

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO**  
**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA**  
**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE MEDICINA HUMANA**



**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL  
DE LICENCIADAS EN PSICOLOGÍA**

---

“Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo  
según el factor género, 2020”

---

**Área de Investigación:**  
Ciencias Médicas – Psicología positiva y bienestar psicológico

**Autor:**  
Br. Cabanillas Chávez, Milagros Liseth  
Br. Vargas Armas, Rebeca Paola

**Jurado Evaluador:**  
**Presidente** : Moya Chávez, María Isabel  
**Secretario** : Caro Vela, Jorge Miguel  
**Vocal** : Isla Ordinola, Luis Felipe

**Asesor:**  
Sotelo Sánchez, Martha Linda  
**Código Orcid:** <https://orcid.org/0000-0001-7137-2037>

**Trujillo – Perú**  
**2022**

**Fecha de sustentación:** 2022/08/03

“Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología de una  
Universidad Privada de Trujillo según el factor género,  
2020”

## **PRESENTACIÓN**

Señores Miembros del Jurado Calificador

Cumpliendo con las disposiciones brindadas por Grados y Títulos de la Universidad Privada Antenor Orrego, de la facultad de Medicina Humana, Programa Académico de Psicología, sometemos a su criterio profesional la evaluación del presente estudio con denominación “Bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020” elaborado con el propósito de obtener el título profesional de Licenciadas en Psicología.

Con la convicción de que se le otorgará el valor y observaciones necesarias, les agradecemos por anticipado por las sugerencias y apreciaciones que se brinden en el estudio.

Atentamente.

Br. Milagros Liseth Cabanillas Chávez

Br. Rebeca Paola Vargas Armas

## **DEDICATORIA**

A Dios, a mis padres, y a mis amigos, por su apoyo.

Milagros Liseth Cabanillas Chávez

A mi abuelo Hernán Armas Rubio, por el gran amor y aprecio que tiene conmigo, por el apoyo ilimitado e incondicional que desde pequeña me ha brindado, por el hermoso y bondadoso corazón que tiene, por ser un hombre ejemplar y haberme enseñado que con amabilidad, esfuerzo y dedicación nada es imposible de lograr y aunque la vida me coloque obstáculos, siempre serás mi motor y motivo.

Estoy muy agradecida con Dios por haberme dado al mejor abuelo.

Rebeca Paola Vargas Armas

## **AGRADECIMIENTOS**

A Dios, a mis padres, Sara y Simón, por permitirme alcanzar mis metas e inculcarme buenos valores, a mi hermano Lorenzo, que constantemente me está apoyando, motivando y exigiendo. También a mi amiga Rebeca Paola, con quien voy a seguir compartiendo logros.

Milagros Liseth Cabanillas Chávez.

A Dios por permitirme llegar a esta etapa de mi vida, a mis padres Manuel y Patricia por su amor y apoyo incondicional, a mi hermano Kevin por su agradable compañía, a mi enamorado por ayudarme a lograr mis objetivos, a mi Familia por ser mi soporte emocional, a mis amistades por su estímulo y apoyo permanente durante mi crecimiento y a todos mis maestros que me enseñaron durante la carrera, cuya enseñanza fue significativas en mi formación.

Gracias, todos mis logros son resultado de su ayuda.

Rebeca Paola Vargas Armas.

## INDICE DE CONTENIDOS

PRESENTACIÓN .....	II
DEDICATORIA.....	III
AGRADECIMIENTOS.....	IV
INDICE DE CONTENIDOS.....	V
ÍNDICE DE TABLAS.....	VIII
RESUMEN.....	IX
ABSTRACT .....	X
CAPITULO I.....	11
MARCO METODOLÓGICO .....	11
1.1. EL PROBLEMA .....	12
1.1.1. DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA .....	12
1.1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....	13
1.1.3. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....	14
1.1.4. LIMITACIONES.....	14
1.2. OBJETIVOS .....	15
1.2.1. OBJETIVOS GENERALES .....	15
1.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	15
1.3. HIPÓTESIS .....	15
1.3.1. HIPÓTESIS GENERAL.....	15
1.3.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS .....	15
1.4. VARIABLES E INDICADORES .....	16
1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN .....	16
1.5.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	16
1.5.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN .....	16
1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA .....	17
1.6.1. POBLACIÓN - MUESTRA .....	17
1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	19
1.8. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	20
1.9. ANÁLISIS ESTADÍSTICO .....	20

CAPITULO II.....	22
MARCO REFERENCIAL TEÓRICO .....	22
2.1. ANTECEDENTES .....	23
2.1.1. INTERNACIONAL.....	23
2.1.2. NACIONAL.....	23
2.1.3. REGIONAL Y LOCAL.....	25
2.2. MARCO TEÓRICO .....	26
2.2.1. ABORDAJE DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO.....	26
2.2.1.1. DEFINICIÓN DE BIENESTAR PSICOLÓGICO .....	26
2.2.1.2. FACTORES QUE INFLUYEN EN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO .....	27
2.2.1.3. TEORÍA DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF .....	27
2.2.1.4. CONTRIBUCIONES DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO.....	28
2.2.1.5. TEORÍAS RELACIONADAS A BIENESTAR PSICOLÓGICO .....	29
2.2.1.6. BIENESTAR PSICOLÓGICO EN JÓVENES .....	30
2.2.1.7. ABORDAJE DE LA VIDA UNIVERSITARIA.....	30
2.3. MARCO CONCEPTUAL.....	31
CAPITULO III .....	32
RESULTADOS .....	32
CAPITULO IV .....	35
DESCRIPCIÓN DE RESULTADOS.....	35
CAPITULO V .....	44
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	44
CAPITULO VI.....	47
REFERENCIAS Y ANEXOS .....	47
6.1. REFERENCIAS.....	47
6.2. ANEXOS .....	52
ANEXO 1. AUTORIZACIÓN DEL INSTRUMENTO BIEPS-A .....	52
ANEXO 2. FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	53
ANEXO 3. FORMATO DE ASENTIMIENTO INFORMADO.....	54
ANEXO 4. INSTRUMENTO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO BIEPS-A .....	55

ANEXO 5 APORTE DE TABLAS .....	57
ANEXO 6 BAREMOS DEL INSTRUMENTO .....	60



## ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1 FRECUENCIA DE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS.....	18
TABLA 2 ANÁLISIS DIFERENCIAL DE LA ESCALA GENERAL DE BIENESTAR PSICOLÓGICO PARA ADULTOS (BIEPS-A), ENTRE VARONES Y MUJERES SEGÚN LA PRUEBA U DE MANN-WITHNEY .....	33
TABLA 3 ANÁLISIS DIFERENCIAL DIMENSIONAL DE LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO PARA ADULTOS (BIEPS-A), ENTRE VARONES Y MUJERES SEGÚN LA PRUEBA U DE MANN-WITHNEY .....	34
TABLA 4 ESCALA GENERAL Y NIVEL DE BIENESTAR PSICOLÓGICO POR DIMENSIONES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA SEGÚN GÉNERO, 2020 .....	57
TABLA 5 PRUEBA DE NORMALIDAD KOLMOGOROV SMIRNOV EN LA VARIABLE BIENESTAR PSICOLÓGICO .....	59
TABLA 6 PERCENTILES DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA .....	60
TABLA 7 BAREMOS O NIVEL DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA	61

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar las diferencias significativas en el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020, con un método sustantivo, transversal, descriptiva, comparativa, con una población muestral de 434 estudiantes de ambos géneros, con edades entre los 17 y 25 años, administrando la escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A) de la doctora Carol Ryff (Universidad de Wisconsin), en 1989, adaptada por Sara Sofía Robles Velasque en Perú (Universidad César Vallejo) en el año 2020. Los resultados evidencian que no existe diferencias significativas según género ( $p=.103$ ;  $U=13396.5$ ); además, los estudiantes perciben un nivel medio (45,9%) en la escala general, concluyendo que no existen diferencias significativas en el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020.

**Palabra clave:** Bienestar psicológico, género

## **ABSTRACT**

The objective of this research work was to determine the significant differences in psychological well-being in psychology students at a private university in Trujillo according to the gender factor, 2020, with a substantive, cross-sectional, descriptive, comparative method, with a sample population of 434 students of both genders, aged between 17 and 25 years, administering the scale of psychological well-being for adults (BIEPS-A) by Dr. Carol Ryff (University of Wisconsin), in 1989, adapted by Sara Sofía Robles Velasque in Peru (César Vallejo University) in 2020. The results show that there are no significant differences according to gender ( $p=.103$ ;  $U=13396.5$ ); In addition, the students perceive a medium level (45.9%) on the general scale, concluding that there are no significant differences in psychological well-being in psychology students at a private university in Trujillo according to the gender factor, 2020.

**Key word:** Psychological well-being, gender

**CAPITULO I**  
**MARCO METODOLÓGICO**

## 1.1. El problema

### 1.1.1. Delimitación del problema

El bienestar psicológico de la autora Ryff, según García (2019), se describe como la capacidad de establecer relaciones, con autoaceptación, visionarse y con control sobre el entorno. Así mismo, plantea la existencia del componente cognitivo como creencias y pensamientos, relacionando estados emocionales tanto negativos como positivos, y las relaciones entre ambos componentes.

A nivel mundial, la OMS (Campos, 2018) define la salud, tomando en cuenta aspectos físicos, sociales y psicológicos. Reportes del Instituto Internacional de la UNESCO (IESALC, 2020), indican que el confinamiento por la coyuntura de pandemia generará inestabilidad a nivel emocional en universitarios con antecedentes preexistentes de alguna dificultad. En el informe Mundial de la Felicidad se menciona que la productividad de una persona puede verse disminuida si está alterado su sensación de bienestar, repercutiendo en diferentes ámbitos vitales (Paredes, 2020). El Banco de Desarrollo de América Latina y la Universidad de Oxford indican que, se debe considerar políticas públicas con enfoque de bienestar para lograr una sostenibilidad organizacional (Paredes, 2020).

En Latinoamérica, se han desarrollado diferentes panoramas del bienestar psicológico, siendo una variable relevante en distintas realidades en los países, reportándose datos en que los jóvenes adultos tienden a la inestabilidad dentro de su rol académico al contar con distintas exigencias, cambios diversos, cada vez con mayor peso subjetivo (Bautista, 2021). En Venezuela, los universitarios perciben un alto nivel 72% pese al entorno de pandemia, mostrando indicadores de poder sobrellevar la coyuntura actual (Rodríguez et al., 2020).

En el Perú, la realidad alrededor de la salud mental está evolucionando para bien de las personas, a diferencia de no relevancia de la psicología años anteriores. En Bautista (2021), se reportaron el aumento de estudios acerca del bienestar; siendo la Pontificia Universidad Católica del Perú (2019), una de las casas de estudio quien publicando un artículo evidenció que un 80% de la población nacional percibe una falta de estabilidad en

su bienestar psicológico, además el MINSA (2018), enfocado en universitarios reportaron que un 30% percibe afectaciones en su salud psicológica debido al estrés en el periodo académico, estando tensionados por las exigencias que les asignan, sin contar con adecuados recursos psicológicos de afrontamiento.

En una casa de estudio público limeño se observaron puntuaciones altas de bienestar mental en universitarios (Ríos y Sillau, 2021, citado en Melchor y Beltrán, 2021). Según estudios del MINSA según Cutipe (2018), en el diario de RPP, un 30% de los universitarios tienen algún malestar de tipo psicológico debido a temas académicos bajo estrés, mostrando patrones de conducta depresiva, viéndose reducidos si el estado implementara políticas que velen por el bienestar psicológico de los jóvenes.

En la población de estudio se puede observar que los universitarios presentan características de poca auto aceptación al no valorar sus propias ideas y actitudes, se muestran desconfiados con quienes en verdad pueden contar como apoyo, algunos no trazan metas o no visionan su vida con proyectos, se les dificulta afrontar algunos retos o actividades, se les hace difícil tomar decisiones cuando se los requiere. Por lo anterior mencionado, nace nuestro interés por determinar las diferencias significativas en el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020, a razón de los distintos cambios y efectos que puedan experimentar y poner en cuestión los estudiantes en relación a su grado de seguridad, satisfacción con la vida y autonomía.

### 1.1.2. Formulación del problema

¿Existen diferencias significativas en el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020?

### 1.1.3. Justificación del estudio

Es beneficioso el estudio al permitir reconocer la importancia del bienestar psicológico según el factor género con relación a la población objetivo; de la misma manera, comparar las dimensiones existentes dentro de esta variable, la cual permitirá promover una adecuada salud mental. Se trata de abordar una problemática la cual conlleva a posibles brotes de depresión, por ello es pertinente manejar un adecuado bienestar psicológico.

Teóricamente, los resultados aportarán a lo previamente examinado en el modelo teórico, fundamentándose como antecedente; brindando un acercamiento hacia estos resultados orientando su estudio en estudiantes universitarios de Trujillo.

Desde la perspectiva práctica, los beneficiarios son los propios universitarios; debiendo contribuirse con aportes para diseñar e implementar propuestas de intervención oportuna, donde se pueda incluir programas preventivos y promocionales.

En cuanto a la metodología, se aportará con datos de validez y confiabilidad del instrumento, en población cuyas características sean similares a la población de estudio, en la ciudad de Trujillo.

Desde la perspectiva social, según los resultados obtenidos, el conocer los indicadores de la variable podrá brindar un mejor panorama acerca de cómo se desarrolla el bienestar en estos estudiantes; de tal manera que permita un abordaje favorable de parte de la escuela profesional en beneficio de los estudiantes universitarios.

### 1.1.4. Limitaciones

Los hallazgos podrán ser generalizados únicamente para aquellas poblaciones que tengan características o condiciones similares a los sujetos de estudio.

La investigación se sustenta en la teoría de bienestar psicológico de Carol Ryff (1989).

La investigación se delimita en poblaciones de estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo.

## 1.2. Objetivos

### 1.2.1. Objetivos generales

Determinar las diferencias significativas del bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020.

### 1.2.2. Objetivos específicos

Establecer las diferencias de la dimensión aceptación de sí mismo – control de situaciones de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020.

Establecer las diferencias de la dimensión autonomía de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020.

Establecer las diferencias de la dimensión proyecto de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020.

Establecer las diferencias de la dimensión vínculos psicosociales de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020.

## 1.3. Hipótesis

### 1.3.1. Hipótesis general

HI: Existen diferencias significativas en el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020.

### 1.3.2. Hipótesis específicas

H1: Existen diferencias significativas en la dimensión aceptación de sí mismo – control de situaciones de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020.



H2: Existen diferencias significativas en la dimensión autonomía de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020.

H3: Existen diferencias significativas en la dimensión proyecto de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020.

H4: Existen diferencias significativas en la dimensión vínculos psicosociales de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020.

#### 1.4. Variables e indicadores

*Variable e indicadores 1: Bienestar Psicológico (Ver anexo 3):*

- Aceptación de sí – Control de situaciones
- Autonomía
- Proyecto
- Vínculos de sociales

#### 1.5. Diseño de ejecución

##### 1.5.1. Tipo de investigación

Hernández y Mendoza (2018), Es de tipo sustantiva porque se suscita en un lugar específico, realizando una explicación general acerca de un fenómeno. Es transversal al recolectarse los datos en un momento específico.

##### 1.5.2. Diseño de investigación

Hernández et al (2014) afirman que un diseño descriptivo estudia el fenómeno del bienestar psicológico tal como se presenta en el momento de la investigación; y al mismo tiempo, es comparativo porque se va a contrastar entre los grupos de la población de interés respecto a la variable (Hernández y Mendoza, 2018).

M1-O1	O1=O2
M2-O2	O1≠O2

Donde:

M1: Muestra correspondiente al Grupo 1: Estudiantes de psicología de género masculino.

M2: Muestra correspondiente al Grupo 2: Estudiantes de psicología de género femenino.

O1: Resultado de la prueba BIEPS-A en el Grupo 1.

O2: Resultado de la prueba BIEPS-A en el Grupo 2.

“=”: No hay diferencias

“≠”: Si hay diferencias.

## 1.6. Población y muestra

### 1.6.1. Población - muestra

Estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Trujillo, que hacen un total de 434 alumnos, entre hombres y mujeres. La muestra poblacional estuvo constituida por 87 estudiantes del género masculino y 347 estudiantes del género femenino.

**Tabla 1**

Frecuencia de las variables sociodemográficas

		<b>Femenino</b>		<b>Masculino</b>	
		<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Edad	Adolescentes	125	36.0	24	27.6
	Adultos jóvenes	222	64.0	63	72.4
Ciclo académico	Ciclo 1	22	6.3	2	2.3
	Ciclo 2	59	17.0	11	12.6
	Ciclo 3	9	2.6	8	9.2
	Ciclo 4	33	9.5	8	9.2
	Ciclo 5	29	8.4	5	5.7
	Ciclo 6	51	14.7	10	11.5
	Ciclo 7	36	10.4	11	12.6
	Ciclo 8	48	13.8	10	11.5
	Ciclo 9	47	13.5	14	16.1
	Ciclo 10	13	3.7	8	9.2
<b>Total</b>		<b>347</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>

**Criterios de inclusión:**

- Género: masculino y femenino.
- Alumnos del campus Trujillo.
- Adolescentes y adultos jóvenes desde 17 hasta los 25 años.
- Estudiantes universitarios de 1° a 5° año de la escuela de Psicología.
- Aquellos alumnos que han aprobado el asentimiento y consentimiento de acuerdo a sus edades.

### **Criterios de exclusión:**

- Los que no deseen colaborar de forma voluntaria.
- Protocolos llenados de manera inadecuada e incompleta.

#### 1.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

##### *Técnica*

Se hará uso de la técnica denominada psicometría, la cual definida como la disciplina relacionada con la psicología que se encarga de establecer y diseñar las herramientas y métodos para realizar medición de variables psicológicas (Hernández y Mendoza, 2018).

##### *Instrumentos*

##### Instrumento 1: Bienestar Psicológico

La Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) fue creada por la doctora Carol Ryff en el año 1989, en la Universidad de Wisconsin, la cual fue adaptada al español por María Martina Casullo en el año 2000, en la Facultad de Psicología y Psicopedagogía de la Pontificia Universidad Católica de Argentina, posteriormente fue adaptada en Perú por Sara Sofía Robles Velasque en el año 2020, en la Universidad César Vallejo.

La administración de la prueba BIEPS – A, se aplica de forma individual y colectivo, en una población de adolescentes y adultos entre los 14 y 44 años, con una duración de 15 minutos aproximadamente.

Consta con una estructura de 13 items, basada en la escala Likert con tres posibles alternativas; 1: En desacuerdo; 2: Ni acuerdo ni en desacuerdo y 3: De acuerdo. Teniendo un valor de puntuación entre 28 hasta 39 puntos, según sea el caso.

El objetivo es evaluar las cuatro dimensiones: aceptación de sí – Control de situaciones, conformada por las preguntas (2,11 y 13), la dimensión autonomía, que consta de las preguntas (4,9,12), la dimensión proyectos, con los reactivos (1,3,6,10) y la dimensión vínculos sociales, que involucran a las siguientes preguntas (5,7,8).

Respecto a su validez, Carol Ryff (1989), encontró que la escala de Bienestar Psicológico fue sometida al análisis factorial exploratorio hallando los índices de .664 hasta .894, lo cual da cuenta de una elevada homogeneidad. La confiabilidad tuvo un alfa de 0.966 en total de la escala de bienestar psicológico. Así mismo, se encuentra los datos de los componentes de la prueba, logrando la correlación por medio del Alfa de Cronbach, para cada una de las áreas: aceptación y control de sí mismo 0.884, vínculos 0.871, autonomía 0.836, y proyectos 0.908.

Respecto a la versión peruana, Robles (2020), mediante análisis factorial exploratorio obtuvo 4 factores, con una varianza 72,147%, y el análisis de ítems tuvo valores  $>0,40$ , además, de una validez con V de Aiken. Obtuvo valores alfa de 0,842 y Omega de 0,849.

#### 1.8. Procedimiento de recolección de datos

Primero, se obtuvo el instrumento de la variable de estudio. Posteriormente, se solicitó autorización a la escuela profesional de psicología para conocer el número de estudiantes matriculados. Lo que permitió que por medio de la herramienta Google formularios, se emitiera el consentimiento informado a los participantes, previamente al proceso de administración de los instrumentos de evaluación. Así mismo, antes de la aplicación se les explico que su participación era voluntaria y los datos serian confidenciales. Finalmente, se procedió a la recolección de los protocolos para ser codificados.

#### 1.9. Análisis estadístico

Los datos fueron recepcionados tras la administración del instrumento, se realizó la corrección y puntuación de la data en Excel 2019, transformando los contenidos para ser analizados en el SPSS vs 25.

En Excel, se hizo la transformación de los datos mediante fórmulas como previo trabajo a la estadística descriptiva, por columnas. Tomando en cuenta los criterios de corrección establecidos para satisfacción laboral. A nivel global y dimensiones, se obtuvieron los niveles del mismo, siendo ingresados al programa SPSS.

Para la transformación de las puntuaciones directas, baremos y percentiles del documento: Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A), fue diseñado por la doctora Carol Ryff (1989), la cual se adapta en Perú por Robles Velasque Sara Sofía en el año 2020.

Posteriormente, se activaron las casillas de percentiles, puntaje mínimo, puntaje máximo, promedio, mediana, moda, rango, varianza, y desviación estándar en el siguiente apartado de frecuencia estadística, automáticamente las tablas se generan como se observa en los anexos 6 y 7, con respecto a nuestras 4 dimensiones y la escala general.

En el programa SPSS, para la estadística inferencial, al aplicar el estadístico de normalidad de Kolmogorov-Smirnov se obtuvo valores para el uso de un estadístico no paramétrico para cubrir el objetivo de estudio: Prueba U de Mann Withney con una confiabilidad al 95% ( $P < 0.05$ ), para realizar la prueba de hipótesis.

Se mostraron los resultados mediante tablas acorde a las normas APA, para luego continuar con la elaboración del análisis de resultados, conclusiones y recomendaciones.

**CAPITULO II**  
**MARCO REFERENCIAL TEÓRICO**

## 2.1. Antecedentes

### 2.1.1. Internacional

Hussein (2020), en Arabia Saudita, tuvo el objetivo de relacionar el bienestar psicológico, la autoeficacia y el pensamiento positivo, con un método descriptivo, correlacional, en 350 universitarios de 18 a 36 años de edad, usando la Escala BIEPS de Ryff estandarizado por Alhazmi (2017), Cuestionario de Autoeficacia General (GSE) de Baessler y Schwarcer y el Cuestionario de Pensamientos Positivos (SPTH) de Radi y Metib (2017). Los principales resultados muestran una correlación con tamaño de efecto moderada ( $r = .525$ ,  $p < 0.01$ ) entre el BP y la autoeficacia y una correlación con tamaño de efecto moderada ( $r = .417$ ,  $p < 0.01$ ) entre el BP y el pensamiento positivo, concluyendo que tanto el pensamiento positivo y la autoeficacia influyen en el BP de los universitarios.

Arriaga (2018), en México, tuvo el objetivo de comparar el nivel de bienestar psicológico, con un método descriptivo comparativo, en 134 universitarios, utilizando la escala de BIEPS. Los principales resultados muestran que no existe diferencia según sexo con respecto a las dimensiones de autoaceptación ( $p = .363$ ), relaciones interpersonales ( $p = .768$ ), autonomía ( $p = .429$ ), satisfacción con la vida ( $p = .253$ ), concluyendo que los universitarios perciben igual o similares condiciones de bienestar.

Espinoza y Barra (2018), en Chile, tuvieron el objetivo de relacionar la autoeficacia, apoyo social y bienestar psicológico, con un método no experimental, transversal y correlacional, en 120 universitarios, aplicando la Escala de BIEPS de Ryff adaptada por Díaz, la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido de Arechabala y Miranda, y la Escala General de Autoeficacia de Baessler y Schwarcer. Los principales resultados muestran una correlación con tamaño de efecto muy pequeño ( $\rho = 0.64$ ,  $p < 0.01$ ) entre la autoeficacia y el BP, concluyendo que con buena autoeficacia se cuenta como adecuado bienestar.

### 2.1.2. Nacional

Avenio (2021), en Lima, tuvo el objetivo de determinar el nivel del bienestar psicológico, con un método cuantitativo, no experimental, transversal, en 183 universitarios, aplicando la escala de BIEPS de Carol Ryff (1989), adaptada por Cubas (2003). Resultando en un nivel promedio 100% en bienestar psicológico, la dimensión



autonomía 90.2% con un nivel alto y las otras dimensiones en nivel promedio.

Concluyendo que denotan un bajo nivel de satisfacción en áreas de su vida.

Neira y Flores (2021), en Lima, tuvieron el objetivo de determinar la relación entre bienestar psicológico y uso de redes sociales, con un método descriptivo, básico, no experimental, transaccional, en 175 universitarios, aplicando la Escala BIEPS-A de Casullo (2002) y el Cuestionario ARS-6 de Salas et al (2020). Los principales resultados muestran una relación inversa con efecto pequeño ( $\rho = -.191$ ;  $p = .011$ ) y un nivel medio en bienestar psicológico (39.4%) y el 95% usa de forma ocasional las redes sociales, concluyendo que con un adecuado bienestar se hace menos uso de redes sociales.

Guerrero (2021), en Lima, tuvo el objetivo de establecer la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia, con un método no experimental, trasversal y correlacional, en 458 universitarios, usando la Escala BIEPS – A de Casullo y la Escala de Autoeficacia General de Baesslet y Schwarzer. Los principales resultados muestran una relación positiva y de tamaño de efecto medio ( $p = .000$ ;  $\rho = .628$ ), concluyendo que los estudiantes son más autoeficaces al percibir un adecuado bienestar.

Huamán (2021), en Lima, tuvo el objetivo de determinar si existe relación entre estilo de vida saludable y el bienestar psicológico, con un método correlacional, no experimental, transversal, en 155 universitarios, usando el Cuestionario de Estilos de Vida en Jóvenes Universitarios- CEVJU-R Lima (Chau y Saravia, 2014), y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Pérez, 2017). Los principales resultados muestran en actividad física una relación positiva con efecto medio ( $P = .347$ ,  $p < .01$ ), autocuidado una relación positiva con efecto bajo ( $P = .291$ ,  $p < .01$ ) y actividades de ocio una relación positiva con efecto bajo ( $P = .239$ ,  $p < .01$ ), concluyendo que existe una asociación moderada entre las variables.

Yacato (2019) en Lima, tuvo el objetivo de determinar la relación entre el bienestar psicológico y estrés académico, con un método no experimental, trasversal y correlacional, en 496 universitarios, aplicando la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de Sánchez y Cánobas y el Inventario (SISCO) de estrés académico en Barraza. Los principales resultados muestran una relación estadísticamente significativa ( $p < 0.05$ ) y negativa entre el BP y el estrés académico, concluyendo que, a mayor presencia de bienestar psicológico en

los estudiantes de la carrera de Ingeniería de Sistemas, habrá una menor presencia de estrés académico.

Advíncula (2018), en Lima, tuvo el objetivo de relacionar la regulación emocional y bienestar psicológico, según el factor género, con un método no experimental, transversal y correlacional, en 101 universitarios, aplicando el Cuestionario de autorregulación emocional (ERQP) y la Escala de BIEPS de Ryff. Los principales resultados muestran una correlacional significativa ( $p < 0.05$ ) entre los tipos de regulación emocional y las subescalas de BP, concluyendo que los estudiantes desarrollan las mismas capacidades en las variables.

### 2.1.3. Regional y local

Pérez (2022), en Chimbote, tuvo el objetivo de determinar si existe relación en estrategias de afrontamiento al estrés y BP, con un método cuantitativo, correlacional, no experimental, transversal, en 100 universitarios, usando el Cuestionario COPE 28 y Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los principales resultados muestran valores mayores al nivel de confiabilidad  $P = 0,86$ ;  $P < 0.05$  entre las variables, concluyendo que no existe vínculo entre las variables.

Rojas (2022), en Tumbes, tuvo el objetivo de relacionar el BP y autoeficacia, con un método cuantitativa, no experimental, descriptivo, correlacional, en 137 estudiantes. usando la escala EBP de Ryff, y la escala de Autoeficacia General (AG). Los principales resultados muestran una relación positiva y significativa ( $p < 0.05$ ) entre las variables, concluyendo que las variables se asocian.

Ganoza (2021), en Trujillo, tuvo el objetivo de determinar la relación entre procrastinación académica y bienestar psicológico, con un método descriptivo correlacional, en 210 universitarios, usando la Escala de Procrastinación Académica de Busko, validada por Domínguez, et al (2014), y La Escala de BP de Ryff (1989), adaptada por Álvarez (2019). Los principales resultados muestran una relación inversa con tamaño de efecto pequeño ( $\rho = -0.269$ ,  $p = .003^{**}$ ) en postergación de actividades y bienestar psicológico, y una relación positiva con tamaño de efecto medio ( $\rho = 0.479$ ,  $p = .000^{**}$ ), concluyendo que existe asociación entre postergación de actividades y autorregulación académica con bienestar psicológico.

Silva (2019), en Cajamarca, tuvo el objetivo de determinar la relación entre el funcionamiento familiar con el bienestar psicológico mediada por la autoeficacia, con un método correlacional, no experimental, en 126 universitarios, usando la escala FACES III, la escala BIEPS A y la escala de autoeficacia general de Baessler y Schwarger. Los principales resultados muestran que el funcionamiento familiar con el bienestar psicológico sin la mediación de la autoeficacia tiene una relación con tamaño de efecto pequeño ( $p < 0.05$ ), concluyendo que existe una baja relación entre variables.

Ezaine (2019), en Trujillo, tuvo el objetivo de analizar la diferencia del bienestar psicológico, con pareja y sin pareja, con un método descriptivo comparativo; en 308 estudiantes de ambos sexos, del 4to al 10mo ciclo universitario, aplicando la Escala BIEPS-A. Resultando que los estudiantes con pareja 46.8% presentan un nivel alto de BP, en cuanto a los estudiantes sin pareja el 35.1% presentan un nivel alto, concluyendo que este grupo presenta una visión agradable de sus logros obtenidos, así como tener la capacidad de sentirse seguro y preparado por lo que es capaz de hacer.

Cruzado y Gálvez (2018), en Cajamarca, tuvieron el objetivo de analizar la relación entre bienestar psicológico y religiosidad, con un método no experimental, transversal, correlacional, en 269 universitarios, usando la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos Bieps-A (Casullo, 2002) basado Ryff (1989) y la de Escala de Religiosidad (Reyes, et al, 2014). Obteniendo una relación positiva con tamaño de efecto bajo ( $\rho = .260^{**}$ ;  $p = .000$ ), concluyendo que la religión mejora el bienestar de los jóvenes.

## 2.2. Marco teórico

### 2.2.1. Abordaje del Bienestar Psicológico

#### 2.2.1.1. Definición de bienestar psicológico

Según Farfán (2020), la autora Ryff la define como un estado mental en relación con los estados de ánimo frente a la satisfacción con la vida al alcanzar metas y objetivos personales.

El bienestar psicológico es un equilibrio personal con la manera de expresar las emociones, permitiendo la generación de vínculos sociales, siendo parte de la experiencia individual (Farfán, 2020).

Según Guerrero (2021), la autora Casullo define como el logro de metas personales a lo largo de vida, percibidas con satisfacción según el proceso que haya realizado o realizará próximamente.

Según la OMS (2018), el bienestar psicológico integra aspectos biopsicosociales, fundamentando la buena salud, ritmo de vida y relaciones afectivas.

Según Neira y Flores (2021), es el cómo percibe la persona su salud y su propio ser, que en niveles adecuados permite el crecimiento personal y dominio en su entorno social.

#### 2.2.1.2. Factores que influyen en el Bienestar Psicológico

Según Guerrero (2021), influyen tres factores como: los rasgos de personalidad. Los valores inculcados socialmente y formas de afrontamiento. Las experiencias y circunstancias vitales.

Según Rojas (2022), hay dos elementos básicos que influyen:

**Afecto positivo:** Este hace referencia a las emociones saludables o positivas que presenta el individuo, generando en él una motivación intrínseca, manteniéndolo constantemente motivado y a la vez facilitándole la realización de diversas tareas en beneficio del bienestar personal.

**Afecto negativo:** Representa a las emociones negativas, causando en todo ser humano la tendencia o carencias en el desarrollo del aspecto intelectual, como de capacidades, de competencias, actitudes, para hacer frente a los diferentes acontecimientos, esto como resultado de un deficiente proceso de socialización.

#### 2.2.1.3. Teoría del Bienestar Psicológico de Ryff

El presente estudio se fundamenta en la teoría del bienestar psicológico de Ryff (1995), citada en Cruzado y Gálvez (2018), quien basa su teoría en el desarrollo humano óptimo, en el funcionamiento mental y positivo, además de las teorías del ciclo vital, considerando el bienestar multidimensional y aspectos sociales y del entorno para la evaluación del bienestar.

Para Carol Ryff y Keyes, citado eh Silva (2019), es un estado mental subjetivo en complemento de las emociones, desarrollándose en medida de nuestra interacción y experiencias. Es considerado como un elemento motivacional interno de acuerdo a características de género, edad y cultura, siendo percibido de forma afectiva o conductual en distintos contextos (Izquierdo y Pachas, 2022).

Su teoría se desglosa en las siguientes dimensiones:

1) Aceptación de sí mismo – control de situaciones: es mostrarse con adecuada actitud a pesar de las limitaciones personales, señalando estar apto para desenvolverse socialmente y adaptarse (Urpay, 2021). El control de situaciones, se entiende por crear las condiciones propicias acorde a las capacidades individuales, teniendo la sensación de control; y la aceptación de sí mismo, es la capacidad de validar las fortalezas y debilidades personales y sentirse bien consigo mismo (Neira y Flores, 2021).

2) Autonomía: Es el estar determinado frente a la presión social, con conductas apropiadas y bajo control (Urpay, 2021). Es la habilidad de realizar decisiones independientemente, siendo asertivo y confiando en propio juicio, caso contrario se apreciaría una dependencia hacia las personas y preocupación por lo que pensarán (Neira y Flores, 2021).

3) Proyectos: Se establece metas reales que puedan brindar un sentido a las experiencias del ayer y mañana (Urpay, 2021). Son metas a lo largo de la vida, de manera significativa (Neira y Flores, 2021).

4) Vínculos sociales: se establecen vínculos con el entorno, basados en confianza y amor (Urpay, 2021). Se expresa elementos de empatía y afectividad (Neira y Flores, 2021).

#### 2.2.1.4. Contribuciones del Bienestar Psicológico

En el ámbito familiar: la familia entrega los aprendizajes comunicativos de armar vínculos y creación de conceptos, siendo responsable de crear ciudadanos con buena adaptabilidad y bienestar psicológico (Martos y Moreto, 2021).

En el ámbito social: la red de apoyo nos permite crecer y realizarnos, formando parte de los logros que pongamos en marcha, en base a un desenvolvimiento de calidad con

otros. Es la forma en cómo llevamos la vida y cada situación, creando situaciones que cubran las necesidades personales (Silva, 2019).

En lo académico: en el ambiente universitario no todo son calificaciones, sino también una visión a futuro, dándole un sentido a la vida, conllevando de tal manera a la graduación y obteniendo la licenciatura académica. Para lograrlo se necesita una valoración positiva y adecuada autonomía para un correcto desenvolvimiento y crecimiento personal, sin olvidar la parte social entre compañeros y docentes (Martos y Moreto, 2021).

#### 2.2.1.5. Teorías relacionadas a Bienestar Psicológico

1) Teoría de la Autodeterminación: según Ryan y Deci, las personas asumen compromisos sea con iniciativa o reacio, tomando en cuenta la forma en cómo influye el contexto social. Además, nacemos con acciones dirigidas a la autonomía, sociabilidad y competitividad, siendo parte de la personalidad individual (Guerrero, 2021).

2) Teoría del Flujo: según Csikszentmihalyi el sujeto experimenta sus pensamientos y percepciones de manera eficiente y con complacencia. Resaltando el trazado de metas, un feedback de lo aprendido, acoplar habilidades acordes las exigencias, entre otras (Pizarro et al., 2019).

3) Teoría universalista: según Diener refiere que la felicidad solo se obtiene con la consecución de las metas, tareas y proyectos o cuando se ha llegado a cubrir principalmente las necesidades básicas, ya que las necesidades están ligadas por el proceso de enseñanza-aprendizaje, las etapas de la vida y los componentes emocionales; por ejemplo, para llegar a percibir el bienestar pleno, el individuo tiene que lograr los objetivos que se ha propuesto durante el ciclo vital, así mismo deberá principalmente de satisfacer las necesidades básicas (Rojas, 2022).

4) Teoría de los modelos situacionales: conserva el pensamiento de que cada persona está propensa a experimentar y a responder a las adversidades y situaciones de manera positiva o negativa. Determinan que el constructo psicológico repercute crucialmente en los niveles alcanzados de bienestar, ya que cuando las personas se sienten felices, alegres y satisfechos, optarán por los diferentes gustos e interés y buscarán constantemente la satisfacción y no porque están felices todo el tiempo (Rojas, 2022).

#### 2.2.1.6. Bienestar psicológico en jóvenes

Los universitarios expresan necesidades específicas, y afrontar exigencias personales, sociales y académicas, que podrían repercutir en lo individual o académico; por ello, es relevante el tipo de estrategias para mantener el bienestar psicológico. Al iniciar una formación académica, se genera un estrés y ansiedad, añadiendo dificultades emocionales, y situaciones diarias a abordar (Ganoza, 2021).

Según Cruzado y Gálvez (2018), en esta etapa se consolida la personalidad, determinando el rumbo de su vida en base a cada decisión, empezando desde la profesión, la pareja amorosa, amistades o grupos sociales, entre otros. Conllevando a una tensión emocional que puede influenciar el bienestar psicológico.

Existen factores que pueden determinar el bienestar psicológico del universitario, siendo de tipo individual y conductual, poniendo en juego el optimismo para superar los retos académicos; y los factores conductuales, son acciones que repercutirán en el estilo de vida y evitar conductas dañinas (Ganoza, 2021).

#### 2.2.1.7. Abordaje de la vida universitaria

La Universidad es el centro del conocimiento universal, considerada una institución que produce profesionales con un grado académico o título profesional, que asegure su futuro económico y status social (Pérez, 2022).

Esta etapa apertura experiencias nuevas y retos, que incentivan a aspiraciones, anhelos y éxito profesional a futuro; pero es el estudiante quien afronta diversos cambios; tomando ventaja de ser nativos digitales, con capacidad para obtener información, y sobrellevando una crisis económica (Alarcón, 2019).

El individuo saludablemente afronta la vida con recursos intrínsecos, competencias y habilidades que haya desarrollado, construyendo un proyecto de vida según sus intereses. Quienes optan por la modalidad universitaria, significa un éxito importante en su vida, marcando un nuevo inicio. Pero no están a salvo de posibles dificultades que se generen durante el proceso universitario (Arriaga, 2018).

En la universidad es relevante el contacto y apoyo psicológico parental, contar con hábitos de estudio, el apoyo docente, para fortalecer habilidades y capacidades en los jóvenes (Arriaga, 2018).

Al iniciar la universidad se ingresa a un proceso de adaptabilidad, teniendo un bienestar psicológico adecuado, se logra el éxito académico, y mediante a las diversas actividades y miembros pertenecientes a la profesión adscrita, el estudiante pueda adaptarse exitosamente a la universidad (Cruzado y Gálvez, 2018).

### 2.3. Marco conceptual

*Bienestar psicológico:* Según Farfán (2020), la autora Ryff la considera como un estado mental, sumado a las emociones y satisfacción con la vida, alcanzando logros para mejorar la calidad de vida.

*Género:* El género es un elemento vinculado a la sexualidad humana, siendo determinado por categoría socialmente influenciadas por con introyectos psicológicos (Salinas, 2018).



# **CAPITULO III**

## **RESULTADOS**

**Tabla 2**

Análisis diferencial de la escala general de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A), entre varones y mujeres según la prueba U de Mann-withney.

	<b>U</b>	<b>Sig.</b>	<b>p</b>
Escala General	13396.5	0.103*	P>0.05

Nota. \*P<0.05; U= U de Mann-withney; Sig.=Significancia asintótica; P= valor de probabilidad

En escala general, se halla un P valor de 0.103 (P>0.05), con un nivel de significancia del (5%), resulta no significativo, por lo tanto, no existen diferencias entre ambos grupos.

**Tabla 3**

Análisis diferencial dimensional de la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A), entre varones y mujeres según la prueba U de Mann-withney.

	<b>U</b>	<b>Sig.</b>	<b>p</b>
<b>Aceptación de sí mismo - Control de situaciones</b>	14377	0.464*	P>0.05
<b>Autonomía</b>	11168.5	0.000*	P<0.05
<b>Proyectos</b>	15088.0	0.995*	P>0.05
<b>Vínculos sociales</b>	13620.5	0.129*	P>0.05

Nota. \*P>0.05; U= U de Mann-withney; Sig.=Significancia asintótica; P= valor de probabilidad

Los datos de diferencias de media en la prueba de U de Mann-Whitney entre los estudiantes según género se encontró (P>0.05), indicando que se acepta la hipótesis en la dimensión autonomía (P<0.05), a diferencia de las otras dimensiones que no acepta la hipótesis, como: Aceptación de sí mismo – Control de situaciones, Proyecto y Vínculos sociales

**CAPITULO IV**  
**DESCRIPCIÓN DE RESULTADOS**

Cuando se habla de bienestar psicológico, se hace enfoque en la determinación de los individuos y genera en ellos que se sientan satisfechos ante sí mismos y, por supuesto, controlen la carga de energía vital.

El bienestar psicológico depende de las cogniciones que se han ido formando en la persona acerca de las expectativas que se merece obtener, y el resultado de la valoración de estas. El tener acceso a actividades u objetivos en función al ideal que ha construido el individuo, causará sin duda la existencia de un reporte de buen bienestar psicológico. (Citado por Yacato, 2019)

Además, según la OMS (2018) el bienestar psicológico es definido como un estado integral de salud, para un buen desarrollo afectivo integral. De acuerdo con Guerrero (2021), en el bienestar psicológico se expresan ciertos factores que nos acompañan en el transcurso de la vida, como nuestra personalidad y sus rasgos, los valores socialmente aceptados inculcados, estrategias para afrontar situaciones dificultosas; y de acuerdo a la experiencia y circunstancias, nos ayuda a prepararnos ante situaciones especiales.

De acuerdo a lo anterior mencionado, disponemos a analizar los resultados obtenidos a partir de las hipótesis planteadas:

En relación a la hipótesis general que afirma si existen diferencias significativas en el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020. Los resultados evidencian que no existen diferencias significativas ( $p=0.103$ ;  $p>0.05$ ) en el bienestar psicológico entre los estudiantes según el factor género, confirmando que tanto mujeres como hombres evidencian un nivel medio para alcanzar sus metas, debido a la determinación que tienen como individuos para sentirse satisfechos; añadiendo que son jóvenes universitarios, como lo menciona la autora Ryff y Keyes, citado en Silva (2019), en base a la percepción subjetiva que tienen estos jóvenes, generará un determinado sentimiento o estado emocional acorde a su desarrollo psicológico, y siendo intermediado por las experiencias del pasado, tomando acciones para eventos actuales en los que se desenvuelve, como es en el contexto universitario.

Al no encontrarse diferencias, podemos asumir tanto varones como mujeres se muestran con un estado o sensación de bienestar esperado, normal, saludable, que les

permitirá un desenvolvimiento adecuado dentro de las instalaciones de la universidad, estando motivados para generar nuevos conocimientos y experiencias que a largo plazo interiorizarán para expresarlo en el perfil académico profesional esperado o estipulado por la escuela profesional de psicología. Y dicho bienestar es considerado como un factor de motivación intrínseca en los universitarios, tomando en cuenta otras características como la edad y la cultura (Izquierdo y Pachas, 2022).

El bienestar psicológico dependerá de las cogniciones propias de la persona, sus expectativas y valoración de estas. El tener objetivos en función al ideal que ha construido el individuo, causará sin duda un reporte de buen bienestar psicológico (Yacato, 2019).

También se puede considerar que, a partir de su percepción con niveles normales de bienestar, los estudiantes en general expresarían sus emociones de manera saludables, generando en cada uno de ellos una motivación intrínseca antes mencionada, facilitando la realización de tareas en beneficio del bienestar personal. Y en este mismo sentido, se ha podido observar que existe una convivencia saludable o en armonía entre los estudiantes de diferentes ciclos, en conjunto con una adecuada comunicación con los docentes, prevaleciendo adecuados lazos entre pares y docentes y estudiantes. Al tratarse de la etapa universitaria, se vuelve relevante el apoyo parental, los hábitos de estudio y el acompañamiento docente (Arriaga, 2018).

Estudios similares se observan en Yacato (2019) y Advíncula (2018), quienes concluyeron que la falta de diferencias a nivel dimensional es debido al contexto universitario con un enfoque humanista que permite el desarrollo de las mismas capacidades cognitivas y espirituales. En el estudio de Hussein (2020), concluye que la autoeficacia y el pensamiento positivo mejora el bienestar psicológico, sin tener algún impacto diferenciado según el género, nivel académico y facultad. En el estudio Arriaga (2018), se concluye que no se encontraron diferencias en el bienestar de los universitarios según el sexo. Un estudio similar en Espinoza y Barra (2018), concluyeron que el bienestar psicológico general de los universitarios asmáticos y en sus dimensiones (excepto relaciones positivas) mostraron relaciones más altas con la autoeficacia, al ser constructos psicológicos equivalentes. En el estudio de Guerrero (2021), los universitarios se perciben con un nivel medio de bienestar psicológico. En el estudio de Huamán (2021), se evidencia

que no existen diferencias según sexo en los universitarios con respecto a dimensiones del bienestar psicológico.

Con respecto a la primera hipótesis específica que afirma si existen diferencias significativas en la dimensión aceptación de sí mismo – control de situaciones de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020. Se obtuvo como resultado que no existen diferencias significativas ( $p=0.464$ ;  $p>0.05$ ) en el nivel de aceptación de sí – control de situaciones del BP entre los estudiantes según el factor género. Evidenciando que, sin distinción, tanto mujeres como hombres perciben en esta dimensión con un nivel muy alto, contando con una excelente sensación de control y de auto competencia en las actividades que realizan en la universidad (Urpay, 2021). Denotando que en estos jóvenes expresan de forma positiva sus actitudes al momento de clases y al relacionarse con sus compañeros de clase, siendo colaborativos en los distintos trabajos de clase, haciendo notar sus habilidades, a pesar de contar con alguna limitación, son personas que pueden llegar a influenciar y al mismo tiempo se permite guiar acorde a las exigencias y necesidades académicas que presenten.

El control de situaciones permite mostrar las competencias personales en distintos contextos, creando ambientes propicios según sus capacidades, dando a conocer sus fortalezas y debilidades, sintiéndose bien consigo mismo, aceptando experiencias pasadas (Neira y Flores, 2021). Al verse el panorama de los distintos ciclos académicos, los estudiantes irán moldeando su perfil para poder auto superarse e ir logrando tanto las meta y objetivos generales como los suyos propios.

Al contar con un excelente nivel en esta dimensión, son capaces de atravesar desafíos en las diferentes fases de su vida académica, utilizando los recursos intrínsecos, competencias y habilidades que hayan desarrollado o que estén aprendiendo; porque la finalidad es que puedan elaborar una visión con proyecto de vida respecto a sus intereses individuales, comenzando desde el estudiar la carrera universitaria de psicología; que a término, llega a ser un logro importante para el inicio de nuevas adaptaciones (Arriaga, 2018).

En complemento se puede decir que estos jóvenes, sin contar la diferencia de género, se muestran determinados a su propia auto realización, a su propio ritmo y maneras de crecer personalmente; tal como refiere Ryan y Deci en su teoría de la autodeterminación, donde los universitarios aceptan compromisos de manera proactiva, siendo influenciados por el contexto social universitario donde se desenvuelven; naciendo en ellos necesidades de tipo autonomía, sociabilidad y competitividad, como parte de su desarrollo de su personalidad (Guerrero, 2021).

Estudios similares se encontraron en Yacato (2019) y Advíncula (2018), concluyeron que la falta de diferencias a nivel dimensional es debido al contexto universitario con un enfoque humanista que permite el desarrollo de las mismas capacidades cognitivas y espirituales. En un estudio similar en Avenio (2021), concluyó que el nivel percibido de autoaceptación es de nivel promedio en universitarios. En el estudio de Guerrero (2021), los universitarios se perciben con un nivel muy alto en autoaceptación. En el estudio de Huamán (2021), se evidencia que no existen diferencias según sexo en los universitarios con respecto a dimensiones del bienestar psicológico. En el estudio de Silva (2019), los universitarios percibieron un buen sentido positivo en la dimensión aceptación-control, con un nivel medio.

Con respecto a la segunda hipótesis específica que afirma si existen diferencias significativas en la dimensión autonomía de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020. Se obtuvo como resultado que si existen diferencias significativas ( $p=0.000$ ;  $p<0.05$ ) en el nivel de autonomía de BP entre los estudiantes según el factor género; significando que los jóvenes presentarían un desenvolvimiento autónomo, mostrando un desarrollo particular y diferenciado, sea por la etapa de desarrollo en la que se encuentran, el funcionamiento del género o por el tipo de cultura que tengan desde el hogar. Tal como lo refiere Urpay (2021), a esta dimensión se le considerada como la autodeterminación individual frente a las presiones sociales, teniendo el control de sus comportamientos y conductas. De esta manera, tanto varones como mujeres accionan sus actitudes de la manera en la que mejor se sientan, observando y analizando las situaciones acordes a sus experiencias individuales



para tomar decisiones oportunas y conseguir el logro de sus propias metas, visiones o planes, que de manera estratégica sumaria a su desarrollo individual, académico y social.

Además, se hace referencia a la habilidad que tienen para expresar su independencia, siendo útil la asertiva y la confianza en sus propios conocimientos, no dejándose llevar por opiniones o comentarios de terceros y validando sus propios juicios (Neira y Flores, 2021). Y se puede observar en los jóvenes cómo hacen destacar su persona entre los demás, compartiendo entre ellos su cosmovisión del mundo y lo que espera realizar en su medio y en otros contextos con una planificación del tiempo acorde a sus objetivos de vida; siendo modificados con el transcurrir de cada ciclo académico, reforzando y cambiando según sus necesidades. Como lo señala Csikszentmihalyi, en su teoría del flujo, el sujeto experimenta una eficiencia a nivel cognitivo que le permite exigirse el establecimiento de metas claras, contar con una retroalimentación adecuada de las situaciones en la que se desenvuelve, ajustar sus habilidades personales para afrontar los diferentes retos y desafíos, en otros.

Siendo una situación diferenciada, cada estudiante varón y mujer, no solo se enfoca en una calificación alta, sino que también tiene otras prioridades como, planes personales y metas individuales a futuro como lo define Ryff; cada uno según su género planteará el propósito en su vida, cumpliendo metas; aceptando lo vivido en el pasado y en el presente, y que para la mayoría esto se producirá al egresar de la carrera profesional. De esta manera la autonomía en el estudiante produce un sentido de independencia en el ámbito académico, teniendo dominio de sí mismo cuando se enfrente a una presión social, porque pensará y actuará de una forma determinada, como varón y mujer; además de tener un grado de autoevaluación según estándares individuales, acerca de lo que le conviene o no, según su nivel de crecimiento personal, pero sin olvidar que las relaciones con otros les ayudaría en su avance en el contexto académico (Martos y Moreto, 2021).

Estudios similares se observan en Avenio (2021), concluyó que el nivel percibido de autonomía es de nivel alto en universitarios. En el estudio de Neira y Flores (2021), concluyeron que a mayor autonomía menor será el uso de redes sociales en universitarios. En el estudio de Guerrero (2021), los universitarios se perciben con un nivel medio en autonomía. En el estudio de Pérez (2022), la dimensión autonomía es predominante en los

estudiantes universitarios con respecto a su bienestar psicológico. En el estudio de Rojas (2022), concluyó que los universitarios que presentan una buena autonomía, presentarán una adecuada autoeficacia. En el estudio de Silva (2019), los universitarios percibieron un buen sentido positivo en la dimensión autonomía, con un nivel medio.

En relación a la tercera hipótesis que afirma si existen diferencias significativas en la dimensión proyecto de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020. Los resultados evidencian que no existen diferencias significativas ( $p=0.995$ ;  $p>0.05$ ) en el nivel de proyecto de BP entre los estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género. Denotando que los proyectos para alcanzar un bienestar psicológico muy bueno no dependerán del género, sino a nivel general como individuos. En ese sentido Urpay (2021) señala que la dimensión proyectos se evidencia a través de la auto propuesta de metas concretas y realistas, que le puedan otorgar sentido a las experiencias pasadas y futuras.

Al no denotar diferencias, puede explicarse que todos los jóvenes al verse implicados como estudiantes, tiene la misma meta en común de poder graduarse como profesionales licenciados en psicología, siendo una meta global y compartida, siendo una propuesta genérica e impuesta por la sociedad, que uno de los pilares que cumplimos como ciudadanos, es lograr obtener un grado académico que asegure nuestro futuro económico, realizando el ejercicio en el área de la ciencia que hemos preferido; de esta manera los proyectos son metas y objetivos a lo largo del ciclo vital, donde el individuo considera que la vida tiene significancia, además de tener valores que le brinden el sentido a este mismo (Neira y Flores, 2021).

Al percibirse en común con altos niveles en esta dimensión, tendrán una muy buena sensación de bienestar psicológico al lograr sus avances en cada ciclo académico, siendo pasos que van sumando a la meta final pero no única que implementaran en sus vidas; inclusive, para algunos se percibe como el inicio de grandes cosas en su vida personal a partir del obtener un grado académico. En ese sentido, como seres humanos poseemos capacidades, fortalezas y habilidades, que las utilizamos en una red de apoyo, con los cuales mostramos nuestra capacidad de aprender, desarrollarnos y relacionarnos con otros individuos, debido que las relaciones positivas y dominio del entorno generan interacciones

de calidad, gratas y genuinas, así como la preocupación por el bienestar de las otras personas (Silva, 2019).

Estudios similares se encontraron en Yacato (2019) y Advíncula (2018), concluyeron que la falta de diferencias a nivel dimensional es por el contexto universitario con un enfoque humanista. En un estudio similar en Avenio (2021), concluyó que el nivel percibido de proyectos es de nivel promedio en universitarios. En el estudio de Neira y Flores (2021), concluyeron que cuantos mayores sean los proyectos menores será el uso de redes sociales en universitarios. En el estudio de Huamán (2021), se evidencia que no existen diferencias según sexo en los universitarios con respecto a dimensiones del bienestar psicológico. En el estudio de Silva (2019), los universitarios percibieron un buen sentido positivo en la dimensión autonomía, con un nivel medio.

Con respecto a la cuarta hipótesis específica que afirma si existen diferencias significativas en la dimensión vínculos psicosociales de bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo según el factor género, 2020. Se obtuvo como respuesta que no existen diferencias significativas ( $p=0.129$ ;  $p>0.05$ ) en el nivel de vínculos psicosociales de BP entre los estudiantes de psicología según el factor género, 2020. Evidenciando que para la conformación de vínculos o relaciones interpersonales no se trataría de una cuestión de género, de tal manera que los estudiantes sin distinción pueden lograr vínculos o relaciones de todo tipo con un nivel muy bueno o excelente, que promovería su bienestar psicológico general. Tal como refiere Urpay (2021), esta dimensión es el poder ser capaz de establecer relaciones estables con las personas de nuestro entorno, y que estas relaciones puedan basarse en la confianza y en la capacidad de amar (Urpay, 2021).

También, las razones por las cuales no influye el género en los vínculos sociales, es por el desenvolvimiento social natural que tenemos como seres humanos, buscando la calidez en otras personas, fortaleciendo y complementando nuestras habilidades sociales, y más aún es el mismo entorno universitario quien promueve como foco principal el correcto y esperado desenvolvimiento social entre estudiante bajo una filosofía de vida institucional, complementada con las distintas culturas, costumbres y otros aspectos educativos que tenga cada estudiante. Por tanto, consiste en la capacidad para establecer lazos con las demás

personas, ser cálido, tener autoconfianza, empatía y capacidad afectiva (Neira y Flores, 2021).

Un aspecto importante para la generación de vínculos es la educación impartida desde casa, porque todos los estudiantes vienen compartiendo su propia cosmovisión al momento de compartir con otros estudiantes; además, se puede observar estas interacciones saludables o esperadas fuera de las aulas y dentro de las mismas, mostrando un patrón de comunicación acorde a sus habilidades, siendo complementado con algún consejo y guía desde el punto de vista de sus padres. Por eso, el bienestar psicológico en lo familiar es fundamental para el desarrollo de conductas elementales para la comunicación, la interacción y la formación de conceptos; pues son las bases para formar individuos con un buen autoconcepto y adecuada autoaceptación que gozan de un grado aceptable de bienestar psicológico (Martos y Moreto, 2021). Y así se trate de estudiantes de los primeros ciclos o de los últimos, una educación apropiada permitirá el generar lazos de confianza y contacto de apoyo social, siendo necesarios para una buena integración o adaptación a la sociedad.

Estudios similares se encontraron en Yacato (2019) y Advíncula (2018), concluyeron que la falta de diferencias a nivel dimensional es por el contexto universitario con un enfoque humanista. En un estudio similar en Avenio (2021), concluyó que el nivel percibido de vínculos psicosociales es de nivel promedio en universitarios. En el estudio de Neira y Flores (2021), concluyeron que a mayor vínculo menor será el uso de redes sociales en universitarios. En el estudio de Guerrero (2021), los universitarios se perciben con un nivel muy alto en vínculos sociales. En el estudio de Ganoza (2021), los estudiantes universitarios percibieron un nivel medio en relaciones positivas con los demás. En el estudio de Cruzado y Gálvez (2018), los universitarios perciben un nivel muy alto en vínculos psicosociales.

**CAPITULO V**

**CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## 6.1. Conclusiones

1. No existen diferencias significativas en el bienestar psicológico según el factor género ( $U=13396.5$ ;  $P=0.103$ ,  $P>0.05$ ).
2. No existen diferencias en la dimensión Aceptación de sí mismo - Control de situaciones entre varones y mujeres ( $U= 14377$ ;  $P=.464$ ,  $P>0.05$ ).
3. Existen diferencias en la dimensión Autonomía entre varones y mujeres ( $U= 11168.5$ ;  $P=.000$ ,  $P\leq 0.05$ ).
4. No existen diferencias en la dimensión Proyectos entre varones y mujeres ( $U= 15088.0$ ;  $P=0.995$ ,  $P>0.05$ ).
5. No existen diferencias en la dimensión Vínculos sociales entre varones y mujeres ( $U= 13620.5$ ;  $P=0.129$ ,  $P>0.05$ )

## 6.2. Recomendaciones

Se sugiere que el programa académico de psicología junto al servicio de tutoría y psicopedagogía promocionen la intervención psicológica individual y grupal a los estudiantes en general evaluando el nivel de bienestar psicológico y difundir al mismo tiempo las condiciones que promuevan la salud mental, satisfacción consigo mismo y con los demás.

Se recomienda que para los estudiantes que se encuentran en niveles bajos y medios de bienestar psicológico, se elabore y aplique un programa de intervención colectivo desde el enfoque cognitivo conductual con la finalidad de potenciar las estrategias de mejora del bienestar psicológico y de esta manera contribuir al adecuado desenvolvimiento de ellos en lo personal, profesional y social.

Se recomienda que se trabaje en conjunto con los universitarios programas que le permitan desarrollar estrategias de afrontamiento frente a diferentes situaciones y fomentar la independencia, la toma de decisiones.

En el caso de los alumnos de género masculino con un nivel bajo en la dimensión de autonomía, en comparación a las personas de género femenino con un nivel alto, se recomienda a los tutores la realización de talleres o charlas enfocadas a la capacitación para regular su conducta, es decir formar alumnos capaces de resistir presiones sociales o de cualquier índole, así también les permita autoevaluarse con sus propios criterios llegando a ser independientes.

Amplificar el estudio en las diferentes facultades de la universidad, y de este modo medir y a la vez controlar el bienestar psicológico para generar buen desempeño académico en los estudiantes durante su formación profesional, e introducir en el campo laboral una vez concluido sus estudios superiores.

Se sugiere la utilización del instrumento en las próximas investigaciones o estudios para medir las dimensiones mencionadas y así mismo enriquecer con estrategias para un mejor Bienestar Psicológico, lo que permitirá continuar con el estudio e importancia que se debería dar a esta temática.

## CAPITULO VI

### REFERENCIAS Y ANEXOS

#### 6.1. Referencias

- Advíncula, Ch. (2018). *Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios*. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional.  
<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/12666>
- Alarcón, R. (2019). La Salud Mental de los estudiantes universitarios. *Revista Médica Herediana*. 2019; 30, pp. 219-221. <https://doi.org/10.20453/rmh.v30i4.3655>
- Arriaga, N. (2018). *Bienestar psicológico en relación al sexo en jóvenes estudiantes del nivel superior*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de México]. Repositorio institucional.  
<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/94984/Bienestar%20psicol%C3%B3gico%20en%20j%C3%B3venes%20estudiantes%20del%20nivel%20superior.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Avenio, J. (2021). *Bienestar psicológico en egresados de la carrera de psicología de universidades privadas de lima metropolitana, 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional.  
<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/29820>
- Bautista, K. (2021). *Bienestar Psicológico en universitarios que practican y no practican danza en la ciudad de Trujillo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio institucional.  
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/8469>
- Campos Ugaz, D. (2018). *Bienestar psicológico en estudiantes (según semestre de estudios y género) de una universidad privada de Lima*. [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional.  
<https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1624/tesis%20DANIEL%20CAMPOS%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



- Cutipe, Y. (20 de setiembre de 2018). *Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica*. RPP Noticias.  
<https://rpp.pe/vital/vivir-bien/hasta-30-de-la-poblacion-universitaria-del-perusufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presion-academica-noticia-1151266>
- Cruzado, A. y Gálvez, J. (2018). *Bienestar psicológico y religiosidad en jóvenes de una universidad de la ciudad de Cajamarca*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio institucional.  
<http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/844>
- Espinoza, C. y Barra, E. (2018). Autoeficacia, apoyo social y bienestar psicológico en estudiantes universitarios asmáticos. *Revista de Psicología*. 14(28), 141-147.  
[https://www.researchgate.net/publication/332569758\\_Autoeficacia\\_apoyo\\_social\\_y\\_bienestar\\_psicologico\\_en\\_estudiantes\\_universitarios\\_asmaticos](https://www.researchgate.net/publication/332569758_Autoeficacia_apoyo_social_y_bienestar_psicologico_en_estudiantes_universitarios_asmaticos)
- Ezaine Díaz, M. K. (2019). *Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios, con pareja y sin pareja de las facultades de una Universidad Privada de Trujillo*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio institucional.  
[https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/5852/1/RE\\_PSICO\\_MARIA\\_EZAINES\\_BIENESTAR.PSICOLOGICO\\_DATOS.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/5852/1/RE_PSICO_MARIA_EZAINES_BIENESTAR.PSICOLOGICO_DATOS.pdf)
- Farfán, B. (2020). *Comunicación familiar y bienestar Psicológico en estudiantes de enfermería Del instituto de educación superior Tecnológico privado, ayacucho-2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional.  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/18575>
- Ganoza, L. (2021). *Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Especialidades Psicopedagógicas de una Institución Privada de Lima*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio institucional.  
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/8307>
- Guerrero, K. (2021). *Bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del cercado de lima*. [Tesis de licenciatura, Universidad

- Autónoma del Perú]. Repositorio institucional.  
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1882>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. (Sexta). Mc Graw Hill Interamericana Editores, S.A. DE C.V.
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill Interamericana Editores, S.A. DE C.V. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Huamán, M. (2021). *Estilo de vida saludable y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional.  
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/16973>
- Hussein, M. (2020). Investigate the Relationship between Psychological Well-being, Self-efficacy and Positive Thinking at Prince Sattam Bin Abdulaziz University. *International Journal of Higher Education*, 9(4), pp. 138-152.  
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1258951.pdf>
- IESALC. (2020, 13 de mayo). *COVID-19 y educación superior: De los efectos inmediatos al día después*. UNESCO. <http://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/04/COVID19.pdf>
- Izquierdo, F. y Pachas, M. (2022). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff versión breve en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/83981>
- Martos, C. y Moreto, L. (2021). *Bienestar psicológico y actitudes hacia la violencia de género en estudiantes universitarios en Lima Metropolitana, 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/85747>

- Melchor, J. y Beltrán, P. (2021). *Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad de lima norte 2019*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional.  
<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/28869>
- Neira, E. y Flores, V. (2021). *Bienestar psicológico y uso de redes sociales en estudiantes de una universidad privada de lima norte*. [Tesis de licenciatura, Universidad Femenina Del Sagrado Corazón]. Repositorio institucional.  
<https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/handle/20.500.11955/915>
- Organización Mundial de la Salud (15 de agosto de 2014). World Health Organization.  
[http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/es/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/)
- Paredes, J. (2020). *Calidad de vida laboral y bienestar psicológico en trabajadores: una revisión sistemática de la literatura científica 2010-2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional.  
<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/25638>
- Pérez, J. (2022). *Estrategias de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes del 5° ciclo de la carrera profesional de psicología de la universidad Uladech filial Ayacucho, 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional.  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/26288>
- Pizarro, J., Fredes, D., Inostroza, C. y Torreblanca, E. (2019). Motivación, satisfacción laboral y estado de flow en los trabajadores de la salud. *Revista Venezolana De Gerencia*, 24(87), pp. 843-859. doi.org/10.37960/revista.v24i87.24640
- Rodríguez, R., González, J., Cruz, A. y Rodríguez, L. (2020). Demandas tecnológicas académicas y psicológicas en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Revista Caribeña de Psicología*, 4(2), pp. 176-185. DOI:  
<https://doi.org/10.37226/rcp.v4i2.4915>
- Rojas, B. (2022). *Bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Nacional de Tumbes – 2019*. [Tesis de

maestría, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio institucional.  
<http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/2686>

Salinas, C. (2018). Equidad de géneros como unidad de aprendizaje en la universidad. *Alteridad*, 13(2), pp. 180-191. <https://doi.org/10.17163/alt.v13n2.2018.02>.

Silva, R. (2019). *Funcionamiento familiar, bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de segundo ciclo de dos universidades de la ciudad de Cajamarca 2018*. [Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio institucional. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/7099>

Urpay, L. (2021). *Violencia intrafamiliar y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana en contexto de pandemia COVID-19, 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/73523>

Yacato, P. (2019). Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de ingeniería de sistemas. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional.

## 6.2. Anexos

### **Anexo 1. Autorización del instrumento BIEPS-A**

**SOLICITO: AUTORIZACIÓN PARA EL USO Y APLICACIÓN DE LA PRUEBA PSICOLÓGICA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO PARA ADULTOS (BIEPS-A).**

Dr. SERGIO A. DOMÍNGUEZ LARA  
AUTOR DE LA ADAPTACIÓN DE LA PRUEBA PSICOLÓGICA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO PARA ADULTOS (BIEPS-A).

Estimado Dr. Sergio A. Domínguez Lara, por medio de la presente, Milagros Liseth Cabanillas Chávez identificada con DNI N°71507474 y Rebeca Paola Vargas Armas identificada con DNI N°71834668, siendo alumnas del VIII Ciclo del programa de Psicología de la Universidad Privada Antenor Orrego, ante usted nos presentamos para manifestarle lo siguiente:

Que, con la finalidad de ejecutar nuestro proyecto de tesis con miras a optar el título de licenciados en psicología en dicha universidad; acudimos a usted a fin solicitarles tenga a bien brindarnos su autorización para hacer uso de la prueba Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) que usted lo ha adaptado y estandarizo a nuestra realidad. Este instrumento será de utilidad para la toma de datos de nuestra muestra y por lo tanto esperamos tenga a bien brindarnos dicha autorización.

Nota: Estaremos esperando su respuesta a través de este medio.

Atte.

Trujillo 08 de agosto del 2020

---

Milagros Liseth Cabanillas Chávez

DNI N° 71507474

---

Rebeca Paola Vargas Armas

DNI N° 71834668

## Anexo 2. Formato de consentimiento informado

### FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a estudiantes universitarios del programa académico de psicología de la Universidad Privada Antenor Orrego.

Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es determinar las diferencias significativas en el bienestar psicológico según el factor género en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Trujillo-2020.
- El procedimiento consiste en responder a un cuestionario denominado Escala de Bienestar Psicológico para adultos (BIEPS-A).
- El tiempo de duración de mi participación es de 10 minutos.
- Puedo recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración.
- Soy libre de rehusarme a participar en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello me perjudique.
- No se identificará mi identidad y se reservará la información que yo proporcione. Sólo será revelada la información que proporcione cuando haya riesgo o peligro para mi persona o para los demás o en caso de mandato judicial.
- Mi participación se realizará a través de una plataforma virtual, es decir de manera no presencial.
- Puedo contactarme con las autoras de la investigación Milagros Liseth Cabanillas Chávez, Rebeca Paola Vargas Armas, mediante correo electrónico para presentar mis preguntas y recibir respuestas.

Finalmente, bajo estas condiciones.

Acepto                      No acepto

Ser partícipe de la investigación.

Trujillo, 15 de octubre de 2020.

En caso de alguna duda o inquietud sobre la participación en el estudio puedo escribir a los correos electrónicos: [mcabanillasc3@upao.edu.pe](mailto:mcabanillasc3@upao.edu.pe) / [rvargasa6@upao.edu.pe](mailto:rvargasa6@upao.edu.pe)

### Anexo 3. Formato de asentimiento informado

#### FORMATO DE ASENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a estudiantes universitarios del programa académico de psicología de la Universidad Privada Antenor Orrego.

Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es determinar las diferencias significativas en el bienestar psicológico según el factor género en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Trujillo-2020.
- El procedimiento consiste en responder a un cuestionario denominado Escala de Bienestar Psicológico para adultos (BIEPS-A).
- El tiempo de duración de la participación de mi menor hijo(a)/tutoriado(a) es de 10 minutos.
- Puedo recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración.
- Soy libre de rehusarme a que mi menor hijo(a) /tutoriado(a) participe en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello lo(a) perjudique.
- No se identificará la identidad de mi menor hijo(a)/tutoriado(a) y se reservará la información que proporcione. Sólo será revelada la información que proporcione cuando haya riesgo o peligro para su persona o para los demás o en caso de mandato judicial.
- Puedo contactarme con las autoras de la investigación Milagros Liseth Cabanillas Chávez, Rebeca Paola Vargas Armas, mediante correo electrónico para presentar mis preguntas y recibir respuestas.

Finalmente, bajo estas condiciones **ACEPTO** que mi menor hijo(a)/tutoriado(a) participe de la investigación.

Finalmente, bajo estas condiciones.

Acepto                      No acepto

Ser partícipe de la investigación.

Trujillo, 15 de octubre de 2020.

En caso de alguna duda o inquietud sobre la participación en el estudio puedo escribir a los correos electrónicos: [mcabanillasc3@upao.edu.pe](mailto:mcabanillasc3@upao.edu.pe) / [rvargasa6@upao.edu.pe](mailto:rvargasa6@upao.edu.pe)

#### **Anexo 4. Instrumento de Bienestar Psicológico BIEPS-A**

##### ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO BIEPS-A

Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: -estoy de acuerdo- ni de acuerdo ni en desacuerdo -estoy en desacuerdo- No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con una cruz (aspa) en uno de los tres espacios.

**A=** De Acuerdo

**NN=** Ni de Acuerdo ni en Desacuerdo

**D=** En Desacuerdo

<b>N°</b>	<b>ENUNCIADO</b>	<b>A</b>	<b>NN</b>	<b>D</b>
<b>1</b>	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
<b>2</b>	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
<b>3</b>	Me importa pensar que haré en el futuro.			
<b>4</b>	Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas			
<b>5</b>	Generalmente le caigo bien a la gente.			
<b>6</b>	Siento que podré lograr las metas que me proponga			
<b>7</b>	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
<b>8</b>	Creo que en general me llevo bien con la gente.			
<b>9</b>	En general hago lo que quiero, soy poco influenciable			
<b>10</b>	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
<b>11</b>	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			
<b>12</b>	Puedo tomar decisiones sin dudar mucho			
<b>13</b>	Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias			



## PROTOCOLOS DE RESPUESTAS

### ***CLAVES***

A	De Acuerdo	(3)
NN	Ni de Acuerdo ni en Desacuerdo	(2)
D	En Desacuerdo	(1)

Todos los ítems se califican de forma directa.

### ***PUNTAJE DIRECTO***

### ***PERCENTIL***

28	5
33	25
35	50
37	75
39	95

### DIMENSIONES

### ***Dimensiones BIEPS-A***

### ***Ítems***

Aceptación de sí – Control de situaciones	2, 11 y 13
Autonomía	4, 9 y 12
Proyectos	1, 3, 6 y 10
Vínculos Sociales	5, 7 y 8

## Anexo 5 Aporte de tablas

**Tabla 4**

*Escala general y nivel de Bienestar Psicológico por dimensiones en estudiantes de psicología según género, 2020.*

		<b>Mujeres</b>		<b>Hombres</b>	
		<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Escala general	Muy bajo	26	7.5	8	9.4
	Bajo	74	21.2	14	15.3
	Medio	182	52.8	39	45.9
	Alto	35	9.9	8	9.4
	Muy alto	30	8.7	18	20
<b>Total</b>		<b>347</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>

En el nivel de bienestar psicológico según escala general, se ubicaron en un nivel medio tanto hombres como mujeres con un porcentaje de 52.8% y 45.9%.

			<b>Mujeres</b>		<b>Hombres</b>	
			<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Aceptación de sí mismo - control de situaciones	Muy bajo		47	13.5	11	11.5
	Bajo		48	14.1	12	13.8
	Medio		92	26.2	20	24.1
	Alto		0	0	0	0
	Muy alto		160	46.1	44	50.6
Autonomía	Muy bajo		24	6.9	4	4.6
	Bajo		125	36	21	24.1
	Medio		141	40.6	33	37.9
	Alto		0	0	0	0
	Muy alto		57	16.4	29	33.3
Proyectos	Muy bajo		24	6.9	10	11.5
	Bajo		76	21.9	14	16.1
	Medio		64	18.4	16	18.4
	Alto		0	0	0	0
	Muy alto		183	52.7	47	54
Vínculos sociales	Muy bajo		37	10.7	14	16.1
	Bajo		41	11.8	13	14.9
	Medio		96	27.4	22	25.3
	Alto		0	0	0	0
	Muy alto		173	50.1	38	43.7
<b>Total</b>			<b>347</b>	<b>100</b>	<b>87</b>	<b>100</b>

En el nivel de bienestar psicológico según dimensiones se encontró, que en Aceptación de sí mismo – Control de situaciones, Proyectos, y Vínculos sociales tanto para hombres como mujeres se ubicaron en un nivel muy alto entre los 43.7% a 54%, y Autonomía en un nivel medio con un porcentaje de 37.9% a 40.6%.

**Tabla 5***Prueba de normalidad kolmogorov smirnov en la variable bienestar psicológico*

<b>Género</b>	<b>Variables</b>	<b>K-S</b>	<b>Sig.</b>	<b>P</b>
<b>Femenino</b>	Bienestar psicológico	0.134	0.000*	P<0.05
	Dimensiones Aceptación de sí mismo	0.250	0.000*	P<0.05
	Autonomía	0.136	0.000*	P<0.05
	Proyectos	0.282	0.000*	P<0.05
	Vínculos sociales	0.271	0.000*	P<0.05
<b>Masculino</b>	Bienestar psicológico	0.171	0.000*	P<0.05
	Dimensiones Aceptación de sí mismo	0.271	0.000*	P<0.05
	Autonomía	0.202	0.000*	P<0.05
	Proyectos	0.277	0.000*	P<0.05
	Vínculos sociales	0.237	0.000*	P<0.05

Nota: \*P<0.05; K-S=Kolmogorov Smirnov; Sig.=Significancia asintótica; P= valor de probabilidad

## Anexo 6 Baremos del instrumento

**Tabla 6**

*Percentiles de bienestar psicológico en estudiantes de psicología.*

PC	Aceptación de sí – Control de situaciones	Autonomía	Proyectos	Vínculos sociales	Bienestar psicológico
<b>1</b>	3	3	4	3	14
<b>2</b>	4	3	6	4	20
<b>3</b>	5	3	7	5	23
<b>4</b>	5	4	7	5	25
<b>5</b>	6	4	8	6	27
<b>10</b>	6	5	9	6	29
<b>15</b>	7	6	10	7	31
<b>20</b>	7	6	10	7	31
<b>25</b>	7	6	10	8	32
<b>30</b>	8	6	11	8	33
<b>35</b>	8	6	11	8	33
<b>40</b>	8	6	11	8	34
<b>45</b>	8	7	11	8	34
<b>50</b>	8	7	12	8	34
<b>55</b>	9	7	12	9	35
<b>60</b>	9	7	12	9	35
<b>65</b>	9	8	12	9	36
<b>70</b>	9	8	12	9	36
<b>75</b>	9	8	12	9	37
<b>80</b>	9	8	12	9	38
<b>85</b>	9	9	12	9	38
<b>90</b>	9	9	12	9	39
<b>95</b>	9	9	12	9	39
<b>99</b>	9	9	12	9	39
<b>100</b>	9	9	12	9	39
<b>N</b>	<b>434</b>	<b>434</b>	<b>434</b>	<b>434</b>	<b>434</b>
<b>Suma</b>	<b>3463</b>	<b>3005</b>	<b>4738</b>	<b>3492</b>	<b>14698</b>
<b>Mínimo</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>13</b>
<b>Máximo</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	<b>39</b>
<b>Media</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>34</b>
<b>Mediana</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>34</b>
<b>Moda</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	<b>33</b>
<b>Rango</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>26</b>
<b>Varianza</b>	<b>1.7</b>	<b>2.3</b>	<b>2.6</b>	<b>1.6</b>	<b>19.4</b>
<b>Desv. Desviación</b>	<b>1.3</b>	<b>1.5</b>	<b>1.6</b>	<b>1.3</b>	<b>4.4</b>

**Tabla 7***Baremos o Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de psicología*

<b>Variables</b>	<b>Nivel</b>	<b>Percentiles</b>	<b>Puntaje</b>	
<b>Bienestar psicológico</b>	Muy bajo	0% -5%	14-28	
	Bajo	6% -25%	29-32	
	Medio	26% - 75%	33-37	
	Alto	76% -94%	38	
	Muy alto	95% - 100%	39	
<b>Dimensiones</b>	Aceptación de sí mismo - Control de situaciones	Muy bajo	0% -5%	3-6
		Bajo	6% -25%	7
		Medio	26% - 75%	8
		Alto	76% -94%	-
		Muy alto	95% - 100%	9
	Autonomía	Muy bajo	0% -5%	3-4
		Bajo	6% -25%	5-6
		Medio	26% - 75%	7-8
		Alto	76% -94%	-
		Muy alto	95% - 100%	9
	Proyectos	Muy bajo	0% -5%	4-8
		Bajo	6% -25%	9-10
		Medio	26% - 75%	11
		Alto	76% -94%	-
		Muy alto	95% - 100%	12
	Vínculos sociales	Muy bajo	0% -5%	3-6
		Bajo	6% -25%	6-7
		Medio	26% - 75%	8
		Alto	76% -94%	-
		Muy alto	95% - 100%	9