrollo y abordaje de la salud mental saludable. Más aún con respecto a la muestra escogida para la presente investigación, que son los estudiantes de psicología, se debería trabajar ese abordaje que les permita exteriorizar sus emociones y trabajar en su salud mental, ya que ellos van a ser los encargados de trabajar con las personas aspectos relacionados a su mundo interno, por lo tanto, deben poseer niveles óptimos en cuanto a su bienestar psicológico. La meta es poder analizar posteriormente la variable para poder conocer si ha habido cambios significativos en esta. Además, es enriquecedor para la ciudad de Ica que se realicen más investigaciones en torno al contexto y va a poder brindar mayor información a nivel de la salud mental, ya que actualmente se está aumentando el interés por estos temas y esta investigación va a generar ese aporte.

En cuanto a la justificación de esta investigación, desde la consigna teórica, se argumenta a la psicología positiva como eje central del estudio debido a que esta tiene como fin lograr el bienestar óptimo de las personas, así mismo, fomenta en la persona los pensamientos, sentimientos y conductas positivas que le permitan llevar un adecuado estilo de vida. Además, está relacionada a buscar la felicidad del ser humano, siendo así, una vía positiva para poder

construir su propio bienestar. Siguiendo la línea de la psicología positiva, se ha optado por utilizar el modelo de bienestar psicológico de Carol Ryff, porque este nos permite conocer las dimensiones relacionadas al adecuado funcionamiento del ser humano para lograr así un óptimo bienestar psicológico. Este modelo proporciona mucho aporte teórico a lo que se quiere lograr con este estudio y está muy relacionado en cuanto a los objetivos del presente trabajo de investigación. Ha sido empleado también en otros estudios y ha sido muy útil para los investigadores, es por ello que se ha optado en aplicarlo. Se ha utilizado esta teoría en el presente trabajo para poder así medir y poder lograr el objetivo propuesto.

En cuanto a la consigna metodológica, la presente investigación es de tipo descriptiva, por lo que busca detallar las propiedades y características de la variable propuesta en los estudiantes universitarios. Por último, desde la consigna práctica lo que se requiere es poder contar con los elementos estructurales, es por ello que la propuesta dada busca aportar, a partir de sus resultados, información que conlleve a los participantes a asumir estrategias de mejoras o de intervención frente a la variable propuesta. Todas estas consignas van a poder permitir brindar la información y recursos necesarios para así responder a los objetivos propuestos.

En cuanto a la consigna filosófica, el ser humano siempre ha estado en la búsqueda de la felicidad y siempre cuestionándose sobre el motivo de su existencia y eso se va desarrollando a la medida que van acumulando experiencias subjetivas en las diversas etapas de sus vidas. El bienestar está

muy relacionado a los conceptos filosóficos, debido a que este va más allá de lograr cumplir con determinadas necesidades básicas, ya que lo que busca el ser humano es sentirse pleno y sentir realmente satisfacción con la vida que tienen y es algo interno y propio que cada persona experimenta de manera diferente.

Remontamos a la antigua Grecia, en donde nacieron muchos de los pensamientos filosóficos que son base para el desarrollo de las ciencias y que ha aportado bastantes teorías a la psicología. Con respecto a los temas relacionados al estudio de la mente y la salud mental, partía desde una perspectiva más mitológica o mágica, en donde se hacía atribución a que las enfermedades mentales eran causadas por los Dioses o por aspectos que involucraban la magia. Se han tomado en cuenta las teorías de algunos filósofos como lo son Hipócrates con su teoría humorística, la cual hace referencia a la relación de los 4 humores (sanguíneo, colérico, melancólico, flemático), ya que, lo que menciona Hipócrates sobre su teoría es que si había un equilibrio entre los humores la persona iba a gozar de buena salud, sin embargo, si predomina alguno de los humores, la persona puede presentar alguna dificultad en su temperamento lo que puede ocasionar algún problema en el estado de ánimo. También se ha tomado en cuenta lo propuesto por Platón con su pensamiento sobre el alma el cual lo divide en racional e irracional. Por último, se ha considerado lo propuesto por Galeno, quien también realizó aportes sobre la mente, enfermedades mentales y atribuciones psicológicas.

El filósofo Gilles Lipovetsky, abordó temas relacionados a la sociedad contemporánea. De acuerdo con Salazar (2020), Lipovetsky examina la sociedad contemporánea y señala la tendencia hacia el hecho de que el ser humano propiamente y de manera individualizada está en constante necesidad de su placer y bienestar y estos son como pilares fundamentales de la vida moderna. En estos tiempos, el ser humano tiene una obsesión con su satisfacción individual y la búsqueda constante de la felicidad personal. Por lo cual, de acuerdo a las investigaciones realizadas por dicho autor se puede establecer una conexión con el bienestar, debido a que él considera que el ser humano está predispuesto a la autonomía y en cómo obtener la grata satisfacción como factores fundamentales en el transcurso de la vida y exigencias actuales. Lipovetsky también ha abordado la cuestión del consumismo y su influencia en la psicología humana. Según Lipovetsky, la sociedad de consumo ha creado una cultura en la que la felicidad y el bienestar están asociados al consumo y a la posesión de bienes materiales. Sin embargo, advierte que esta búsqueda materialista puede llevar a una insatisfacción constante, ya que los deseos y expectativas nunca parecen estar completamente satisfechos. (Salazar, 2020). Menciona también, lo relacionado a la felicidad basada en obtener recursos materiales, sin embargo, refiere que también que esta no es completa ya que nunca se puede satisfacer en su totalidad.

Se ha considerado también las delimitaciones de la investigación, la cual se llevó a cabo en una universidad privada de Ica, debido a que con respecto a la información que se ha podido recolectar se ha orientado esta investigación. Se ha considerado a estudiantes universitarios varones y mujeres de las escuelas

profesionales de psicología, enfermería y medicina. Se ha decidido trabajar con el grupo de ciencias de la salud porque son ellos quienes van a trabajar directamente con las personas y para ello su nivel de bienestar psicológico debería ser óptimo. Se ha considerado esta universidad debido a que se tiene mayor acceso para que los participantes puedan hacer uso de la prueba.

Como limitaciones se ha considerado la disponibilidad de los estudiantes para poder responder al cuestionario debido a que se tiene que adaptar al tiempo que cada estudiante tenga disponible. Otra limitación es con respecto al instrumento elegido, ya que se ha encontrado varias versiones del mismo con menor y mayor cantidad de ítems lo cual confunde en el proceso de elección.

2. MARCO TEÓRICO

En la investigación es necesario fundamentar la variable a través del marco teórico el cual va a contener diversa clase de material informativo encontrado en revistas científicas y otras investigaciones basadas en el bienestar psicológico que van a permitir tener una visión más amplia sobre lo que se está investigando. Estos antecedentes son claves para tener una idea de cómo se puede manifestar la variable en el contexto elegido.

Un artículo científico con respecto al Perú, elaborado por Mamani, Mamani-Quispe y Aquize (2021) la cual está direccionada en poder establecer una relación entre el nivel de madurez psicológica y bienestar psicológico en el ámbito educativo, siendo aplicada a estudiantes de un colegio privado en Juliaca, la investigación tiene como finalidad poder determinar la relación entre las dos variables ya mencionadas, tipo correlacional, no experimental y transversal. Para la investigación se utilizaron dos tipos de pruebas, siendo una de ellas la escala elaborada por Carol Ryff y el cuestionario relacionado a la madurez cognoscitiva, ambas aplicadas a 78 escolares. Los resultados demuestran que el 100%, es decir, la totalidad de estudiantes habrían logrado obtener resultados bajos con respecto a las variables lo cual da a entender que es importante cómo las experiencias sumado con la responsabilidad de cada persona puede determinar cómo se sienten a nivel íntimo.

En su investigación Tello (2018), lo que busca relacionar son dos aspectos muy ligados a la salud emocional, siendo en primer lugar cómo la calidad de

vida ser un factor determinante en el bienestar, descriptiva correlacional, muestra 260 universitarios residentes en Lima, se utilizó el instrumento elaborado por Ryff adaptado al español y la prueba de Olson con respecto a la calidad de vida. Los resultados arrojaron que 83.5% de las personas involucradas consideran favorable su estilo de vida y se sienten complacidos con ello. Se corrobora pues la significancia de ambos factores con respecto a la plenitud de las personas, en la cual, el investigador hace énfasis a que los dos elementos tienen conexión entre sí.

En su investigación, Núñez (2019) busca conocer la realidad en cuanto al bienestar de un grupo de estudiantes universitarios, descriptiva, la muestra es de 80 jóvenes tanto mujeres como hombres, utilizando una escala en relación al bienestar. La investigación llegó a la conclusión que es necesario que en la etapa universitaria, que es en la que la muestra evaluada se encuentra, estos puedan sentir conformidad en cuanto a lo que sienten, piensan y están consiguiendo, por lo cual, su estudio arroja resultados óptimos en cuanto al bienestar, ya que, el 45% aproximándose a la mitad de la muestra, obtuvieron niveles altos de bienestar.

En su trabajo de investigación, Lamas (2018) establece una relación de bienestar, en su totalidad, aún más próxima a otro elemento que tiene mucha significancia en la psicología, la resiliencia orientándola a universitarios, la metodología es descriptiva correlacional, siendo 114 personas, se utilizando dos cuestionarios relacionados a cada elemento. De acuerdo con los resultados, el bienestar psicológico es considerado nivel alto con 5,37. Cabe resaltar, que dentro de ese porcentaje destacó el aumento de valor en cuanto

a los estudiantes a nivel personal, ya que buscan la superación para aproximarse a sus objetivos, además, el hecho de vivir fuera del entorno familiar buscando así su propia dirección, lo cual, hace más estrecha la relación que busca el investigador con respecto a sus objetivos.

En el ámbito universitario de México, Ross et al. (2019) elabora sus estudios en base a 120 estudiantes propios de psicología, el enfoque es cuantitativo, el tipo de estudio es descriptivo-no experimental, utilizando el instrumento de Bienestar Psicológico de Diaz et al. (2006). Los resultados demostraron que el 77.5% de los estudiantes aún se encontraban en proceso a la independencia obteniendo niveles promedios, el 90% se encontraba descubriendo el hecho de su influencia en el lugar donde se encontraban y un 80% se encuentran satisfechos estableciendo conexiones con otros. La conclusión es que los estudiantes universitarios mexicanos que estudian la carrera de psicología cuentan con un nivel dentro del promedio en cuanto al bienestar psicológico, lo cual es un buen indicador ya que lo esperado es que los estudiantes puedan sentirse bien con ellos mismos y poder desenvolverse y desarrollarse adecuadamente dentro del ámbito universitario.

En un artículo científico sobre estudiantes de Ecuador, Franco, Osorio y Cervantes (2019) busca relacionar cómo el rendimiento académico y el acoso escolar son factores claves en el bienestar, tiene como método el descriptivo y correlacional, la muestra es de 386 estudiantes, se empleó una encuesta piloto. Los resultados mostraron que la mayor parte, siendo el 93%, refieren no haber experimentado situaciones que impliquen algún daño ya sea a sus cuerpos o emocional, por lo que no habría indicadores de factores que hayan sido

perjudiciales para los mismos, de lo contrario, 7% si ha experimentado situaciones donde se han sentido coaccionados. En cuanto al rendimiento en el aula con respecto a temas académicos, a los estudiantes les agrada que se brinde una intervención de las personas perjudicadas. Los estudiantes consideran que su universidad es un ambiente seguro y les agrada asistir.

Así mismo, una tesis sobre estudiantes Ecuatorianos presentada por Mejía y Moscoso (2019), cuyo énfasis radica en el bienestar psicológico de 535 estudiantes de psicología, cuantitativa-no experimental. Los universitarios de la facultad de psicología se encuentran aún en desarrollo a fin de abastecerse emocionalmente. Además, las dimensiones en las que obtuvieron mayor tendencia de bienestar psicológico fueron: propósito a conseguir, su evolución personal y autoaceptación, a diferencia de las interacciones con sus pares, que obtuvieron menor valoración. Se concluyó que los estudiantes presentan valoración y empeño a sí mismos y a sus objetivos, ya que, en su mayoría, están altamente satisfechos en el ámbito académico, amistad y con su relación en pareja.

Por otro lado, en Uruguay Fernández, Daset y Castellucio (2019), el objetivo es conocer las peculiaridades de los escolares con respecto al bienestar psicológico, el estudio es de tipo transversal-correlacional, el total de participantes es de 5189 adolescentes. Se obtuvo como resultado que al observar las medidas en cada dominio del índice del bienestar personal (PWI), los adolescentes en Uruguay están más satisfechos con las conexiones y relaciones que establecen con personas de su entorno, aparte, la identificación con su cultura y modo de vivir, sin embargo, no hay tanta apreciación a la

seguridad y confianza que su medio les pueda ofrecer. En cuanto a la comparación de sexo, en cada dominio del PWI, se presentan distinciones en los siete dominios, las mujeres reportaron menor nivel de BPS en todas las áreas.

En el contexto de Cuba, se realizó también una investigación sobre estudiantes universitarios de la carrera de psicología, por lo cual Araujo y Savignon (2018), el cual busca conocer la realidad en estudiantes que han repetido un curso en años anteriores y que han pertenecido a estudios relacionados a la psicología, el tipo de investigación es mixto, empleando el cuestionario de bienestar psicológico (CAVIAR) y el test Cattell forma C, la población fue conformada por 25 estudiantes y de ellos se sacó la muestra de 5 estudiantes. Los resultados presentados fueron positivos para los estudiantes, manifestaron un bienestar psicológico entre el promedio y un nivel alto.

Un artículo científico sobre el personal educativo uruguayo presentado por García, Soler, Achard y Cobo (2020), el cual se direcciona a cómo es empleada la psicología positiva en las aulas y escuelas, diseño cuasi experimental, se realizó la investigación con dos grupos el A con 34 personas y el B con 26 personas. El programa de psicología positiva dirigida a docentes y personal educativo dio el efecto deseado, ya que fue notorio el cambio evolutivo posterior al programa debido a que, se manifestó un aumento significativo en los participantes después de haber aplicado el programa.

Para la presente investigación, se ha tenido como base diversas teorías psicológicas que fundamentan la variable bienestar psicológico. A continuación, se presentarán algunas de estas. Sin embargo, para poder explicar estas teorías, se va a comenzar explicando sobre la psicología positiva, unas de las principales corrientes que va a permitir sustentar aspectos relacionados a la variable en mención.

Ryff (1989), llegó a la conclusión de que el bienestar psicológico es una noción polifacética la cual contiene elementos importantes y necesarios que son utilizados como mecanismos relacionados a entender de manera global lo que incluye el bienestar. Se trata de 6 dimensiones: Autonomía, Propósito en la vida, Auto aceptación, Relaciones positivas con otros, dominio en el entorno y crecimiento personal. Ryff nos proporciona una teoría bastante amplia y consolidada, ya que, las dimensiones propuestas son base fundamental para esta investigación.

El fundador del movimiento de la psicología positiva fue Martin Seligman. En 1998, se convirtió en presidente de la Asociación Americana de Psicología [APA], en su seminario inicial afirmó que la psicología del siglo XX le debía mucho al estudio de las habilidades, cualidades y satisfacción, por lo que enfatizó la necesidad de que la psicología se relacionara al término "psicología positiva" (Mesurado,2017).

Según el psicólogo Martin Seligman (1998), el campo de la psicología positiva es una disciplina cuyo propósito es comprender y producir las características más positivas de una persona, como el optimismo, la valentía,

la dedicación al trabajo, las relaciones con los demás, la capacidad de disfrutar de la satisfacción y la conciencia social. (p.1).

Seligman y Csikszentmihalyi (2000) señalan que la psicología positiva es una investigación empírica de la realización individual, el estudio de las características humanas que permiten florecer a las personas, los grupos y las culturas. Con respecto a lo proporcionado por dichos autores, lo que esa ciencia busca es que el individuo o grupos de individuos puedan obtener lo que anhelan y así poder ser felices.

Para Seligman y Csikszentmihalyi (2000), la psicología positiva sugeriría concentrarse en los rasgos positivos más que en los defectos, ya que diversas investigaciones han demostrado que las cualidades humanas (por ejemplo, el optimismo, la fe, las interacciones interpersonales, etc.) funcionan como escudos protectores contra los trastornos mentales (p. 7).

Se puede comprender entonces, que esta ciencia tiene como fin potenciar las fortalezas, las cualidades, habilidades y capacidades de las personas a fin que puedan llevarlos a un estilo de vida más adecuado y que los haga sentir bien en todos los ámbitos de sus vidas. Como su mismo nombre señala, busca que la persona tome en consideración todos los aspectos positivos y los refuerce, así mismo, mejorar esas debilidades o aspectos negativos que impiden que la persona pueda sentirse plena y feliz.

1. Psicología positiva:

En la presente investigación, de acuerdo con el bienestar psicológico, las teorías que se han tomado en consideración giran en torno a la psicología positiva.

La psicología positiva es una investigación empírica de los atributos positivos y los valores humanos, que nos ayuda a tener una visión profunda del potencial, los motivos y las capacidades humanas (Sheldon & King, 2001).

La psicología positiva estudia, empíricamente, cómo favorecer las mejores cualidades y rasgos de las características del ser humano, como la alegría, la inspiración, la motivación y la gracia, entre otros, con el fin de desarrollar y potenciar una actitud positiva de modo que el ser humano evite sentir emociones negativas que lo lleven a padecer una enfermedad mental, siendo lo contrario y logrando una vida plena. (Escudero,2018).

La psicología positiva también contiene virtudes sociales y estructurales que llevan a las personas a asumir obligaciones para con su sociedad y promueven atributos que aumentan la convivencia en grupo (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

Tomando en cuenta las referencias anteriores, su objetivo es pues darle un giro a la perspectiva inicial, llevando pues al hombre hacia el desarrollo de sus fortalezas para que así puedan lograr el bienestar y, por tanto, su felicidad. He ahí pues importante considerar al bienestar un término holístico, ya que se arraiga de todos los componentes del individuo, por eso, si la persona conecta

lo que desea y sus acciones, se va a poder desarrollar adecuadamente en cualquier ámbito de su vida y va a poder superar así cualquier adversidad.

2. Modelo de Bienestar psicológico de Carol Ryff:

La psicóloga Carol Ryff se ha comprometido a examinar si los aspectos o dimensiones tienen un efecto sustancial en nuestra calidad de vida. La examinadora ha ideado un cuestionario para evaluar la salud mental de las personas, y ha extraído seis criterios que son necesarios para alcanzar la realización personal y el auto potencial de las personas. (Reyes,2018).

Dentro del cuestionario que elaboró Ryff se toma en cuenta los cambios o diferencias que se darán debido a los diversos factores como es la edad, género y el contexto.

Durante la medición del bienestar psicológico Ryff afirma que hay varios procesos psicológicos que surgen durante el juicio del individuo sobre lo que ha encontrado anteriormente, entre estos procesos se citan las afirmaciones, las comparaciones con los demás y el valor de las personas clave en la vida. Estos mecanismos influyen en la reacción de placer y sensación de bienestar de cada persona de manera distinta. En consecuencia, el equilibrio mental y su percepción dependerán de lo que uno haya experimentado y de lo que cada individuo desee alcanzar. Cada incidente que ocurre en la vida puede ser visto, evaluado y apreciado en relación con los propios valores, la cultura y otros componentes, importantes o eventos menores (Aguilar et al, 2009).

Se escogió este modelo debido a que es muy completo en cuanto a lo que se desea medir y abarca los diversos aspectos que constituyen el bienestar

psicológico. Ryff, fue muy minuciosa en su modelo y lo que ella quería averiguar, a través de su instrumento se puede lograr medir la variable en cuestión, es por ello que los ítems van relacionados a ello. Las características que Ryff menciona, son las que se han utilizado como dimensiones de la presente investigación debido a que atribuyen mucho significado y son de gran aporte para lograr el objetivo planteado. Básicamente, este modelo refiere de manera muy detallada y específica el bienestar psicológico y lo explica de una manera bastante acertada.

3. Teoría del bienestar o modelo PERMA:

También se ha considerado como parte de esta investigación la Teoría del bienestar o modelo PERMA, para ello Montagud (2017) informa que dicha teoría es responsable de definir la razón por la que los individuos eligen lo que les hace felices. Reúne todos los elementos que contribuyen en la felicidad, a que el individuo presente un estado de ánimo ideal y pasar los momentos sin tensiones. Su propósito es ayudar a los individuos a ser capaces de imaginar un futuro y trabajar para conseguirlo, con el fin de obtener la tan ansiada felicidad.

De acuerdo a lo anterior, podemos entender que la teoría del bienestar busca comprender aquello que hace que la persona se pueda sentir bien y feliz a nivel emocional. El que creó la teoría del bienestar fue Seligman, quien es reconocido por sus estudios en torno a la psicología del bienestar o positivismo. Lo que buscaba Seligman era poder hacer que las personas puedan elaborar y realizar metas que les permitan lograr su felicidad y sentirse plenos.

Este modelo busca comprender por qué las personas se dirigen a elegir aquello que las hace felices a las hace bien. Como el mismo modelo señala, todas las características y herramientas que propone Seligman, son aquellas que una persona debe seguir para poder lograr ese tan añorado bienestar.

Es importante conocer también las características del modelo PERMA. Según Montagud (2017), Seligman propone cinco características en su modelo, los cuales están dirigidos a lograr el bienestar. Cuando el hombre experimenta y va puliendo cada uno de estos componentes, se va aproximando a lograr la felicidad, la realización y la motivación.

Lo que presenta Seligman, son 5 elementos, los cuales están relacionados a potenciar el desarrollo y darle una razón a la vida, para así, poder sentirnos realizados y contentos con el estilo de vida que se va a ir formando y estructurando.

También se están considerando los componentes del modelo, con respecto a eso Seligman menciona que se han encontrado las siguientes características: La emoción positiva, el compromiso, el significado, los logros o realización y las relaciones positivas, las cuales conforman parte de los cinco elementos propuestos (Meneses, Sánchez y Sepúlveda, 2016).

El primero son las emociones positivas, Meneses, Sánchez y Sepúlveda (2016), mencionan que las emociones positivas consisten en que el ser humano sea capaz de discernir entre los beneficios y el impacto en la salud a nivel personal y con sus interacciones con otros. Lo que se busca pues es lograr un aumento de emociones positivas versus el incremento en las negativas. Las

emociones positivas pues, brindan pues un aporte en cuanto al estado emocional de la persona, ya que van generar un estado de ánimo positivo y va a hacer que se sientan más optimistas y motivados.

El segundo componente es el compromiso, de acuerdo con Meneses, Sánchez y Sepúlveda (2016) mencionan que el compromiso consiste en hacer un pacto personal buscando así potenciarnos para obtener mejores resultados y un cambio. El compromiso es crucial, sea cual sea el ámbito en el que la persona lo utilice, si uno de manera individual no genera un compromiso de cambio es muy difícil que se pueda lograr conseguir una meta u objetivo.

El tercero son las relaciones positivas, para ello, Meneses, Sánchez y Sepúlveda (2016) señalan que las relaciones saludables con otros potencian nuestras capacidades de socialización. Está científicamente resuelto que las personas elevan su bienestar cuando están envueltas en sociedad e incrementan su número de amistades. El hombre es un ser sociable, lo que implica que, si a nivel de relaciones con los demás se encuentra bien, eso va a hacer que se sienta más confiado y le sea más fácil poder desarrollarse.

El cuarto componente es el significado, Meneses, Sánchez y Sepúlveda (2016), mencionan la importancia en la búsqueda de lo que uno desea y lo que uno realiza para obtener sus objetivos. Además, a poder conocer hacia donde uno se quiere dirigir, que meta desea lograr, cual es mi motivo de estar vivo, es muy importante reflexionar sobre lo que uno quiere conseguir.

Por último, se hace alusión a la realización, en la que Meneses, Sánchez y Sepúlveda (2016) recuerdan cómo se relaciona con el objetivo personal que permite el ascenso y potencial de las habilidades propias de una persona.

De acuerdo a esta teoría, cada elemento es fundamental y todos constituyen el bienestar, es por ello, que, si la persona intensifica un elemento y descuida el otro, es probable que no logre alcanzar el bienestar que desea, es por ello que se recomienda tomar en cuenta cada uno de los elementos de dicha teoría ya que se relacionan entre sí.

4. Teoría de Casullo:

Casullo (2002), construye su base para el bienestar psicológico basándose de principios filosóficos los cuales podemos ver a continuación:

- **Eudemonismo:** Este término proviene de la palabra griega “eudaimonía” la cual su significado está relacionado a la felicidad, el principio de las antiguas sociedades griegas estaba muy arraigado a la obtención de la felicidad, para los antiguos era muy importante conseguir eso y lo relacionaban con su creencia a los dioses a los cuales siempre les estaban pidiendo orientación para conseguir ese objetivo, ya sea lograr la felicidad para sí mismos o para otros. (Rosental, 1984).

De este modo también se presenta el enfoque epistémico Rodríguez (2007) señala que el término “epistemología” tuvo su origen en 1854 por Ferrier, posteriormente, se hizo popular a partir de 1862 por Zeller. Sin embargo, el contenido de la disciplina se remonta a la filosofía de Platón.

Podemos entender pues, que la epistemología forma parte de la filosofía y está centrada en el conocimiento, sobre todo en el conocimiento de tipo científico.

La variable bienestar psicológico se llega a conocer a través de sus inicios en los pensamientos filosóficos, los cuales sirvieron de base para posteriormente, construir de una manera más sólida lo que sería el bienestar psicológico en sí. Se podría decir que tiene bases filosóficas, pero es utilizado por el campo de la psicología para poder así conocer cómo las personas están desarrollando su vida y si es que se sienten conforme en los diversos aspectos que el bienestar abarca.

Alarcón (2017) menciona el punto de vista epistemológico en cuanto a la psicología, haciendo referencia que la psicología positiva se ha basado en la parte de crear hipótesis o deducciones, como instrumento conceptual, para construir el conocimiento científico, y como criterio de distinción, para poder diferenciar cuando una teoría es completamente empírica o verdadera y cuando no.

La psicología positiva entonces, desde la epistemología, basa sus investigaciones en lo que son diversas metodologías científicas, las cuales son teorías con fundamento científico. Por lo tanto, no nos estamos refiriendo a una teoría sin ningún tipo de respaldo a nivel científico, sino que esta ciencia aporta gran cantidad de información válida para poder elaborar y sustentar dicho trabajo de investigación.

Se ha considerado también el enfoque filosófico. Este enfoque está muy ligado a lo que son los inicios del bienestar psicológico, ya que los antiguos filósofos estaban en todo lo relacionado a la búsqueda de la felicidad, aunque no mencionaban el término “bienestar psicológico”, plantearon diversos conceptos y pensamientos que más adelante sirvieron para que se concretara el término.

Mentes como Platón, Aristóteles, Confucio, Séneca y muchos más. También en las tradiciones espirituales de Oriente y Occidente: Cristianismo, Budismo, Hinduismo, Taoísmo, etc., se reconocen estas preocupaciones, dando lugar a estudios sobre la felicidad que, desde entonces, siguen expandiéndose por todo el planeta. (Vielma y Alonso, 2010). Es así, como después, autores como Seligman y Ryff plantaron sus conceptos sobre lo que vendría a ser el bienestar psicológico.

En cuanto a la consigna filosófica, para poder entender un poco sobre esta teoría tenemos que partir en la cultura griega ya que esta representa el origen del pensamiento y cómo comprender el mismo. De acuerdo con Ivanovic (2004) El mundo legendario entiende las enfermedades como el resultado de actos divinos o sobrenaturales, las cuales eran parte de la creencia de los antepasados y que fundamentaban sus creencias. Tales síntomas se consideran instancias únicas separadas sin establecer una unidad que las vincule entre sí. Tampoco existe una definición de enfermedad que separe los distintos tipos de patologías, siendo este último un término unificado. Cualquier transformación del cuerpo o de la conducta se produce como resultado de poderes sobrenaturales. Por lo que podíamos entender que en tiempos

pasados veían a las enfermedades relacionados a temas mitológicos y mágicos lejos del entendimiento de las personas. Es así como poco a poco se fueron creando ideologías a partir de los conceptos de las enfermedades.

Dentro de esta consigna también se encuentra lo propuesto por Hipócrates en su teoría humorística. De acuerdo con Salaverry (2012) El humoralismo como teoría consideraba la salud como el equilibrio de los cuatro fluidos o humores que componen la anatomía humana. Una peculiaridad de la teoría humoral es que encontraba el desequilibrio topográficamente, por lo tanto, en el caso de las enfermedades mentales tenía que señalar la zona específica del desequilibrio que las producía, y ese lugar era sin duda el cerebro. Mencionaba que el ser humano estaba compuesto por los humores los cuales sirven para regular el temperamento del individuo y se ubican de acuerdo al humor correspondiente en base a la enfermedad que la persona este sintiendo. El profesor Pichot (1979) en su libro Hipócrates, Aristóteles, Galeno y la Psiquiatría antigua, menciona que el exceso de ciertos humores, es decir, el desequilibrio del temperamento, es la causa de manifestaciones psicopatológicas.

El filósofo Gilles Lipovetsky, abordó temas relacionados a la sociedad contemporánea. De acuerdo con Salazar (2020), Lipovetsky examina la sociedad contemporánea y señala la tendencia hacia que la persona busca sus propias metas y lo placentero de realizarlo por sí mismo como pilares fundamentales de la vida moderna. En estos tiempos, el logro de las personas se caracteriza por una obsesión con la satisfacción individual y la búsqueda constante de la felicidad personal. Por lo cual, de acuerdo a las investigaciones

realizadas por dicho autor se puede establecer un indicador de igualdad con el bienestar psicológico por lo que él considera que el ser humano está predispuesto a la autonomía y en el motor de búsqueda del éxtasis como factores fundamentales en el proceso evolutivo de la vida y exigencias actuales. Lipovetsky también ha abordado la cuestión del consumismo y su influencia en la psicología humana. Según Lipovetsky, la sociedad de consumo ha creado una cultura en la que la felicidad y el bienestar están asociados al consumo y a la posesión de bienes materiales. Sin embargo, advierte que esta búsqueda materialista puede llevar a una insatisfacción constante, ya que los deseos y expectativas nunca parecen estar completamente satisfechos. (Salazar, 2020). Menciona también, lo relacionado a la felicidad basada en obtener recursos materiales, sin embargo, refiere que también que esta no es completa ya que nunca se puede satisfacer en su totalidad.

En el presente trabajo de investigación también es esencial incluir el marco conceptual para poder resaltar los significados importantes. La primera estudiada es la variable bienestar psicológico, que se describe como la realización de la capacidad de los seres humanos y se compone de seis factores: autoaceptación, buenas conexiones con los demás, progreso individual, control del entorno, sentimiento de vida y autonomía. (Ryff et al. 2006).

En segundo lugar, se han considerado las dimensiones, la primera es la autoaceptación como su nombre dice, es la aceptación de uno mismo incluyendo cualidades positivas y negativas, es poder sentirse pleno y contento pese a las críticas, la aceptación es libre de cualquier calificación, en la cual la

persona puede reconocer sus limitaciones, poder tener sentimientos y emociones positivas sobre lo hecho anteriormente (Chávez, 2008).

En segundo lugar, se encuentra un aspecto clave de la socialización que son las relaciones con otros. Las buenas interacciones con los demás se definen por ser cálidas y agradables, la persona se preocupa por el bienestar de los demás, es capaz de ser empática, cariñosa, recíproca y mantiene relaciones estrechas con los demás, mostrando así comodidad y satisfacción al momento de interactuar. (Chávez, 2008).

Podemos entender pues que las personas que están más conectadas y relacionadas con su familia, sus amigos o su comunidad son más felices, físicamente se encuentran más saludables y logran vivir mayor cantidad tiempo, problemas mínimos de salud mental, que las personas menos conectadas.

También es necesario conocer sobre la dimensión de crecimiento personal la cual forma parte del ser humano que piensa que está en continuo crecimiento, se ve a sí mismo ampliando sus horizontes y evolucionando, se siente satisfecho de lo que va consiguiendo, el avance en su conducta se nota con el tiempo y sus modificaciones reflejan una mayor conciencia de sí mismo. (Chávez, 2008).

Lo cual nos da a entender que existen muchas facetas de la vida en las que las personas pueden desear esforzarse más y, aunque pueden ser en distintos ámbitos, la forma de llegar a ellas es relativamente similar y prácticamente fácil de conseguir.

Otra dimensión es la del dominio del entorno la cual consiste en la habilidad y astucia del ser humano de poder establecer autoridad en el lugar o medio donde se ubique, lo cual incluye pues controlar sus propias emociones y volverlo un arma a su favor, saber aprovechar las situaciones que se atraviesan y convertir las experiencias no gratas en experiencias favorecedoras para sí mismo, también es importante la flexibilidad y adaptación, que el ser humano debe emplear en momentos determinados (Chávez, 2008). Dominar el entorno puede parecer una tarea compleja, pero dada nuestra capacidad de adaptación puede resultar una experiencia bastante enriquecedora para el ser humano.

Siguiendo, se tiene el sentido de vida, la cual es la clave fundamental en el ser humano, un hombre que no posee una dirección es sinónimo de fracaso y deserción, por lo tanto, la habilidad del individuo que plantearse metas le da ese sentido de orientación en su vida, le genera satisfacción y empoderamiento pues está constantemente deseando que más puede cumplir ya que es placentero cuando uno cumple esa meta que tanto añora. Es así como su vida pasada y presente empiezan a tener valor para sí mismos y se sienten más completos y contentos (Chávez, 2008).

Finalmente, la dimensión de autonomía, el ser humano siempre está buscando su espacio, más aún cuando van cumpliendo sus metas, eso les genera poder, es por ello que buscan autodeterminación e independencia, lo cual está muy influenciado con la madures y el nivel de adaptación que vaya contribuyendo a su vida el individuo, ya que en ocasiones va a tener que recibir críticas, por lo cual es importante la alineación de personalidad y forma de pensar para saber asumir ello sin problema alguno (Chávez, 2008).

3. HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Hipótesis:

La presente investigación, no requiere hipótesis.

3.2 Variable

Bienestar psicológico

3.3 Definición de conceptos operacionales

3.3.1 Definición conceptual

El bienestar psicológico posee una definición bastante completa, sin embargo, es repotenciar capacidades y desempeño personal, donde el individuo se va a mostrar positivo y capaz (Díaz et al., 2006).

3.3.2 Definición operacional

Para esta investigación, se medirá el bienestar psicológico, utilizando la Escala de bienestar psicológico de Ryff para poder valorar las respuestas de los participantes a las preguntas que evalúan las áreas que incluyen el bienestar psicológico como lo son, la autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.

3.3.3 Dimensiones e indicadores

1. Autoaceptación incluyendo la autovaloración y estima personal.
2. Relaciones positivas, indicadores, confianza, empatía, capacidad de afecto.

3. Autonomía, indicadores, Independencia y determinación, regulación de la conducta, autoevaluación con criterios propios.
4. Dominio del entorno, indicadores, Sensación de control y competencia, control de actividades, aprovechar las oportunidades, capacidad de elegir contextos.
5. Propósito de vida, indicadores, Objetivos en la vida, sensación de llevar un rumbo, motivación para actuar.
6. Crecimiento personal, indicadores, Desarrollo continuo, apertura a nuevas experiencias, capacidad de apreciar las mejoras personales.

La variable de bienestar psicológico, se va a medir utilizando la Escala de Bienestar psicológico de Carol Ryff, adaptada por Diaz et al (2006), la cual va a determinar por niveles (alto, medio, bajo) el bienestar psicológico de los estudiantes de universidades privadas de Ica.

4. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Tipo, nivel y diseño de investigación

La investigación corresponde al Tipo aplicada y descriptiva simple. El tipo de investigación aplicada es utilizada con la finalidad de poder demostrar la solución de un problema de una manera eficaz y en poco tiempo, además de usar acciones determinadas y concisas para solucionar el problema. (Chávez, 2007).

El tipo de investigación aplicada y descriptiva se utiliza para esta investigación debido a que busca resolver un problema de manera inmediata, además busca describir la variable con sus aspectos más importantes.

El Nivel al cual corresponde la investigación es el descriptivo. De acuerdo con Iglesias y Cortés (2004), los estudios descriptivos buscan la singularidad, aspectos que presente determinado elemento, poner énfasis en sus características y resaltar lo más importante (p.20).

El nivel de investigación descriptivo, utilizado en esta investigación, permitirá detallar y especificar los aspectos, datos y características de la muestra escogida y de la variable.

Se considera el Diseño No experimental, descriptivo. Para Iglesias y Cortés (2004), la investigación no experimental claramente es mirar más no interrumpir en las acciones que el fenómeno a estudiar esté realizando. (p.27).

El diseño de investigación para este trabajo es no experimental, debido a que, no se modificó la variable bienestar psicológico, simplemente se observará tal y como se muestra, posterior a eso se analizará el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios.

4.2 Población, muestra y muestreo:

En cuanto a la población, Iglesias y Cortés (2004) la definen como todo, todo lo que se incluye sea cual que la ubicación donde se elabora la investigación (p.90). Los autores anteriores también mencionan que la población es la totalidad de elementos o individuos que poseen la característica de la cual se está estudiando.

Con relación al presente trabajo, la población son 18 mil estudiantes de universidades privadas de Ica. (Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria, 2020).

Marroquín (2012) menciona que la muestra se extrae del todo es una porción que representa a la población. Por lo que, los resultados producidos en la muestra puedan relacionarse a todas las partes que construyen determinada población (p.14).

Para el presente trabajo de investigación, la muestra se ha distribuido según las siguientes tablas:

TABLA 1.

Distribución de la muestra en función del sexo.

Sexo	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Hombre	195	54,2
Mujer	165	45,8
Total	360	100

En la TABLA 1, correspondiente a la muestra, se presenta la información de los evaluados con respecto al sexo en los estudiantes de universidades privadas de Ica 2022, el 54,2% (195) de la muestra evaluada son hombres y el 45,8% (165) son mujeres. Por lo cual, se puede evidenciar que hay una diferencia de 30 varones sobre mujeres. Por lo cual, existe un mayor número de participación varonil.

TABLA 2.***Distribución de la muestra en función a edad.***

Edad	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
16-19	110	30,6
20-23	140	38,9
24-27	84	23,3
28-31	17	4,7
32-35	9	2,5
Total	360	100

En la TABLA 2, correspondiente a la muestra, se presenta la información con respecto a las edades de los estudiantes de universidades privadas de Ica, 2022, el 30,6% (110) de la muestra evaluada se encuentran en las edades de 16 a 19, el 38,9% (140) de 20 a 23 años, el 23,3% (84) de 24 a 27, el 4,7% (17) de 28 a 31 y el 2,5% (9) de 32 a 35 años. Se evidencia que un gran porcentaje de los estudiantes se encuentran en la etapa de la juventud y adultez, lo cual tiene relación con que la mayoría de estudiantes universitarios están entre esos rangos de edades (19 a 23 años) por lo que van a responder a la variable de acuerdo a las experiencias de vida con respecto a su edad.

4.3 Medios de recolección de información:

4.3.1 Técnica de encuesta:

Peña (2012) señala que son las preguntas relacionadas a lo que se desea obtener, se dan de forma escrita u oral, las cuales son aplicadas por el investigador a un grupo seleccionado, es importante para abstraer información clave para el objetivo de investigación (p.19).

La técnica de la encuesta en la presente investigación es muy útil, debido a que, nos va a permitir conocer, a través de preguntas planteadas, cómo se encuentra el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios.

4.4 Instrumento:

El instrumento empleado en como medio de reunir información es la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff adaptada por Diaz et al (2006).

A continuación, se presentará la ficha técnica del instrumento.

Ficha técnica de la Escala de bienestar psicológico

DERECHO DE AUTOR- 0214-9915

Nombre de la prueba: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

Autores: Carol Ryff.

Año: 1995

Adaptación y validación española: Díaz, Darío; Rodríguez Carvajal, Raquel; Blanco, Amalio; Moreno Jiménez, Bernardo; Gallardo, Ismael; Valle, Carmen y Van Dierendonck, Dirk (2006)

Procedencia: Estados Unidos

Objetivo: Determinar el nivel de bienestar psicológico mediante una escala.

Aplicación: Adolescentes y adultos de ambos sexos, con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones y enunciados de la escala.

Dimensiones:

Dimensión I: Auto aceptación Presenta 6 ítems.

Dimensión II: Relaciones Positivas Presenta 6 ítems.

Dimensión III: Autonomía Presenta 8 ítems.

Dimensión IV: Dominio del Entorno Presenta 6 ítems.

Dimensión V: Propósito en la vida Presenta 6 ítems.

Dimensión VI: Crecimiento personal Presenta 7 ítems.

Tipo de aplicación: Individual y colectivo

Tiempo de aplicación: 20 minutos aproximadamente

Total de ítems: 39

Este instrumento fue elaborado y diseñado por Ryff en 1989 en Estados Unidos, ella incorporó 6 aspectos que consideraba reunían lo que englobaba el bienestar, cuenta con 80 preguntas con 5 tipos de alternativas yendo desde nunca hasta siempre. Ha pasado por bastantes revisiones y adaptaciones, hasta disminuir el número de ítems, para que estos sean concisos y directos a lo que se busca medir (Ticona y Flores,2017).

La que creó una escala de medición para la variable bienestar psicológico fue Ryff, sin embargo, su instrumento paso por diversas revisiones para que se pueda ir corrigiendo ciertos aspectos.

Validez y confiabilidad:

Para poder conocer sobre la validez y confiabilidad del instrumento, el instrumento que se utilizará es la adaptación española realizada por Díaz et al (2006).

De acuerdo con Diaz et al (2006), la consistencia interna (α de Cronbach) de la versión española de las Escalas de Bienestar Psicológico muestra que la totalidad de las escalas, a excepción de la de Crecimiento Personal cuya consistencia es solo aceptable ($\alpha= 0,68$), muestran una consistencia interna buena, con valores comprendidos entre 0,71 y 0,83. Por lo cual, se puede corroborar que la escala tiene respaldo científico y puede ser utilizada en diversas investigaciones ya que va tener resultados válidos.

Como se presenta a continuación

Autoaceptación 0,83

Relaciones positivas 0,81

Autonomía 0,73

Dominio del entorno 0,71

Propósito en la vida 0,83

Crecimiento personal 0,68

La validez factorial de las Escalas de Bienestar Psicológico se comprobó mediante análisis factorial confirmatorio (método de estimación: máxima verosimilitud) empleando el programa AMOS 5.0. (Diaz et al, 2006).

4.5 Procedimiento

Para llevar a cabo el trabajo de investigación se identificó la problemática, es decir, que algunos de los estudiantes de psicología probablemente puedan tener niveles bajos de bienestar psicológico lo cual podría repercutir en cómo sea su desenvolvimiento como profesional o en el personal, es por ello que se identificó a la muestra y es importante conocer su nivel de bienestar psicológico.

Para ello, se escogió el instrumento correspondiente que nos ayudará a medir la variable.

Primero, se contactará con un tutor responsable de los estudiantes para darle a conocer los objetivos por los cuales se está realizando la investigación. Posterior a eso, se brindará el consentimiento informado para que puedan dar su permiso de aplicar el instrumento. Una vez se tengan los consentimientos informados, se procede a aplicar el test de manera virtual mediante un aplicativo

fácil de entender. Después, se procede a realizar la corrección del instrumento. Para finalizar, se realizará el análisis estadístico de los resultados y se coloca en gráficos para mayor entendimiento, así se podrá obtener los niveles de bienestar psicológico en los estudiantes universitarios.

4.6 Procesamiento de datos:

Primero se delimitó el tema y posterior se procedió a elegir el problema de investigación. Como segundo paso, se realizó la indagación de los antecedentes (investigaciones previas), tanto a nivel internacional, nacional y local. Como tercer paso, se recopiló la información para el marco teórico, el cual contiene las bases de la investigación. Como cuarto paso, se optó por la población y delimitación de la muestra. Por último, se escogió la escala de Bienestar Psicológico de Ryff (2006) para así poder medir la variable en base de la muestra.

Para la aplicación de la prueba, se trasladó la prueba de Bienestar Psicológico a un formulario virtual de Google Forms el cual fue distribuido a la muestra, posterior a ello fue trasladado a un Excel donde se pudieron extraer los resultados y poder crear la data estadística.

Para la presente investigación se utilizaron tablas estadísticas de frecuencia, las cuales son una de las técnicas necesarias para simplificar la información recibida y convertirlo en números lo cual permita tener un análisis contable y concreto. Su elaboración es práctica dependiendo de la cantidad de información que se tenga, a mayor índice de datos la elaboración va a requerir más tiempo (Faraldo y Pateiro, 2012, p.3).

Se utilizaron también gráficos estadísticos a fin de poder plasmar la información recolectada y pueda ser más didáctico de presentar. Los gráficos estadísticos son los que permiten visualizar con mayor facilidad la información recabada. Se pueden utilizar diversos gráficos dependiendo de la utilidad que uno le quiera dar y estos van a ser más atractivos para quien observe los datos (UNIR, 2021).

4.6.1 Plan de administración de la prueba

Para administrar la prueba se procedió a utilizar el programa SSPSS la cual es una plataforma estadística que arroja resultados confiables relacionados al instrumento utilizado para medir la variable planteada. La prueba utilizada ha pasado por estándares de confiabilidad y validez los cuales son fundamentales en cuanto a la aplicación de pruebas verificadas.

4.7 Aspectos éticos:

Para la presente investigación se han tomado en cuenta los aspectos éticos a fin de que se cumpla con toda la normativa correspondiente y se respete la confidencialidad de las personas que forman parte de la investigación.

Toda persona involucrada como muestra en la investigación, debe firmar un documento, en el cual, se le da a conocer información principal sobre el trabajo de investigación y el responsable del mismo, en caso la persona sea menor de edad o incapacitada, el consentimiento informado debe ser firmado por la persona a cargo o apoderado y también debe ser firmado por el menor (sólo en ese caso). El investigador debe priorizar el bienestar de las personas escogidas como muestra, sobre cualquier otro aspecto de la investigación.

En el informe Belmont (1917), también se toma en consideración principios éticos que se deben aplicar en las investigaciones para así proteger a los seres humanos dentro de una investigación. Hace referencia al respeto que se debe tener hacia las personas, por lo tanto, se les debe proteger. Menciona también, que se debe asegurar el bienestar de los sujetos comprometidos. Además, menciona sobre el consentimiento informado, el cual debe ser presentado a las personas que van a formar parte de la investigación informándoles y haciéndoles conocer todos los aspectos que se van a llevar a cabo en la investigación.

El presente trabajo ha sido elaborado a fin de guardar el principio de ética de los involucrados en los mismos, para ello se ha elaborado la documentación correspondiente a fin de que se pueda proteger a los participantes.

Asimismo, el presente trabajo de investigación, deberá ser presentado por el comité de ética de la Universidad Privada San Juan Bautista, el cual se va a encargar de filtrarlo y poder determinar que la investigación sea correcta y cumpla todo lo establecido.

5. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

5.1 Resultados

TABLA 3.

Distribución de la muestra con respecto a los Niveles de bienestar psicológico.

Bienestar psicológico	Frecuencia	Porcentaje
Elevado	10	2,8
Alto	18	5,0
Moderado	313	86,9
Bajo	19	5,3
Total	360	100

En la TABLA 3, se evidenció que los estudiantes de universidades privadas de Ica, el 2,8% (10 de 360) presenta niveles elevados de bienestar psicológico, el 5% presenta niveles altos, el 86,9% (313 de 360) presenta niveles moderados de la variable y 5,3% niveles bajos. Por lo cual, en su mayoría, presentan puntajes moderados de bienestar psicológico, lo cual nos hace referencia de que los estudiantes se están sintiendo satisfechos con su vida y están logrando cumplir sus expectativas y necesidades dentro de lo que sería su satisfacción subjetiva.

TABLA 4.

Distribución de la muestra con respecto Niveles en la dimensión Autoaceptación.

Autoaceptación	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Alto	97	26,9
Medio	253	73,1
Bajo	10	2,8
Total	360	100

En la TABLA 4, se presenta los niveles de la dimensión I autoaceptación en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, el 26,9% (97 de 360) de la muestra presenta niveles altos, el 73,1% (253 de 360) presenta niveles medios en la dimensión y el 2,8% (10 de 360) niveles bajos. Por lo cual, se deduce que la mayoría de la muestra se acepta a sí mismo, incorporando aspectos relacionados a la autoestima e identificación con su personalidad y aspectos internos, sin embargo, se encuentran a un nivel promedio, por lo cual, no están completamente satisfechos ocasionando ciertas inseguridades en ellos mismos.

TABLA 5

Distribución de la muestra con respecto a la dimensión Relaciones positivas en la muestra.

Relaciones positivas	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Alto	74	20,6
Medio	251	69,7
Bajo	35	9,7
Total	360	100

En la TABLA 5, se presenta los niveles de la dimensión II relaciones positivas en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, el 20,6% (74 de 360) de la muestra presenta niveles altos, el 69,7% (251 de 360) presenta niveles medios en la dimensión y el 9,7% (35 de 360) niveles bajos. Por lo cual, se deduce que la mayoría de la muestra presenta niveles moderados en cuanto a habilidades relacionadas con a su socialización, empatía, así como a su trato con las demás personas, por lo cual, se podría decir que se sienten satisfechos con los grupos sociales a los que pertenecen.

TABLA 6

Distribución de la muestra con respecto Niveles de la dimensión Autonomía.

Autonomía	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Alto	10	2,8
Medio	280	77,8
Bajo	70	19,4
Total	360	100

En la TABLA 6, se presenta los niveles de la dimensión III Autonomía en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, el 2,8% (10 de 360) de la muestra presenta niveles altos, el 77,8% (280 de 360) presenta niveles medios en la dimensión y el 19,4% (70 de 360) niveles bajos. Por lo cual, se deduce que la mayoría de la muestra presenta niveles medios en la dimensión de autonomía, es decir, aún podrían estar sintiendo algún tipo de dependencia o algún factor que esté impidiendo que puedan desarrollar sentirse autónomos e independientes.

TABLA 7

*Distribución de la muestra con respecto Niveles de la dimensión
Dominio del entorno.*

Dominio del entorno	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Alto	40	11,1
Medio	310	86,1
Bajo	10	2,8
Total	360	100

En la TABLA 7, se presenta los niveles de la dimensión IV Dominio del entorno en estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, el 11,1% (40 de 360) de la muestra presenta niveles altos, el 86,1% (310 de 360) presenta niveles medios en la dimensión y el 2,8% (10 de 360) niveles bajos. Por lo cual, se deduce que los estudiantes aún están en el proceso de desenvolverse en su ambiente, lo cual, está relacionado a que están poseyendo las habilidades necesarias para poder elegir entornos favorables para su evolución individual.

TABLA 8

Distribución de la muestra con respecto Niveles de la dimensión Propósito en la vida.

Propósito en la vida	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Alto	140	38,9
Medio	210	58,3
Bajo	10	2,8
Total	360	100

En la TABLA 8, se presenta los niveles de la dimensión V Propósito en la vida en estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, el 38,9% (140 de 360) de la muestra presenta niveles altos, el 58,3% (210 de 360) presenta niveles medios en la dimensión y el 2,8% (10 de 360) niveles bajos. Por lo cual, se deduce que los universitarios están involucrándose con sus anhelos individuales, sin embargo, vemos un aumento a diferencia de las otras dimensiones en el nivel alto. Es decir, los estudiantes están logrando identificarse con la razón que tienen en esta vida y el sentido que le están dando a la misma, están guiándose en cuanto a donde quieren ir y qué es lo que desean conseguir.

TABLA 9

*Distribución de la muestra con respecto Niveles de la dimensión
Crecimiento personal.*

Crecimiento personal	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Alto	40	11,1
Medio	310	86,1
Bajo	10	2,8
Total	360	100

En la TABLA 9, se presenta los niveles de la dimensión VI Crecimiento personal en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, el 11,1% (40 de 360) de la muestra presenta niveles altos, el 86,1% (310 de 360) presenta niveles medios en la dimensión y el 2,8% (10 de 360) niveles bajos. Por lo cual, se deduce que general los estudiantes están respondiendo bien al proceso de desarrollo como individuos, lo cual está relacionada a que los estudiantes están identificándose con acciones relacionadas a la superación y establecimiento de metas que les permitan elevar sus expectativas.

TABLA 10.

Distribución de la muestra según el sexo con respecto a Niveles de Bienestar Psicológico

Sexo	Bienestar Psicológico	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
	Nivel Elevado	11	3,1
	Nivel Alto	116	46,1
	Nivel Moderado	12	3,3
Hombre	Nivel Bajo	6	1,7
	Total	195	54,2
	Nivel Elevado	8	2,2
	Nivel Alto	147	40,8
Mujer	Nivel Moderado	6	1,7
	Nivel Bajo	4	1,1
	Total	165	45,8

En la TABLA 10, se presentan los niveles de Bienestar Psicológico según el sexo en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual los estudiantes hombres conforman el 54,2% (195 de 360) de la muestra, de los cuales, el 3,1% (11 de 360) presentan niveles elevados en la variable, el 46,1% (116 de 360) presentan niveles altos, el 3,3% (12 de 360) presentan niveles

moderados y el 1,7% (6 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a las mujeres, las cuales conforman el 45,8% (165 de 360) de la muestra, el 2,2% (8 de 360) presenta niveles elevados de bienestar psicológico, el 40,8% (147 de 360) presentan niveles altos, el 1,7% (6 de 360) niveles moderados y 1,1% (4 de 360) presentan niveles bajos. Por lo tanto, se puede deducir que tanto los hombres como las mujeres presentan niveles elevados y altos de bienestar psicológico.

TABLA 11.

Distribución de la muestra con respecto a la edad en los niveles de Bienestar Psicológico.

Edad	Bienestar Psicológico	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
16-19	Nivel Elevado	6	5,5
	Nivel Alto	96	83,7
	Nivel Moderado	7	6,4
	Nivel Bajo	1	0,9
	Total	110	100,0
20-23	Nivel Elevado	7	5,0
	Nivel Alto	123	87,9
	Nivel Moderado	5	3,6
	Nivel Bajo	5	3,6
	Total	140	100,0
24-27	Nivel Elevado	6	7,1
	Nivel Alto	70	83,3
	Nivel Moderado	4	4,8
	Nivel Bajo	4	4,8
	Total	84	100,0
28-31	Nivel Alto	15	88,2
	Nivel Moderado	2	15,8
	Total	17	100,0

32-35	Nivel Moderado	9	100,0
	Total	9	100,0

En la TABLA 11, se presentan los niveles de Bienestar Psicológico según las edades en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual de los estudiantes que tienen entre 16 a 19 años, el 5,5% (6 de 360) presentan niveles elevados de bienestar psicológico, el 83,7% (96 de 360) presentan niveles altos, el 6,4% (7 de 360) presentan niveles moderados y el 0,9% (1 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a los estudiantes que tienen entre 20 a 23 años, el 5,0% (7 de 360) presentan niveles elevados, el 87,9% (123 de 360) presentan niveles altos, el 3,6% (5 de 360) presentan niveles moderados y así mismo el 3,6% (5 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes que tienen entre 24 a 27 años, el 7,1% (6 de 360), presentan niveles elevados, el 83,3% (70 de 360) presentan niveles altos, el 4,8% (4 de 360) presentan niveles moderados y el 4,8% (4 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes que tienen entre 28 a 31 años, el 88,2% (15 de 360) presentan niveles altos y el 15,8% (2 de 360) presentan niveles moderados en la variable. Por último, en los estudiantes de 32 a 35 años, el 100% (9 de 360) presentan niveles moderados de bienestar psicológico. Por lo cual, se deduce que los estudiantes jóvenes presentan niveles más altos de bienestar psicológico que los estudiantes adultos que tienen a partir de 28 años.

TABLA 12

Distribución de la muestra con respecto al sexo en Niveles de Autoaceptación.

Sexo	Dimensión Autoaceptación	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Hombre	Nivel Alto	48	24,6
	Nivel Medio	141	72,3
	Nivel Bajo	6	3,1
	Total	195	100,0
Mujer	Nivel Alto	49	29,7
	Nivel Medio	112	67,9
	Nivel Bajo	4	2,4
	Total	165	100,0

En la TABLA 12, se presentan los niveles de la dimensión I Autoaceptación, según el sexo en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, de los estudiantes hombres, el 24,6% (48 de 360) presentan niveles altos, el 72,3% (141 de 360) presentan niveles medios y el 3,1% (6 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a las mujeres, el 29,7% (49 de 360) presentan niveles altos, el 67,9% (112 de 360) presentan niveles medios y el 2,4% (4 de 360) presentan niveles bajos en la dimensión de autoaceptación. Se deduce que los hombres y las mujeres presentaron niveles moderados en la dimensión autoaceptación, sintiéndose identificados con ellos mismos y aceptándose tal como son.

TABLA 13.

Distribución de la edad en la muestra con respecto a la dimensión Autoaceptación.

Edad	Dimensión Autoaceptación	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
16-19	Nivel Alto	28	25,5
	Nivel Medio	81	73,6
	Nivel Bajo	1	0,9
	Total	110	100,0
20-23	Nivel Alto	42	30,0
	Nivel Medio	93	66,4
	Nivel Bajo	5	3,6
	Total	140	100,0
24-27	Nivel Alto	22	26,2
	Nivel Medio	58	69,0
	Nivel Bajo	4	4,8
	Total	84	100,0
28-31	Nivel Alto	4	26,5
	Nivel Medio	13	73,5
	Total	17	100,0
32-35	Nivel Medio	8	88,9
	Nivel Bajo	1	11,1
	Total	9	100,0

En la TABLA 13, se presentan los niveles de la dimensión Autoaceptación según las edades en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual de los estudiantes que tienen entre 16 a 19 años, el 25,5% (28 de 360) presentan niveles altos, el 73,6% (81 de 360) presentan niveles medios y el 0,9% (1 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a los estudiantes que tienen entre 20 a 23, el 30,0% (42 de 360) presentan niveles altos, el 66,4% (93 de 360) presentan niveles medios y el 3,6% (5 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 24 a 27, el 26,2% (22 de 360) presentan niveles altos, el 69,0% (58 de 360) presentan niveles medios y el 4,8% (4 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 28 a 31, el 26,5% (4 de 360) presentan niveles altos y el 73,5% (13 de 360) presentan niveles medios. En los estudiantes de 32 a 35, el 88,9% (8 de 360) presentan niveles medios y el 11,1% (1 de 360) presentan niveles bajos. Por lo tanto, se puede deducir que los jóvenes presentan un porcentaje mayor en cuanto a niveles altos y medios en cuanto a la autoaceptación, lo cual se relaciona al hecho que se sienten conformes consigo mismo y se identifican con ellos a nivel de aceptarse con las cualidades que poseen.

TABLA 14

Distribución de la muestra según el sexo con respecto a las Relaciones Positivas.

Sexo	Dimensión Relaciones Positivos	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Hombre	Nivel Alto	39	20,0
	Nivel Medio	139	71,3
	Nivel Bajo	17	8,7
	Total	195	100,0
Mujer	Nivel Alto	35	21,2
	Nivel Medio	112	67,9
	Nivel Bajo	18	10,9
	Total	165	100,0

En la TABLA 14, se presentan los niveles de la dimensión II Relaciones positivas, según el sexo en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, de los estudiantes hombres, el 20,0% (39 de 360) presentan niveles altos, el 71,3% (139 de 360) presentan niveles medios y el 8,7% (17 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a las mujeres, el 21,2% (35 de 360) presentan niveles altos, el 67,9% (112 de 360) presentan niveles medios y el 10,9% (18 de 360) presentan niveles bajos en la dimensión de Relaciones Positivas. Se deduce que los hombres tienen un puntaje ligeramente mayor que las mujeres en esta dimensión, lo cual, puede explicar que la muestra escogida,

los hombres presentan niveles superiores en cuanto a sus relaciones sociales a diferencia de las mujeres.

TABLA 15.

Distribución de la muestra según edad con respecto a las Relaciones Positivas.

Edad	Dimensión Relaciones Positivas	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
16-19	Nivel Alto	31	28,2
	Nivel Medio	70	63,6
	Nivel Bajo	9	8,2
	Total	110	100,0
20-23	Nivel Alto	23	16,4
	Nivel Medio	101	72,1
	Nivel Bajo	16	11,4
	Total	140	100,0
24-27	Nivel Alto	19	26,2
	Nivel Medio	58	69,0
	Nivel Bajo	7	8,3
	Total	84	100,0
28-31	Nivel Medio	15	88,2
	Nivel Bajo	2	11,8
	Total	17	100,0
32-35	Nivel Alto	1	11,1

Nivel Medio	7	77,8
Nivel Bajo	1	11,1
Total	9	100,0

En la TABLA 15, se presentan los niveles de la dimensión Relaciones Positivas según las edades en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual de los estudiantes que tienen entre 16 a 19 años, el 28,2% (31 de 360) presentan niveles altos, el 63,6% (70 de 360) presentan niveles medios y el 8,2% (9 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a los estudiantes que tienen entre 20 a 23, el 16,4% (23 de 360) presentan niveles altos, el 72,1% (101 de 360) presentan niveles medios y el 11,4% (16 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 24 a 27, el 26,2% (19 de 360) presentan niveles altos, el 69,0% (58) presentan niveles medios y el 8,3% (7 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 28 a 31, el 88,2% (15 de 360) presentan niveles medios y el 11,8% (2 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 32 a 35, el 11,1% (1 de 360) presentan niveles altos, el 77,8% (7 de 360) presentan niveles medios y el 11,1% (1 de 360) presentan niveles bajos. Por lo tanto, se puede deducir que los jóvenes presentan un porcentaje mayor en cuanto a niveles altos y medios en cuanto a las Relaciones positivas, es decir, a nivel de socialización e identificación con su entorno, están teniendo respuestas positivas.

TABLA 16

Distribución de la muestra según el sexo con respecto a la Autonomía.

Sexo	Dimensión Autonomía	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Hombre	Nivel Alto	6	3,1
	Nivel Medio	152	77,9
	Nivel Bajo	37	19,0
	Total	195	100,0
Mujer	Nivel Alto	4	2,4
	Nivel Medio	128	77,6
	Nivel Bajo	33	20,0
	Total	165	100,0

En la TABLA 16, se presentan los niveles de la dimensión III Autonomía, según el sexo en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, de los estudiantes hombres, el 3,1% (6 de 360) presentan niveles altos, el 77,9% (152 de 360) presentan niveles medios y el 19,0% (37 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a las mujeres, el 2,4% (4 de 360) presentan niveles altos, el 77,6% (128 de 360) presentan niveles medios y el 20,0% (33 de 360) presentan niveles bajos en la dimensión de Autonomía. Se deduce que los hombres tienen un puntaje ligeramente mayor que las mujeres en esta dimensión, por lo que a nivel de independencia y autonomía en diversos aspectos de la vida los hombres presentan mayores niveles que las mujeres.

TABLA 17.

Distribución de la muestra según edad con respecto a Autonomía.

Edad	Dimensión Autonomía	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
16-19	Nivel Alto	3	2,7
	Nivel Medio	83	75,5
	Nivel Bajo	24	21,8
	Total	110	100,0
21-23	Nivel Alto	4	2,9
	Nivel Medio	110	78,6
	Nivel Bajo	26	18,6
	Total	140	100,0
24-27	Nivel Alto	3	3,6
	Nivel Medio	63	75,0
	Nivel Bajo	18	21,4
	Total	84	100,0
28-31	Nivel Alto	0	0
	Nivel Medio	15	88,2
	Nivel Bajo	2	11,8
	Total	17	100,0
32-35	Nivel Medio	9	100,0
	Total	9	100,0

En la TABLA 17, se presentan los niveles de la dimensión Autonomía según las edades en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual de los estudiantes que tienen entre 16 a 19 años, el 2,7% (3 de 360) presentan niveles altos, el 75,5% (83 de 360) presentan niveles medios y el 21,8% (24 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a los estudiantes que tienen entre 20 a 23, el 2,9% (4 de 360) presentan niveles altos, el 78,6% (110 de 360) presentan niveles medios y el 18,6% (26 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 24 a 27, el 3,6% (3 de 360) presentan niveles altos, el 75,0% (63 de 360) presentan niveles medios y el 21,4% (18 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 28 a 31, el 88,2% (15 de 360) presentan niveles medios y el 11,8% (2 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 32 a 35, el 100% (9 de 360) presentan niveles medios. Por lo tanto, se puede deducir que los jóvenes presentan un porcentaje mayor en cuanto a niveles altos y medios en cuanto a la Autonomía, lo cual podría deberse a los rangos de edad en el que se encuentran y las experiencias de vida que estén atravesando.

TABLA 18

Distribución de la muestra según el sexo con respecto al Dominio del entorno.

Sexo	Dimensión Dominio del entorno	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Hombre	Nivel Alto	22	11,3
	Nivel Medio	167	85,6
	Nivel Bajo	6	3,1
	Total	195	100,0
Mujer	Nivel Alto	18	10,9
	Nivel Medio	143	86,7
	Nivel Bajo	4	2,4
	Total	165	100,0

En la TABLA 18, se presentan los niveles de la dimensión IV Dominio del entorno, según el sexo en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, de los estudiantes hombres, el 11,3% (22 de 360) presentan niveles altos, el 85,6% (167 de 360) presentan niveles medios y el 3,1% (6 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a las mujeres, el 10,9% (4 de 360) presentan niveles altos, el 86,7% (143 de 360) presentan niveles medios y el 2,4% (4 de 360) presentan niveles bajos en la dimensión de Dominio del entorno. Se deduce que los hombres tienen un puntaje ligeramente mayor que las mujeres en esta dimensión.

TABLA 19.

Distribución de la muestra según edad con respecto al Dominio del entorno.

Edad	Dominio del entorno	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
16-19	Nivel Alto	22	20,0
	Nivel Medio	87	79,1
	Nivel Bajo	1	0,9
	Total	110	100,0
20-23	Nivel Alto	10	7,1
	Nivel Medio	125	89,3
	Nivel Bajo	05	3,6
	Total	140	100,0
24-27	Nivel Alto	7	8,3
	Nivel Medio	73	86,9
	Nivel Bajo	4	4,8
	Total	84	100,0
28-31	Nivel Alto	1	5,9
	Nivel Medio	16	94,1
	Total	17	100,0
32-35	Nivel Medio	9	100,0
	Total	9	100,0

En la TABLA 19, se presentan los niveles de la dimensión Dominio del Entorno según las edades en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual de los estudiantes que tienen entre 16 a 19 años, el 20,0% (22 de 360) presentan niveles altos, el 79,1% (87 de 360) presentan niveles medios y el 0,9% (1 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a los estudiantes que tienen entre 20 a 23, el 7,1% (10 de 360) presentan niveles altos, el 89,3% (125 de 360) presentan niveles medios y el 3,6% (05 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 24 a 27, el 8,3% (7 de 360) presentan niveles altos, el 86,9% (73 de 360) presentan niveles medios y el 4,8% (4 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 28 a 31, el 5,9% (1 de 360) presentan niveles altos y el 94,1% (16 de 360) presentan niveles medios. En los estudiantes de 32 a 35, el 100% (9 de 360) presentan niveles medios. Por lo tanto, se puede deducir que los jóvenes presentan un porcentaje mayor en cuanto a niveles altos y medios en cuanto al Dominio Del Entorno.

TABLA 20

Distribución de la muestra según en sexo con respecto al Propósito en la vida.

Sexo	Dimensión Propósito en la vida	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Hombre	Nivel Alto	68	34,9
	Nivel Medio	120	65,1
	Nivel Bajo	7	3,6
	Total	195	100,0
Mujer	Nivel Alto	72	43,6
	Nivel Medio	90	54,5
	Nivel Bajo	3	1,8
	Total	165	100,0

En la TABLA 20, se presentan los niveles de la dimensión V Propósito en la vida, según el sexo en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, de los estudiantes hombres, el 34,9% (68 de 360) presentan niveles altos, el 65,1% (120 de 360) presentan niveles medios y el 3,6% (7 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a las mujeres, el 43,6% (72 de 360) presentan niveles altos, el 54,5% (90 de 360) presentan niveles medios y el 1,8% (3 de 360) presentan niveles bajos en la dimensión de Propósito en la vida. Se deduce que las mujeres presentan un puntaje ligeramente mayor que los hombres, es decir, que tienen mayor definido las metas y objetivos que desean lograr.

TABLA 21.

Distribución de la muestra según edad con respecto al Propósito en la vida.

Edad	Dimensión Propósito en la vida	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
16-19	Nivel Alto	40	36,4
	Nivel Medio	68	61,8
	Nivel Bajo	2	1,8
	Total	110	100,0
20-23	Nivel Alto	53	37,9
	Nivel Medio	83	59,3
	Nivel Bajo	3	2,9
	Total	140	100,0
24-27	Nivel Alto	36	42,9
	Nivel Medio	44	52,4
	Nivel Bajo	4	4,8
	Total	84	100,0
28-31	Nivel Alto	8	47,1
	Nivel Medio	9	52,4
	Nivel Bajo	0	0
	Total	17	100,0
32-35	Nivel Alto	3	33,3
	Nivel Medio	6	66,7
	Total	9	100,0

En la TABLA 21, se presentan los niveles de la dimensión Propósito en la vida según las edades en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual de los estudiantes que tienen entre 16 a 19 años, el 36,4% (40 de 360) presentan niveles altos, el 61,8% (68 de 360) presentan niveles medios y el 1,8% (2 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a los estudiantes que tienen entre 20 a 23, el 37,9% (53 de 360) presentan niveles altos, el 59,3% (83 de 360) presentan niveles medios y el 2,9% (03 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 24 a 27, el 8,3% (7 de 360) presentan niveles altos, el 42,9% (36 de 360) presentan niveles medios y el 4,8% (4 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 28 a 31, el 47,1% (8 de 360) presentan niveles altos y el 52,4% (9 de 360) presentan niveles medios. En los estudiantes de 32 a 35, el 33,3% (3 de 360) presentan niveles altos y el 66,7 (3 de 360) presentan niveles medios. Por lo tanto, se puede deducir que los jóvenes presentan un porcentaje mayor en cuanto a niveles altos y medios en cuanto al Propósito en la vida.

TABLA 22

Distribución de la muestra según el sexo con respecto al Crecimiento Personal.

Sexo	Dimensión Crecimiento personal	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
Hombre	Nivel Alto	22	11,3
	Nivel Medio	167	85,6
	Nivel Bajo	6	3,1
	Total	195	100,0
Mujer	Nivel Alto	18	10,9
	Nivel Medio	143	86,7
	Nivel Bajo	4	2,4
	Total	165	100,0

En la TABLA 22, se presentan los niveles de la dimensión Crecimiento Personal, según el sexo en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual, de los estudiantes hombres, el 11,3% (22 de 360) presentan niveles altos, el 85,6% (167 de 360) presentan niveles medios y el 3,1% (6 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a las mujeres, el 10,9% (18 de 360) presentan niveles altos, el 86,7% (143 v) presentan niveles medios y el 2,4% (4 de 360) presentan niveles bajos en la dimensión de Crecimiento personal. Se deduce que los hombres presentan un puntaje ligeramente mayor que las mujeres.

TABLA 23.

Distribución de la muestra según edad con respecto al Crecimiento Personal.

Edad	Crecimiento Personal	Niveles de Frecuencia	Niveles de descripción porcentual
16-19	Nivel Alto	16	14,5
	Nivel Medio	93	84,5
	Nivel Bajo	1	0,9
	Total	110	100,0
20-23	Nivel Alto	16	11,4
	Nivel Medio	119	85,0
	Nivel Bajo	5	3,6
	Total	140	100,0
24-27	Nivel Alto	6	7,1
	Nivel Medio	74	88,1
	Nivel Bajo	4	4,8
	Total	84	100,0
28-31	Nivel Alto	2	11,8
	Nivel Medio	15	88,2
	Total	17	100,0
32-35	Nivel Medio	9	100
	Total	9	100,0

En la TABLA 23, se presentan los niveles de la dimensión Crecimiento Personal según las edades en los estudiantes de universidades privadas de Ica, en la cual de los estudiantes que tienen entre 16 a 19 años, el 14,5% (16 de 360) presentan niveles altos, el 84,5% (93 de 360) presentan niveles medios y el 0,9% (1 de 360) presentan niveles bajos. En cuanto a los estudiantes que tienen entre 20 a 23, el 11,4% (16 de 360) presentan niveles altos, el 85,0% (119 de 360) presentan niveles medios y el 3,6% (5 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 24 a 27, el 7,1% (6 de 360) presentan niveles altos, el 88,1% (74 de 360) presentan niveles medios y el 4,8% (4 de 360) presentan niveles bajos. En los estudiantes de 28 a 31, el 11,8% (2 de 360) presentan niveles altos y el 88,2% (15 de 360) presentan niveles medios. En los estudiantes de 32 a 35, el 100% (9 de 360) presentan niveles altos. Por lo tanto, se puede deducir que los jóvenes presentan un porcentaje mayor en cuanto a niveles altos y medios en cuanto al Crecimiento Personal.

5.2 Discusión

En la presente investigación se planteó como objetivo principal determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. Por lo cual, después del análisis e interpretación de los resultados es importante destacar ciertos puntos que se han evidenciado en la investigación.

De acuerdo con la variable, el 86,9% de la muestra evaluada obtuvo un nivel moderado de bienestar psicológico, esto señala que gran parte de los evaluados tienen un nivel de bienestar psicológico promedio. Los hallazgos coinciden con lo propuesto por Núñez (2019) quien también realizó un estudio sobre el mismo tema obteniendo resultados similares en relación a esta investigación, ya que, en caso de él, sus resultados muestran que 45% de su muestra estaban cumpliendo con todos los elementos que determinan el bienestar. De acuerdo con Aguilar et al (2009) el bienestar psicológico y la percepción del mismo va a depender de las experiencias y de lo que cada persona quiera lograr. Cada situación que la persona atraviesa es un aprendizaje que va a ser propio e intrínseco, la persona lo va a asimilar de acuerdo a sus experiencias, interpretándolo y juzgado según los propios valores, arraigos, aspectos socioculturales. Por lo cual, de acuerdo con ese autor, se pudo lograr el objetivo planteado, logrando niveles moderados de bienestar psicológico, lo cual se puede deducir que la muestra evaluada se está sintiendo satisfecha con el desarrollo personal e interpersonal que está teniendo en base a las experiencias y vivencias.

Tello (2018), menciona que el bienestar psicológico viene a ser la experiencia personal que se va construyendo a través del desarrollo psicológico de la persona, y de la capacidad para relacionarse de manera positiva e integrada con las experiencias de vida que va experimentando, identificándose, así como un factor de motivación intrínseca para el estudiante. Lo cual se relaciona a lo encontrado en los resultados ya que gran parte de los evaluados han presentado niveles promedios en cuanto al bienestar psicológico, es decir, hay una considerable cantidad de evaluados que se están desarrollando adecuadamente a nivel psicológico y se están identificando con sí mismos.

Al separar a la muestra con respecto a los aspectos sociodemográficos se puede deducir que el 46,1% de los hombres poseen un nivel alto de bienestar psicológico, sin embargo, el 40,8% de las mujeres obtuvieron un nivel alto en cuanto a la variable. Lo cual estaría relacionado a que la mayoría de personas que forman parte de la muestra son hombres. Lo cual coincide con lo propuesto por Fernández, Daset y Castellucio (2019) en su investigación en jóvenes uruguayos, en la cual, los hombres tienen puntajes mayores que las mujeres en todas las dimensiones propuestas.

Con respecto a las edades, gran parte de la muestra de estudiantes jóvenes cuyas edades oscilan desde los 16 a 23 años, han presentado puntajes elevados y altos con respecto al bienestar psicológico, a comparación de estudiantes cuyas edades oscilan desde los 25 hasta los 37 aproximadamente, donde se ha podido deducir que los niveles de bienestar psicológico han presentado puntajes altos y moderados. Esto es debido a que la cantidad de

estudiantes que tienen edades a partir de los 25 años iba disminuyendo en comparación de los estudiantes jóvenes. Lo cual coincide con lo propuesto por Fernández, Daset y Castellucio (2019) en su investigación en jóvenes uruguayos, en la cual, los adolescentes de menor edad presentaron niveles más altos de bienestar psicológico a diferencia de los que tenían un rango mayor de edad. Sin embargo, la investigación realizada por Mamani, Mamani Quispe y Aquize (2021), en el Perú y con una muestra de estudiantes de etapa escolar, obtuvo como resultado que el 100% de los evaluados tienen niveles bajos de bienestar psicológico lo cual, si se contrasta con la presente investigación, se puede deducir que los estudiantes en la etapa universitaria han acumulado ciertas experiencias y vivencias, así como, han podido alcanzar niveles de autonomía y desarrollo personal que les permite tener niveles de bienestar psicológico más altos que los estudiantes que se encuentran en la etapa escolar. De acuerdo a eso, Ryff y Singer (2008), refieren que el cuestionario de bienestar psicológico está relacionado con la edad, sexo, estatus socio-económico y etnia de la muestra a la que se le aplica el instrumento.

En relación a las dimensiones de la variable, ha destacado la dimensión de propósito en la vida con el 38,9% de la muestra con puntajes elevados con respecto a la variable y el 86,1% ha obtenido puntajes moderados, siendo así la dimensión con mayor puntaje en relación a las otras. En contraste a ello, Lamas (2018), en su investigación en estudiantes universitarios de las carreras

de ciencias de la salud, menciona que el promedio más alto lo ha tenido la dimensión de crecimiento personal con un 5,99% de los encuestados.

Otra dimensión que ha sobresalido con los puntajes elevados es la autoaceptación en la cual el 26,9% de la muestra obtuvo puntajes elevados. Asimismo, con las dimensiones crecimiento personal y dominio del entorno en las cuales el 86,1% de la muestra obtuvo puntajes moderados. Estos resultados denotan que los estudiantes de las universidades privadas de Ica tienen buenos resultados en cuanto a la variable y a las dimensiones de la investigación.

En cuanto a la dimensión Autonomía, de acuerdo a la presente investigación se ha obtenido el 2,8% en niveles altos y el 77,8% en niveles moderados, lo cual está relacionado a lo investigado por Lamas (2018), en la cual refiere que el 4,85% de su muestra ha obtenido puntajes altos, siendo la dimensión con el puntaje más bajo al igual que los resultados en esta investigación. Por lo cual, se puede deducir que hay un factor en los universitarios que está afectando en su autonomía e independencia. De acuerdo con Chavez (2088) la autonomía, se refiere a que el individuo posee autodeterminación e independencia, es capaz de manejar la presión social para desenvolverse en determinados contextos, regular la conducta y evaluarse en base a las propias normas.

Para finalizar, se evidencia que, en relación a otras investigaciones, hay buenos resultados en cuanto al bienestar psicológico y eso es evidenciado a través de los resultados presentados.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones:

PRIMERA: Se logró responder al objetivo planteado en la investigación debido a que la mayoría de la muestra evaluada, el 86,9% que corresponde a gran parte de los evaluados, tienen un nivel moderado de bienestar psicológico, lo cual manifiesta que los estudiantes están identificándose con ellos mismos, están motivándose, están sabiendo superar los problemas y por ende están teniendo un mejor estilo de vida.

SEGUNDA: Tanto en hombres como en mujeres se han podido obtener niveles altos en cuanto a la variable y a sus dimensiones, siendo una diferencia mínima superior en los hombres que corresponden la muestra.

TERCERA: El 68,15% de los estudiantes cuyas edades oscilan de los 16 a los 25, han obtenido niveles altos de bienestar psicológico y también en las dimensiones planteadas, sin embargo, los estudiantes con edades a partir de los 26 ha habido mayor presencia de niveles moderados en cuanto a la variable.

CUARTA: En las dimensiones, la mayoría de evaluados han presentado niveles de moderados a altos, tales como la dimensión de autonomía, en la cual el 77,8% de los evaluados han presentado niveles moderados de bienestar psicológico, asimismo, la dimensión dominio del entorno con 86,1% y así todas las dimensiones.

6.2 Recomendaciones:

PRIMERA: A los estudiantes universitarios, dedicarse un tiempo a ellos mismos, pensar en su salud tanto física como emocional, aprender a poner límites entre su mente y su cuerpo, pensar siempre en las cosas positivas y establecer al menos un día dedicado a sí mismos donde puedan realizar actividades recreativas y que sean del agrado personal. Aprender a conocerse y establecer metas.

SEGUNDA: Actualizar las investigaciones en torno al bienestar psicológico y adecuarlas a los acontecimientos que se van presentando en la actualidad.

TERCERA: A las universidades, tocar con mayor profundidad el tema de bienestar psicológico, realizar charlas y talleres relacionados al tema para concientizar sobre la importancia de tener un estilo de vida favorable, así como pausas activas entre clases para que los estudiantes puedan relajarse un poco y mantener la motivación.

CUARTA: A los investigadores, dedicarse el tiempo de brindar mayores estudios sobre este tema, ya que hoy en día, las exigencias laborales, educativas, sociales son más exigentes y se debe continuar investigando y actualizando la información de acuerdo a la variable con la realidad en la que estamos.

7. REFERENCIAS

Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & Dierendonck, D. van. (2006). *Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff*. *Psycotherma*. [Archivo PDF]
<https://www.redalyc.org/pdf/727/72718337.pdf>

Fernández, M., Daset, L., Castellucio, L. (2019). *Perfil de bienestar psicológico subjetivo en adolescentes uruguayos*. *Suma Psicológica*. [Archivo PDF]
<https://blogs.konradlorenz.edu.co/files/19057-final.pdf>

Araujo, V., y Savignon, D. (2018). Bienestar psicológico en estudiantes repitentes de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. *Revista Cubana Educación Superior*. [Archivo PDF]
<http://scielo.sld.cu/pdf/rces/v37n2/rces14218.pdf>

Mamani, Y., Mamani-Quispe, Y., & Aquize, E. (2021). Madurez psicológica y bienestar psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Juliaca - Perú. *Revista Científica de ciencias de la salud*, 14(1), 1–7.
https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1479/1841

Bahamón, M., Alarcón, Y., Cudris, L., Trejos, A., y Campo, L. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes colombianos. *Revista científica AVFT*, 38(5), 1–5. . [Archivo PDF]
https://revistaavft.com/images/revistas/2019/avft_5_2019/2_bienestar_psicologico.pdf

Araque, F., González, O., López, R., Nuván, I., y Medina, O. (2020). Bienestar psicológico y características sociodemográficas en estudiantes universitarios durante la cuarentena por SARS-CoV-2 (Covid-19). *Revista científica*.

AVFT,39(8),1–7.

[Archivo

PDF]

https://www.revistaavft.com/images/revistas/2020/avft_8_2020/12_bienestar_psicologico_caracteristicas.pdf

Campos, D. (2018). *Bienestar psicológico en estudiantes (según semestre de estudios y género) de una universidad privada de lima*. Repositorio URP. [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]

<http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1624/tesis%20DANIEL%20CAMPOS%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cortés, M., & Iglesias, M. (2004). *Generalidades sobre Metodología de la Investigación*. Universidad Autónoma Del Carmen. [Archivo PDF]

<http://www.unacar.mx/contenido/gaceta/ediciones/me>

Escudero, M. (2019). *¿Qué es la Psicología?*. Psicólogos en Madrid. Recuperado el 06 de octubre de 2022 de

<https://www.manuelescudero.com/que-es-la-psicologia-positiva/>

García, D. (2020). Programa de psicología positiva sobre el bienestar psicológico aplicado a personal educativo. *Scielo. Revista Electrónica Educare*.

https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582020000100370&lang=es

Marroquín, R. (2012). *Metodología de la investigación*. El proyecto educativo. [Archivo PDF]

http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia_de_la_investigacion.pdf

Martínez, A. (2020). *El modelo de bienestar de Ryff*. Psicología en Positivo. Recuperado el 18 de octubre de 2022 de

<https://www.antonimartinezpsicologo.com/modelo-bienestar-ryff>

Martinez, M. (2018). *Bienestar psicológico en estudiantes de psicología de primero y segundo año que tienen mascotas comparado con estudiantes que no tienen.*

Recursos bibliográficos. [Archivo PDF]

<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2016/05/42/Martinez-Marlyn.pdf>

Mayorga, E. (2019). *Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de ingeniería de sistemas de una universidad privada de lima sur.*

Repositorio Autónoma. [Tesis de licenciatura en Psicología, Universidad Autónoma Del Perú]

<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/707/1/Yataco%20Aza%2c%20Jessica%20Paola.pdf>

Meneses, M., Ruiz, S., & Sepúlveda, M. (2016). *Revisión de las principales teorías de bienestar psicológico.* Biblioteca digital UDEA. [Archivo PDF]

http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14523/1/MenesesMaria_2016_RevisionPrincipalesTeorias.pdf

Mesurado, B. (2017). *Psicología positiva - DIA. Diccionario Interdisciplinar Austral.*

Recuperado el 06 de agosto del 2022.

[http://dia.austral.edu.ar/Psicolog%C3%ADa_positiva#:~:text=Las%20ra%C3%ADces%20de%20la%20psicolog%C3%ADa,\(Mari%C3%B1elarena%2DDonde%202012\).](http://dia.austral.edu.ar/Psicolog%C3%ADa_positiva#:~:text=Las%20ra%C3%ADces%20de%20la%20psicolog%C3%ADa,(Mari%C3%B1elarena%2DDonde%202012).)

Muntané, J. (2010). *Introducción a la investigación básica.* RAPD ONLINE, 33(3), 221. [Archivo PDF]

<file:///F:/Users/Francesca/Downloads/RAPD%20Online%202010%20V33%20N3%2003.pdf>

Muratori, M., Zubieta, E., Ubillos, S., González, J. L., & Bobowik, M. (2015). Felicidad y Bienestar Psicológico: Estudio Comparativo Entre Argentina y España. *Psykhé*, 24(2), 1–18. Recuperado el 25 de agosto del 2022.

<https://doi.org/10.7764/psykhe.24.2.900>

Nuñez, L. (2019). *El bienestar psicológico de los estudiantes del 3er ciclo de la carrera profesional de psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Sede Lima-periodo 2018*. Repositorio UIGV. [Tesis de licenciatura en Psicología, Universidad Inca Garcilazo De La Vega].

http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4179/TRABSUFICIA_NU%C3%91EZDELPRADO_ROXANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Páez, D. (2008). *Cuaderno de Prácticas de Psicología Social y Salud: Fichas Técnicas sobre Bienestar y Valoración Psico-Social de la Salud Mental. Manuscrito no publicado. San Sebastián: Universidad del País Vasco*. [Archivo PDF]

https://www.ehu.eus/documents/1463215/1492921/Salud+2008+Ficha+Tecnica+H+Bienestar+y+Valoraci%C3%B3n+Psico-Social+de+la+Salud+Mental?fbclid=IwAR3IcNiSGLqTF6Kujk_opR4_1rxGuKhk5BIP4Tde5eqix0RH8q_5rH_9H_U

Pérez, M. (2017). *Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de Los Olivos*. Repositorio UCV. [Tesis para licenciatura, Universidad César Vallejo].

http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11339/P%C3%A9rez_BMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y&fbclid=IwAR3fFltpoKmAQbn_tfXtJQ-5tm0HzHdud-bkGLQNiIrkJMG4dz5BoBCO_r4

Ramirez, A. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes de un colegio en el distrito del Rímac. Repositorio USIL. [Tesis para optar al grado de Bachiller, Universidad San Ignacio de Loyola]

http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/9233/1/2019_Ramirez-Aliaga.pdf

Rosales, N. (2018). *Bienestar psicológico y calidad de vida (Estudio realizado con matrimonios jóvenes de la Iglesia Enseñanza de Agua Viva de la cabecera departamental de Quetzaltenango)*. [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad Rafael Landívar]

<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2018/05/22/Rosales-Nancy.pdf>

Rosa, Y., Negrón, C., N., Maldonado P., Toledo O. y Quiñones B. (2015). *Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios*. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(1), 31-43. [Revista científica]

<https://doi.org/10.12804/apl33.01.2015.03>

Shuttleworth, M., & Shuttleworth, M. (2009). *¿Qué es el muestreo?* Explorable. Recuperado el 07 de Julio de 2022 de

<https://explorable.com/es/que-es-el-muestreo>

Tello, J. (2018). Calidad de vida y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad nacional de lima metropolitana. Repositorio UNFV. [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad Nacional Federico Villareal]

<http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2260/TELLO%20SULLCA%20JESUS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Velasco, G. (2018). *El Modelo de Bienestar de Carol Ryff*. Gerry Velasco. Recuperado el 03 de agosto de 2022.

<https://gerryvelasco.wordpress.com/2016/11/03/el-modelo-de-bienestar-de-carol-ryff/>

Zendrera, A. R. (2018). Las 6 dimensiones del bienestar psicológico - La mente es maravillosa. La Mente es Maravillosa. Recuperado el 02 de Julio del 2022.

<https://lamenteesmaravillosa.com/las-6-dimensiones-del-bienestar-psicologico/>

Altamirano, P., y Huapaya, E. (2009). *Guía para la presentación de gráficos estadísticos* [Ebook] (1st ed.). Lima: Instituto nacional de estadística e informática.

<https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/metodologias/libro.pdf>

Cánovas, A. (2017). *El bienestar psicológico: una aproximación a su conceptualización y desarrollo*. Slideshare. Recuperado el 03 de Julio del 2022.

<https://es.slideshare.net/AmaliaCnovasRodrguez/el-bienestar-psicologico-una-aproximacion-a-su-conceptualizacion-y-desarrollo>

Meneses, M., Ruiz, S., y Sepúlveda, M. (2016). Revisión de las principales teorías del bienestar psicológico [Ebook]. Antioquía.

http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14523/1/MenesesMaria_2016_RevisionPrincipalesTeorias.pdf

Alvarez, N. (2019). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico. [Tesis para licenciatura en psicología]. Repositorio Universidad de Lima.

https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10604/Alvarez_Propiedades_psicom%C3%A9tricas.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, Bernardo., Gallardo, I., Valle, C. y Dierendonck, D (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18 (3), 572-577. ISSN: 0214-9915. [Revista científica]

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72718337>

Ticona, L. & Flores, M. (2017). *Bienestar psicológico y capacidad de perdonar en estudiantes de una universidad privada de Lima Este, 2016*. Universidad Peruana Unión, Lima. [Tesis de licenciatura en psicología, Unviersidad Peruana Unión]

https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/418/Luz_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pineda, C., Castro, J y Chaparro, R. (2018). Estudio psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos. *Pensamiento Psicológico*, 16(1), 44-55. [Revista científica]

<http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v16n1/v16n1a04.pdf>

Pérez, M. (2017). *Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de Los Olivos*. Universidad César Vallejo. [Tesis para licenciatura, Universidad César Vallejo]

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11339/P%C3%A9rez_BMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Díaz et al (2020). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico SPWB de Carol d. Riff en estudiantes de secundaria de la UGEL 02*. *Revista de Investigación en Psicología* Vol. 23 - N.º 2 - 2020, pp. 179 – 196. UNMSM. [Revista científica]

<file:///F:/Users/Franchesca/Downloads/19240-Texto%20del%20art%C3%ADculo-66374-1-10-20201221.pdf>

Colegio de psicólogos del Perú (2018). Código de ética y deontología. [Documento PDF]

http://api.cpsp.io/public/documents/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf

Informe Belmont (1979). *Principios y guías éticos para la protección de los sujetos humanos de investigación*. [Documento PDF]

<http://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>

Ross, G., Salgado, K., Fernández, M. y López, M. (2019). *Bienestar psicológico en estudiantes universitarios*. Revista Educación y Ciencia, Volumen 8(51), 58-63.

[Revista científica]

http://educacionyciencia.org/index.php/educacionyciencia/article/view/492/pdf_85

Galeano, R. (2017). *Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en funcionarios de una Institución Educativa*. ACADEMO (Asunción) 4(2):31-38.

[Revista científica]

<http://scielo.iics.una.py/pdf/academo/v4n2/2414-8938-academo-4-02-00031.pdf>

Araujo, V. y Savignon, D. (2018). *Bienestar psicológico en estudiantes repitentes de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana*. Revista Cubana Educación Superior. 2018. 2. 178-188. [Revista científica]

<http://scielo.sld.cu/pdf/rces/v37n2/rces14218.pdf>

Araque et al. (2020). *Bienestar psicológico y características sociodemográficas en estudiantes universitarios durante la cuarentena por SARS-COV-2 (COVID-19)*.

Revista AVFT. [Revista científica]

https://www.revistaavft.com/images/revistas/2020/avft_8_2020/12_bienestar_psicologico_caracteristicas.pdf

Aguilar, Saraí (2005). *Fórmulas para el cálculo de la muestra en investigaciones de salud*. Revista Salud en Tabasco, vol. 11, núm. 1-2, pp. 333-338. [Revista científica]

<https://www.redalyc.org/pdf/487/48711206.pdf>

Otzen y Mantarola (2017). *Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio*.

Int. J. Morphol., 35(1):227-232. [Revista científica]

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>

MATRIZ DE CONSISTENCIA

ALUMNA: Valdivieso Solari Franchesca Paola

ASESOR: DR. Barboza Zelada Luis Alberto

LOCAL: Ica

TEMA: BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNIVERSIDADES PRIVADAS DE ICA, PERÚ, 2022.

PROBLEMA	OBETIVOS	VARIABLE E INDICADORES
<p>General: PG: ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022?</p>	<p>General: OG: Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. Específicos: O.E.1. Determinar el nivel de autoaceptación en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022 O.E.2. Determinar el nivel de relaciones positivas con los demás en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. O.E.3. Determinar el nivel de autonomía en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. O.E.4. Determinar el nivel de dominio del entorno en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. O.E.5. Determinar el nivel de propósito en la vida en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022.</p>	<p>Variable 1: Bienestar Psicológico Indicadores:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento de uno mismo • Autoestima • Confianza • Empatía • Capacidad de afecto • Independencia y determinación • Regulación de la conducta • Autoevaluación con criterios Propios. • Sensación de control y competencia • Control de actividades • Aprovechar las oportunidades • Capacidad de elegir contextos • Objetivos en la vida • Sensación de llevar un rumbo • Motivación para actuar • Desarrollo continuo

	<p>O.E.6. Determinar el nivel de crecimiento personal en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Apertura a nuevas experiencias • Capacidad de apreciar las mejoras personales
--	--	--

DISEÑO METODOLÓGICO	POBLACION Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Nivel: Descriptivo simple</p> <p>Tipo de Investigación Básica transversal</p>	<p>Población: N = 1800</p> <p>Tamaño de muestra: Muestreo:377</p> <p>Criterios de Inclusión: Estudiantes Universitarios de ambos géneros, mayores de 18, que</p>	<p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff adaptado por Diaz et al (2006).</p>

	pertenezcan al área de ciencias de la salud.	
--	--	--

OPERACIONALIZACION DE VARIABLE

ALUMNA: Valdivieso Solari Franchesca Paola

ASESOR: DR. Barboza Zelada Luis Alberto

LOCAL: Ica

TEMA: BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNIVERSIDADES PRIVADAS DE ICA, PERÚ, 2022.

VARIABLE 1 BIENESTAR PSICOLÓGICO			
INDICADORES	ITEMS	NIVEL DE MEDICION	INSTRUMENTO
- Conocimiento de uno mismo - Autoestima	1, 7, 13, 19, 25, 31	1.Completamente en desacuerdo	Escala de bienestar psicológico de Carol Ryyf adaptada por Díaz et al (2006)
- Confianza - Empatía - Capacidad de afecto	2, 8, 14, 20, 26, 32	2.En desacuerdo	
- Independencia y determinación - Regulación de la conducta - Autoevaluación con criterios propios	3, 4, 9, 10, 15, 21, 27, 33	3.Parcialmente en desacuerdo 4.Parcialmente de acuerdo 5.De acuerdo 6.Completamente de acuerdo	
- Sensación de control y competencia - Control de actividades - Aprovechar las oportunidades - Capacidad de elegir contextos	5, 11, 16, 22, 28,39		
- Objetivos en la vida - Sensación de llevar un rumbo - Motivación para actuar	6, 12, 17, 18, 23, 29		

<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo continuo - Apertura a nuevas experiencias - Capacidad de apreciar las mejoras personales 	24, 30, 34, 35, 36, 37, 38		
---	----------------------------	--	--

Mg./Dr.....

Asesor

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

Datos Generales

Sexo: F () M ()

Edad: años

Tipo de familia: Nuclear () Extensa () Monoparental ()

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:

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

ÍTEMS	1	2	3	4	5	6
1 Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.						

<p>2 A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones</p>						
<p>3 No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente</p>						
<p>4 Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida</p>						
<p>5 Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un</p>						

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						

<p>15 Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones</p>						
<p>16 En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo</p>						
<p>17 Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro</p>						
<p>18 Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí</p>						

<p>19 Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad</p>						
<p>20 Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo</p>						
<p>21 Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general</p>						
<p>22 Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen</p>						
<p>23 Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida</p>						

<p>24 En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo</p>						
<p>25 En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida</p>						
<p>26 No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza</p>						
<p>27 Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos</p>						
<p>28 Soy bastante bueno</p>						

<p>manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria</p>						
<p>29 No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida</p>						
<p>30 Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida</p>						
<p>31 En su mayor parte, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo</p>						
<p>32 Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que</p>						

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						

¡Gracias por su participación!

AUTORIZACIÓN DE USO DE INSTRUMENTOS



Psicothema

ISSN: 0214-9915

psicothema@cop.es

Universidad de Oviedo

España

Díaz, Darío; Rodríguez-Carvajal, Raquel; Blanco, Amalio; Moreno-Jiménez, Bernardo; Gallardo, Ismael; Valle, Carmen; Dierendonck, Dirk van
Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff
Psicothema, vol. 18, núm. 3, 2006, pp. 572-577
Universidad de Oviedo
Oviedo, España

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72718337>

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA SER PARTICIPANTE EN EL ESTUDIO

El propósito de este estudio es Describir el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de universidades privadas de Ica, Perú 2022. Todos los participantes completarán un cuestionario demográfico y se les realizarán preguntas de x 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 auto administrada, es decir, Ud. respondería las preguntas con solo leerlas. La encuesta tiene una duración aproximada de 20 minutos. Se tienen preguntas con datos demográficos sobre Ud., además de las preguntas del instrumento Escala de Bienestar Psicológico de Ryff adaptada por Diaz et al (2006). 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 universidades privadas, especialmente relacionados al bienestar psicológico. La información que usted proporcione podría ayudarle a usted o a otras personas en la comunidad para conocer el bienestar psicológico 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://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe_fLMx-qZBVGduwWhZx0TdE4MudJsCFTCg9rVj4-l0jbpcDQ/viewform

Este estudio podría ayudar en el futuro a diseñar mejores programas de diagnóstico, o mejorar el manejo temprano de la variable bienestar psicológico y otros aspectos de la salud mental en universidades privadas.

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, el estudiante Franchesca Paola Valdivieso Solari al teléfono 938256048 en Ica, o por correo electrónico a franchesca.valdivieso@upsjb.edu.pe.

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 participe 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 y sus iniciales.

Código del Participante

Fecha