

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA



TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

“Bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de psicología,
según género de una universidad particular de Piura”

Área de Investigación:

Psicología positiva

Autor:

Feria Castillo, Angie Jesús

Jurado Evaluador:

Presidente: Paredes Gamarra, Yelitza Priscilla

Secretario: Niño Tezen, Lourdes Angélica

Vocal: Vélez Sancarranco, Miguel Alberto

Asesor:

Quintanilla Castro, María Cristina

Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-9677-3152>

PIURA – PERÚ

2024

Fecha de sustentación: 03/ 05/ 2024

informe de tesis

INFORME DE ORIGINALIDAD

9%

INDICE DE SIMILITUD

9%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.upao.edu.pe

Fuente de Internet

6%

2

hdl.handle.net

Fuente de Internet

1%

3

ccd.ucam.edu

Fuente de Internet

1%

4

repositorio.autonmadeica.edu.pe

Fuente de Internet

1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Activo



Dra. María C. Quintanilla Castro
C.Ps. 8441

María Cristina Quintanilla Castro

Declaración de originalidad

Yo, María Cristina Quintanilla Castro, docente del Programa de Estudio de Psicología, de la Universidad Privada Antenor Orrego, asesor de la tesis de investigación titulada “Bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología, según género de una Universidad Particular de Piura”, autor Feria Castillo Angie, de constancia de lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de 9%. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software Turnitin el (24 de mayo del 2024).
- He revisado con detalle dicho reporte y la tesis, y no se advierte indicios de plagio.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las normas establecidas por la Universidad.

Piura, 24 de mayo del 2024.



Dra. María C. Quintanilla Castro
C.Ps. 8441

María Cristina Quintanilla Castro
18167629
0000-0001-9677-3152



Angie Jesús Feria Castillo
73067447

**“BIENESTAR PSICOLÓGICO DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA, SEGÚN GÉNERO DE UNA UNIVERSIDAD
PARTICULAR DE PIURA”**

PRESENTACIÓN

A todos los integrantes pertenecientes del jurado calificador

Acorde a los lineamientos actuales y con los requisitos indicados por el reglamento de grados y Títulos de la Universidad Privada Antenor Orrego, facultad de Medicina Humana, Escuela Profesional de Psicología, tengo el presente de dejar a su apreciación y criterio profesional dicho trabajo de investigación realizado bajo el nombre de “Bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología, según género de una Universidad Particular de Piura” con el objetivo de obtener el título profesional de Licenciada en Psicología. Así mismo dicha investigación se encuentra basada en establecer las diferencias según género de los niveles de Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.

De tal modo tengo la certeza de que dicha investigación será evaluada con honestidad y de manera justa, mostrando capacidad absoluta en su toma de decisiones, es por ello que agradezco sus comentarios y apreciaciones ante esta determinada investigación.

Angie Feria Castillo

DEDICATORIA

A mi madre, la mujer que me acompaño y me motivo en cada etapa de mi vida y que con sus palabras y acciones de amor hicieron que no me dé por rendida, aquella mujer que hizo hasta lo imposible por apoyar cada uno de mis sueños, aquella que con dedicación y esfuerzo está haciendo que yo cumpla uno de mis objetivos, siempre acompañándome y alentándome a su manera, gracias mamá por tu amor incondicional, esto será por nosotras.

Angie Feria Castillo

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a la obra divina que existe en este universo llamado Dios, aquel ser que me cuida y me permite establecerme como una persona digna y merecedora de esta vida.

Agradezco a mi madre, aquella mujer que me ayudo a crecer primero como persona y así mismo se convirtió en mi mayor fuente de apoyo.

Agradezco a cada docente que se cruzó en mi camino y me brindo sus conocimientos, aquellos profesores que nunca olvidare porque se convirtieron en maestros de vida y de profesión, aquellos que marcaron un antes y un después y que el día de hoy me permiten contar con saberes de esta linda y tan dedicada profesión.

Angie Feria Castillo

ÍNDICE DE CONTENIDO

PRESENTACIÓN	5
DEDICATORIA.....	6
AGRADECIMIENTOS	7
ÍNDICE DE CONTENIDO	8
ÍNDICE DE TABLAS	11
RESUMEN.....	13
ABSTRACT	14
CAPITULO I	15
1.1. EL PROBLEMA.....	16
1.1.1. Delimitación del problema	16
1.1.2. Formulación del problema.....	19
1.1.3. Justificación del estudio.....	19
1.1.4. Limitaciones.....	19
1.2. OBJETIVOS	20
1.2.1. Objetivo general	20
1.2.2. Objetivos específicos.....	20
1.3. HIPÓTESIS	21
1.3.1. Hipótesis general.....	21
1.3.2. Hipótesis específicas.....	21

1.4. VARIABLES E INDICADORES	22
1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN	22
1.5.1. Tipo de investigación.....	22
1.5.2. Diseño de investigación.....	23
1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	23
1.6.1. Población.....	23
1.6.2. Muestra.....	25
1.6.2. Muestreo.....	27
1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	27
1. 7. 1. Técnica:	27
1. 7. 2. Instrumento:.....	28
1.8. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	28
1.9. ANÁLISIS ESTADÍSTICO.....	29
CAPITULO II	30
2.1. Antecedentes	31
2.1.1. A nivel Internacional	31
2.1.2. A Nivel Nacional	34
2.1.3 A nivel Regional y local	36
2.2. Marco teórico	37
2.2.1. Definición de Bienestar Psicológico:	38
2.2.2. Teorías explicativas del Bienestar Psicológico:	42

2.3. Marco conceptual.....	45
2.3.1. Bienestar psicológico.....	45
2.3.2 Dimensiones del Bienestar Psicológico	39
CAPITULO III	47
CAPITULO IV	57
CAPITULO V	71
Conclusiones.....	72
Recomendaciones	74
CAPITULO VI REFERENCIAS Y ANEXOS.....	75
Referencias	76
Anexos	84
Anexo 1: Instrumento de recolección de datos	84
Anexo 2: Consentimiento informado.....	90
Anexo 3: Asentimiento informado.....	91
Anexo 4: Solicitud de permiso	92
Anexo 5: Autorización de la autora de la adaptación	93
Anexo 6: Prueba de normalidad	94

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Tamaño Poblacional de los Estudiantes de la Escuela de Psicología de una Universidad Particular de Piura en el Semestre 2022-10</i>	25
Tabla 2 <i>Tamaño Muestral de los Estudiantes Según Género de la Escuela de Psicología de una Universidad Particular de Piura en el Semestre 2022-10</i>	27
Tabla 3 <i>Comparación según género del Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura. ...</i>	48
Tabla 4 <i>Frecuencia de los niveles del Bienestar Psicológico en durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de género masculino de psicología de una Universidad Particular de Piura</i>	49
Tabla 5 <i>Frecuencia de los niveles del Bienestar Psicológico en durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de género femenino de psicología de una Universidad Particular de Piura</i>	50
Tabla 6 <i>Comparación según género en la dimensión de autoaceptación durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura</i>	51
Tabla 7 <i>Comparación según género en la dimensión de relaciones positivas durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.</i>	52
Tabla 8 <i>Comparación según género en la dimensión de propósito de la vida durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura</i>	53

Tabla 9 <i>Comparación según género en la dimensión de crecimiento personal durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura</i>	54
Tabla 10 <i>Comparación según género en la dimensión de autonomía durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura</i>	55
Tabla 11 <i>Comparación según género en la dimensión de dominio del entorno durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura</i>	56
Tabla 12 <i>Prueba de Normalidad Kolmogorov-Smirnov del Instrumento: Escala de Bienestar Psicológico</i>	94

RESUMEN

El presente informe de investigación tuvo como principal intención establecer de qué forma se diferenciaban los niveles de Bienestar Psicológico según género durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura. Se constituyó una muestra de 120 estudiantes de la escuela de Psicología de una Universidad Particular de Piura, donde se efectuó un muestreo probabilístico, de los cuales 60 fueron mujeres y 60 fueron hombres. El tipo de estudio realizado fue sustantivo y así mismo el diseño que se llevó a cabo fue descriptivo – comparativo. El instrumento que se utilizó fue Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff (2008). Respecto a los resultados, se halló a través de la prueba estadística de U de Mann-Whitney que prevalece diferencias entre el género masculino y femenino ($U=1387,500$; $p= <.05$) de acuerdo a su bienestar psicológico, encontrándose un promedio de 53,63% en el grupo de estudio masculino y en el femenino el promedio es de 67,38%. En donde, las mujeres presentan un mayor promedio.

Palabras clave: Bienestar Psicológico, Universitarios, Género, Covid - 19

ABSTRACT

The main intention of this research report was to establish how the levels of Psychological Well-being differed according to gender during the COVID-19 pandemic in Psychology students from a Private University in Piura. A sample of 120 students from the School of Psychology of a Private University of Piura was constituted, where a probabilistic sampling was carried out, of which 60 were women and 60 were men. The type of study carried out was substantive and likewise the design that was carried out was descriptive – comparative. The instrument used was Carol Ryff's (2008) Psychological Well-being Scale. Regarding the results, it was found through the Mann-Whitney U statistical test that differences prevail between the male and female gender ($U=1387,500$; $p= <.05$) according to their psychological well-being, finding an average of 53.63% in the male study group and in the female study group the average is 67.38%. Where, women have a higher average.

Keywords: Psychological Well-being, University, Students, Gender, Covid - 19

CAPITULO I
MARCO METODOLOGICO

1.1. EL PROBLEMA

1.1.1. Delimitación del problema

Dada la situación de aislamiento social que ha prevalecido en los últimos años debido a la extensa propagación del contagio por SARS-CoV-2, junto con las múltiples pérdidas de seres queridos que se han experimentado, ha surgido la necesidad imperiosa de priorizar el bienestar psicológico (BP). Según señalan Acevedo y Guevara (2021), se han observado diversas alteraciones psicológicas, tales como niveles elevados de ansiedad, estrés y tristeza, especialmente en individuos que tienen una predisposición a enfrentar dificultades psicológicas.

A nivel mundial, es posible confirmar que los trastornos de salud mental han aumentado mientras concurría la pandemia originada por el virus COVID-19, siendo que fue declarada por finalizada el 5 de mayo del presente año (OMS, 2023), lo cual ha repercutido en las personas jóvenes, sobre todo en el modo de vivir su ciclo vital pues se estima que el 46% indica un nivel bajo para realizar actividades que usualmente disfrutaba, lo cual hace referencia a una baja motivación, una situación que genera una elevada inquietud por lo que sucede, así mismo un 73% de la población ha venido manifestado una carencia de ayuda en cuestión de su bienestar mental y físico (Sierra, 2020).

A pesar de lo mencionado anteriormente el 40% decidió no pedir ayuda, lo cual el valor de porcentaje va en aumento, tal es el caso de las mujeres presentando un 43%. Así mismo los mecanismos principales donde buscan ayuda, se encuentran los hospitales y centros de salud especializados para atender problemas de salud mental con un 50%, siguiendo por los locales cultistas 26% y un 23% los medios de internet (Hernández, 2020).

De la misma forma la Organización Mundial de la Salud (OMS), determina que el índice de muerte en las personas jóvenes ha incrementado en América Latina, en la cual una de las razones más comunes de morir es el suicidio, siendo representadas por un 30%. Por lo que correspondería que el 50% no tuvieron un diagnóstico temprano, conllevando así uno de las razones del suicidio a nivel mundial; con dicha conclusión de los resultados se tiene una estima de que las víctimas podrían aumentar a 1,5 millones (Cuenca, et al., 2020).

También, es importante mencionar que varios estudios refieren una relación entre el bienestar psicológico y problemas de la salud mental, como con la ideación suicida y con la falta de resiliencia (Rebaza, 2021; Pérez y Mayorga, 2022; Ramírez, 2019), el cual refiere específicamente que las ideaciones suicidas se encontraban estrechamente relacionadas con algunas dimensiones del bienestar psicológico. En ese sentido, se puede analizar de los datos anteriores que, en América Latina durante la pandemia, un aproximado del 50% de jóvenes cometió suicidio muy probablemente debido a un bajo manejo del ambiente, un escaso propósito para vivir y un concepto propio erróneo, propio de un bajo bienestar psicológico.

En el contexto nacional encontramos la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar [ENDES] del INEI (2022), el 32.3% de jóvenes de 15 a 29 años experimentaron problemas de salud mental en los últimos 12 meses, siendo más prevalentes en mujeres jóvenes (30.2%) que en hombres (22.9%); además, el 23% de los jóvenes se sintió desanimado, deprimido o sin esperanza, y el 5.6% tuvo pensamientos suicidas. El elevado número de jóvenes que informaron dificultades mentales como desánimo, depresión o pensamientos suicidas indica una clara afectación en su bienestar psicológico, lo que resalta la necesidad urgente de abordar la salud mental juvenil y promover estrategias para superar estos desafíos, por ello,

es crucial implementar políticas y programas que mejoren el acceso a servicios de salud mental y proporcionen el apoyo psicológico necesario para asegurar el bienestar completo de la juventud peruana.

A modo de síntesis, se comprende que han surgido diversas problemáticas que han afectado áreas en la vida del adolescente, generando desde padecimientos fisiológicos, pasando por trastornos psicológicos y malestares emocionales, hasta complicaciones al momento de interactuar con el mundo exterior y con quienes le rodean. Todos estos padecimientos deben su origen o prevalencia a un inadecuado estado psicológico positivo, influyendo de forma relevante al aumentar los trastornos mentales como ansiedad y depresión, entre otros males psico-emocionales que se viven de una manera todavía más intensa en la edad adolescente.

El vacío de información en este contexto destaca la ausencia de detalles sobre las medidas específicas para abordar la creciente crisis de salud mental entre los jóvenes peruanos, particularmente durante la pandemia de COVID-19. Aunque se presentan datos alarmantes sobre los trastornos de salud mental y las tasas de suicidio, no se mencionan acciones que promuevan la conciencia pública sobre el bienestar psicológico ni cómo se eliminan las barreras de acceso a los servicios de salud mental. Este vacío de información resalta la necesidad de investigaciones que comparen el bienestar psicológico entre hombres y mujeres adolescentes para comprender mejor las diferencias de género en la salud mental y desarrollar intervenciones adecuadas.

Dado las diversas problemáticas señaladas, a criterio de la investigadora urge determinar la comparación de los niveles de BP en el trascurso de la crisis sanitaria y aislamiento social generados por COVID-19 en universitarios de Psicología según género, ya que esta población conforma a los futuros profesionales que se encargaran

de velar por la salud mental de las personas. Siendo importante identificar el nivel en el que se encuentra dicha población. Lo cual a través de esta investigación se puede enmarcar si el grado en el que los universitarios se encuentran está dentro un alto nivel, medio o bajo, así mismo saber que género manifiesta resultados más altos y más bajos a nivel de Bienestar Psicológico.

1.1.2. Formulación del problema

¿Cuáles son las diferencias en los niveles de Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología, según género de una Universidad Particular de Piura?

1.1.3. Justificación del estudio

La presente tesis se justifica en razón de los siguientes criterios:

Desde un enfoque práctico, porque a partir de los resultados de investigación se podrían diseñar programas a favor del bienestar psicológico de los estudiantes universitarios.

Esta investigación es socialmente relevante porque aborda un aspecto crucial de la salud mental que afecta a un amplio espectro de la población y tiene el potencial de generar un impacto positivo significativo en el bienestar emocional y social de la sociedad en su conjunto.

A nivel de conveniencia porque el estudio beneficia directamente a los estudiantes de Psicología de la Universidad Particular de Piura, pero también tiene implicaciones para otros grupos, como autoridades universitarias, profesionales de la salud mental, investigadores y la comunidad universitaria en general.

1.1.4. Limitaciones

-El proyecto se basa en el planteamiento e instrumento de Bienestar Psicológico realizados por Ryff (2008), por lo tanto, esta construcción teórica puede

aplicarse específicamente a jóvenes universitarios en la situación actual y en el ámbito nacional.

-Los resultados de este estudio podrían aplicarse solamente a grupos similares al de la muestra.

-Escasez de antecedentes regionales, respecto a las variables de la investigación.

1.2. OBJETIVOS

1.2.1. *Objetivo general*

Establecer las diferencias en los niveles de Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología, según género de una Universidad Particular de Piura.

1.2.2. *Objetivos específicos*

- Determinar los niveles de bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de género masculino de psicología de una Universidad Particular de Piura.
- Determinar los niveles de bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de género femenino de psicología de una Universidad Particular de Piura.
- Identificar las diferencias según género en la dimensión de autoaceptación durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.
- Identificar las diferencias según género en la dimensión de relaciones positivas durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.

- Identificar las diferencias según género en la dimensión de propósito de la vida durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.
- Identificar las diferencias según género en la dimensión de crecimiento personal durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.
- Identificar las diferencias según género en la dimensión de autonomía durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.
- Identificar las diferencias según género en la dimensión de dominio del entorno durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.

1.3. HIPÓTESIS

1.3.1. Hipótesis general

Existen diferencias en los niveles de Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura.

1.3.2. Hipótesis específicas

- Existen diferencias en el nivel de Autoaceptación en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura.
- Existen diferencias en el nivel de Crecimiento personal en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura.
- Existen diferencias en el nivel de Relaciones positivas en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura.

- Existen diferencias en el nivel de Autonomía en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura.
- Existen diferencias en el nivel de Propósito de la vida en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura.
- Existen diferencias en el nivel de Dominio del entorno en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura.

1.4. VARIABLES E INDICADORES

Variable:

Bienestar psicológico

Dimensiones:

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

1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN

1.5.1. Tipo de investigación

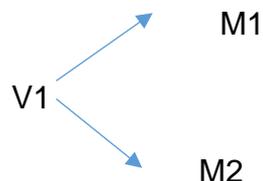
La investigación sustantiva o básico se refiere a un tipo de estudio que busca comprender y explicar un fenómeno específico en profundidad, la cual se caracteriza por analizar detalladamente las causas, relaciones y procesos que subyacen al fenómeno estudiado, con el objetivo de generar un conocimiento significativo y profundo sobre el tema en cuestión, y a menudo se basa en teorías existentes y utiliza

métodos cualitativos y cuantitativos para recopilar y analizar datos de manera rigurosa (Arias y Covinos, 2021).

1.5.2. Diseño de investigación

El informe aquí presente tiene un diseño descriptivo, no experimental y comparativo, ya que se centra en describir y comparar diferentes aspectos, variables o fenómenos entre dos o más grupos, contextos o situaciones, lo que implica analizar las similitudes y diferencias entre los grupos de interés con el fin de comprender mejor sus características o relaciones (Mullo, 2021).

Esquema:



Donde:

V1: Variable- Bienestar Psicológico.

M1: Estudiantes varones de psicología

M2: Estudiantes femeninas de psicología.

1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA

1.6.1. Población

La "población" se refiere al conjunto total de individuos que comparten una característica común objeto de estudio, la cual puede ser de cualquier tamaño y se extrae una muestra representativa para realizar análisis; para el caso de este estudio, se trata de una población finita que tiene un número definido y contable de elementos, como todos los estudiantes de una escuela específica, mientras que una población infinita tiene un número ilimitado de elementos (Arias y Covinos, 2021). La población

del presente informe agrupa a 630 estudiantes de la escuela de psicología de una Universidad Particular de Piura dentro del semestre 2022-10.

Criterios de inclusión:

- Todos los estudiantes de psicología matriculados en el semestre 2022-10.
- Estudiantes de psicología de los ciclos 1ero al 10mo.
- Estudiantes de psicología mayores de edad que hayan confirmado consentimiento informado.
- Estudiantes de psicología menores de edad cuyos padres hayan confirmado asentimiento informado.
- Estudiantes que hayan completado de manera exitosa el instrumento.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes de psicología matriculados en el semestre previos al 2022-10, o posteriores a dicho semestre.
- Estudiantes de psicología que hayan disentido o ignorado de firmar el consentimiento informado.
- Estudiantes de psicología menores de edad que participaron sin que sus padres les hayan otorgado el consentimiento informado.
- Estudiantes que hayan aplicado el cuestionario de manera incompleta.

Tabla 1

Tamaño Poblacional de los Estudiantes de la Escuela de Psicología de una Universidad Particular de Piura en el Semestre 2022-10

Estudiantes de la Escuela de Psicología	N	%
Masculino	351	55,71%
Femenino	279	44,29%
Total	630	100%

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 1 es evidente el número de la población de los universitarios pertenecientes a la escuela de psicología de la universidad evaluada, en el semestre 2022-10, donde los estudiantes de la categoría “Masculino” conforman la mayoría (55,71%), en contraste con los estudiantes de la categoría “Femenino” (44,29%).

1.6.2. Muestra

Una muestra es un grupo representativo seleccionado de una población total para participar en un estudio que refleja las características de la población general; en este caso, se empleó una muestra aleatoria simple ya que se ha llevado método de selección en el que cada miembro de la población tenía la misma probabilidad de ser seleccionado, asegurando una representación imparcial y simplificando el proceso de selección (Arias y Covinos, 2021). Mediante el uso de la presente fórmula estadística (Cortés et al., 2020):

$$n = \frac{N\sigma^2Z^2}{(N-1)e^2 + \sigma^2Z^2}$$

Donde:

N = Tamaño poblacional (630).

σ = Desviación estándar poblacional (0.5).

Z = Número producto tras distribuir de forma normal con el fin de obtener un nivel del 95% de confianza (1,96).

e = Número permitido para el margen de error muestral (0,05).

n = Número de muestra mínimo.

Se hizo el cálculo:

$$n = \frac{(630)(0,5)^2(1,96)^2}{(630-1)(0,05) + (0,5)^2(1,96)^2}$$

$$n = 120$$

120 = Tamaño mínimo de la muestra

Obteniéndose como resultado que 120 fue el número mínimo de estudiantes que debieron formar (y formaron) el número de participantes de muestra. Es así como se presenta a 120 sujetos que formaron parte de la muestra.

Tabla 2

Tamaño Muestral de los Estudiantes Según Género de la Escuela de Psicología de una Universidad Particular de Piura en el Semestre 2022-10

Estudiantes	N	%
Masculino	60	50%
Femenino	60	50%
Total	120	100%

Fuente: Elaboración propia

1.6.2. Muestreo

Se hizo uso de un muestreo probabilístico aleatorio simple, el cual es una técnica estadística en la que cada miembro de una población tiene la misma probabilidad de ser seleccionado para formar parte de una muestra, donde además se sigue un proceso de selección aleatoria que garantiza la representatividad de la muestra respecto a la población, siendo así que este método es fundamental para realizar inferencias precisas sobre la población basadas en los datos recopilados de la muestra seleccionada (Arias y Covinos, 2021).

1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

1.7.1. Técnica:

Para el presente estudio, se emplean técnicas de evaluación psicométrica con instrumentos validados y confiables para medir variables específicas, garantizando la precisión y fiabilidad de los datos en la investigación psicológica (Jiménez G., Jiménez M. y Ríos, 2024).

1. 7. 2. Instrumento:

El instrumento del que se hizo empleo fue (EBP) de Carol Ryff (2008) adaptado por Cienfuegos (2022), la administración se puede realizar de manera individual como también de manera general; la aplicación de la prueba es de un rango de veinte minutos, siendo su aplicación a adolescentes como a adultos de género femenino y masculino, con un nivel de cultura mínima. Las áreas que evalúa se basan en 6 las dimensiones de Carol Ryff (2008), las cuales están relacionadas entre sí y conforman un total de 39 ítems en total, siendo así escala de tipo Ordinario.

En cuanto a la validez, el instrumento fue adaptado y validado en Piura - Perú, la metodología que se empleo fue no experimental – transversal e instrumental, con lo que respecta al contenido, se obtuvieron valores superiores al 0.70, así mismo el constructo refirió un puntaje de 0.865 (Cienfuegos, 2022).

En cuanto a lo confiable del instrumento, se obtuvo 0.732 y con lo que respecta a las dimensiones los valores fluctuaban de 0.653 a 0.731, y finalmente se estableció tres estratos las cuales fueron nivel Bajo, Medio y Alto, a modo de conclusión general, se concluyó que la escala manifiesta niveles óptimos con lo que respecta a la confiabilidad y validez en la población considerada (Cienfuegos, 2022).

1.8. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Se presentó inicialmente una solicitud de permiso a la dirección de la Escuela de Psicología a través de correo electrónico, detallando la investigación y los permisos necesarios, así como los modelos de consentimiento informado e instrumentos a aplicar. Posteriormente, se coordinó con cada docente, utilizando los contactos proporcionados por la dirección, por lo que se realizó una sesión a través de la plataforma de reuniones virtuales Zoom, con el objetivo de enviar a cada estudiante seleccionado el enlace al consentimiento informado y/o asentimiento informado, junto

con los requerimientos sociodemográficos y las instrucciones correspondientes, con el fin de que pudieran completar los instrumentos mediante un formulario en Google Forms, asegurando la confidencialidad y el anonimato del proceso. Finalmente, los resultados se registraron en Microsoft Excel.

1.9. ANÁLISIS ESTADÍSTICO

Una vez obtenida la base de datos en Excel, esta se transfirió al software estadístico SPSS 25. En este programa, en primer lugar, se calcularon las frecuencias (resultados descriptivos) del bienestar psicológico junto con sus respectivos porcentajes (resultados descriptivos). Posteriormente, se realizó una prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para verificar la distribución de los valores, determinando si era normal o no (no era normal). Basándose en los resultados de esta prueba, se aplicó la prueba U de Mann-Whitney (que es un estadístico no paramétrico) para examinar las diferencias de género con respecto a la variable de estudio. Una vez obtenidos los valores, se crearon tablas que reflejaban los resultados siguiendo las normas APA, junto con sus respectivas descripciones.

CAPITULO II
MARCO REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. A nivel Internacional

Reche (et al., 2022) formularon una investigación donde su objetivo fue investigar el impacto percibido en el bienestar psicológico, la vitalidad subjetiva y la fortaleza mental de deportistas adolescentes mexicanos durante el confinamiento, considerando variables como sexo, edad y tipo de deporte, y examinar el papel predictivo de diversas variables en el bienestar psicológico de estos deportistas. La muestra estuvo compuesta por 522 deportistas de alto nivel, con una distribución de género equilibrada y una edad promedio de 16 años. Los participantes fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico basado en la disponibilidad de deportistas de alto rendimiento durante el periodo de confinamiento. En cuanto a la metodología, se administraron cuestionarios que incluían la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J), la Escala de Vitalidad Subjetiva y la versión traducida del Mental Toughness Inventory (MTI). Los resultados mostraron que el 15% de los deportistas percibían un bajo bienestar psicológico, siendo la autoaceptación el área más afectada. Además, se observó que los varones mostraron un mayor bienestar psicológico, vitalidad y fortaleza mental en comparación con las mujeres. La fortaleza mental fue la variable que mejor explicó los niveles de bienestar psicológico, representando un 37%. En conclusión, se recomendó implementar intervenciones positivas de tercera generación en los programas de atención al deportista después del confinamiento, así como continuar explorando variables que puedan predecir el bienestar psicológico en este grupo poblacional.

Carreño, Bobadilla y Cardoso (2021) realizaron un estudio con el fin de identificar los niveles de bienestar psicológico en estas poblaciones estudiantiles. Participaron en la investigación 151 universitarios de ambas licenciaturas, con edades

comprendidas entre los 18 y los 22 años, distribuidos en los semestres segundo, cuarto, sexto y octavo. Se utilizó un diseño no experimental y una muestra de conveniencia, seleccionando a los participantes en función de su disponibilidad y pertenencia a las licenciaturas mencionadas. Se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (2008), que evalúa seis dimensiones del bienestar psicológico, para medir el nivel de bienestar en los universitarios participantes. Los resultados indicaron que en la dimensión de autoaceptación, el 62% de los estudiantes obtuvieron un puntaje bajo, mientras que el 27% obtuvo un puntaje alto. En cuanto al crecimiento personal, el 45% de los estudiantes obtuvo un puntaje medio, y el 14% un puntaje alto. Se destacó la importancia de desarrollar programas de intervención que promuevan la asistencia educativa especializada para el bienestar psicológico de los universitarios, así como la implementación de estrategias de prevención en todos los niveles de la institución. Se concluyó que los niveles medio y bajo de bienestar psicológico fueron los más comunes entre los estudiantes de la Normal Tejupilco, México, lo que subraya la necesidad de considerar el contexto y las circunstancias que enfrentan en su vida diaria.

Ruiz (et al., 2020), formuló una investigación, para ello, se utilizó el Test de Bienestar Psicológico de Carol Ryff (2008), el cual fue digitalizado y enviado a los participantes para su cumplimentación. En total, participaron 733 estudiantes universitarios en el estudio. Se utilizó un diseño no experimental y un muestreo de conveniencia para seleccionar a los participantes, asegurando el control en el número de respuestas por test y en su contenido. Los resultados del estudio revelaron que la mayoría de los participantes, específicamente el 71.9%, reportaron un nivel alto de bienestar psicológico. Además, el 25.4% indicó un nivel moderado, mientras que solo un pequeño porcentaje, el 1.6%, reportó un nivel bajo de bienestar psicológico. Por

otro lado, se observó que ni el semestre académico ni el sexo de los participantes tuvieron una influencia significativa en su bienestar psicológico durante este contexto de aislamiento y pandemia. En conclusión, este estudio sugiere que la mayoría de los estudiantes universitarios mantuvieron niveles positivos de bienestar psicológico a pesar de las circunstancias desafiantes provocadas por la pandemia.

Así mismo Araque et al. (2020) elaboraron una indagación con el objetivo principal fue analizar cómo las características sociodemográficas se relacionan con el bienestar psicológico durante este periodo inicial de aislamiento. La muestra estuvo conformada por 1631 estudiantes de ambos sexos, quienes fueron seleccionados durante el comienzo de la cuarentena. Se utilizaron técnicas de muestreo no probabilístico para garantizar una representación diversa de la población estudiantil. Los participantes fueron evaluados mediante la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, la cual permite medir diversas dimensiones del bienestar. Los resultados revelaron que los estudiantes con mayores niveles de bienestar psicológico eran, en su mayoría, mujeres, personas solteras y pertenecientes a estratos socioeconómicos altos. Se encontró una asociación significativa entre aquellos que recibían tratamiento psiquiátrico y niveles más bajos de bienestar psicológico. La mayoría de los estudiantes mostraron niveles medios de bienestar, destacándose en dimensiones como el propósito de vida, el crecimiento personal y la autoaceptación. En conclusión, durante el inicio de la cuarentena, el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios no se vio significativamente afectado, lo que sugiere una adecuada capacidad de afrontamiento en ese momento. Sin embargo, se destaca la importancia de seguir monitoreando el impacto psicológico a medida que el tiempo de confinamiento avanza.

2.1.2. A Nivel Nacional

Benites (2021) formuló una tesis en donde la muestra incluyó estudiantes de diferentes instituciones, con edades entre 18 y 25 años y una distribución equilibrada por género. Se utilizó un enfoque no probabilístico para seleccionar a los participantes. La metodología se dividió en seis capítulos, abordando la problemática, objetivos, bases teóricas, hipótesis, metodología, resultados y conclusiones. Los resultados revelaron un impacto significativo del COVID-19 en el bienestar psicológico de los estudiantes, destacando diferencias según género, edad y tipo de institución. Se enfatizó la necesidad de intervenciones específicas para apoyar la salud mental de los estudiantes durante crisis sanitarias.

Santamaría (2020) elaboró un estudio en donde se centró en analizar la relación entre los rasgos de personalidad, la ansiedad, el bienestar psicológico y el uso de redes sociales en estudiantes de psicología del Tecnológico de Antioquia-Institución Universitaria, sede Robledo, en Medellín, con edades comprendidas entre 18 y 30 años. La muestra consistió en estudiantes de esta carrera, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se recolectaron datos a través de diversos instrumentos, como pruebas de personalidad, cuestionarios de ansiedad, encuestas de bienestar psicológico y registros de uso de redes sociales, y se realizaron análisis estadísticos para examinar la relación entre estas variables. Los resultados revelaron que existía una relación entre los rasgos de personalidad, la ansiedad, el bienestar psicológico y el uso de redes sociales. Se observaron niveles bajos y moderados de ansiedad, un bienestar psicológico positivo independientemente del tiempo de uso de redes sociales y diferencias en los rasgos de personalidad, con altos niveles de neuroticismo, extraversión y apertura a la experiencia, y bajos niveles de amabilidad y responsabilidad. En conclusión, estos

hallazgos resaltan la importancia de considerar estos factores en la salud mental y el bienestar de los estudiantes universitarios, así como en el manejo adecuado de las redes sociales para promover un entorno más saludable.

Rivera y Farfán (2020) formularon un estudio en donde se centraron en examinar la conexión entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de tercer año en una universidad específica de Lima Este. La muestra estuvo compuesta por 68 estudiantes, todos del tercer año de la carrera y con edades entre 18 y 23 años. Se emplearon dos instrumentos de medición adaptados al contexto peruano: la Escala de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) y la Escala de Bienestar Psicológico (SPWB). Los resultados revelaron una relación significativa y positiva entre el bienestar psicológico de los estudiantes y dos estilos de afrontamiento al estrés: centrado en el problema y centrado en la emoción. Estos hallazgos sugieren que el uso de estas estrategias de afrontamiento puede estar asociado con un mayor bienestar psicológico en este grupo específico de estudiantes universitarios.

Finalmente, Mamani, Mamani y Aquize (2021) realizaron un estudio en donde se enfocaron en analizar la relación entre la madurez psicológica y el bienestar psicológico en estudiantes de cuarto y quinto grado de educación secundaria de una Institución Educativa Privada de Juliaca. Para ello, se aplicaron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y el cuestionario de Madurez Psicológica (PSYMAS) a una muestra de 78 estudiantes de ambos sexos, utilizando un enfoque no experimental y de corte transversal. Los resultados mostraron que el 61.5% de los estudiantes exhibieron un nivel moderado de madurez psicológica, mientras que el 100% mostró un nivel bajo de bienestar psicológico. Además, se encontraron correlaciones significativas entre la madurez psicológica y el bienestar psicológico. Esto sugiere que

los adolescentes con mayor madurez psicológica tienen más probabilidades de experimentar sensaciones placenteras y satisfacción personal en sus vidas.

2.1.3 A nivel Regional y local

Guzmán y Requena (2021) realizaron una investigación en donde se centraron en analizar si hay diferencias en los niveles de bienestar psicológico entre los estudiantes de psicología que están realizando prácticas pre profesionales en dos universidades privadas de Piura. Para ello, se contó con la participación de 87 estudiantes en total, distribuidos entre las dos instituciones. El estudio se llevó a cabo utilizando un enfoque no experimental y transversal, con un diseño descriptivo comparativo. La herramienta principal empleada fue la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff. Los resultados revelaron que, en términos generales, no hubo diferencias estadísticamente significativas en los niveles de bienestar psicológico entre los estudiantes de las dos universidades. Sin embargo, se encontró una diferencia significativa en el componente de control del entorno, donde algunos participantes demostraron un mejor manejo de las oportunidades y situaciones para satisfacer sus necesidades. Esto sugiere que, aunque en líneas generales no hay variaciones notables en el bienestar psicológico, existen diferencias en cómo los estudiantes enfrentan y gestionan su entorno.

Jiménez y Núñez (2019) formularon un estudio, la cual se centró en evaluar cómo el programa de habilidades para la vida influía en el bienestar psicológico de mujeres que habían sido víctimas de maltrato en una Institución Educativa Pública de Piura. Se seleccionó una muestra de 40 estudiantes de cuarto año de secundaria, divididas equitativamente entre un grupo experimental, que recibió el programa, y un grupo control. Se empleó un diseño cuasi-experimental con pre test y post test, utilizando la Escala de Maltrato Psicológico de Elida Gonzaga y la Escala de Bienestar

Psicológico de María Casullo como instrumentos de medición. Los resultados revelaron que el grupo experimental experimentó una mejora significativa en su bienestar psicológico después de la intervención, mientras que no se observaron cambios significativos en el grupo control. Esto respalda la eficacia del programa en mejorar el bienestar psicológico de las mujeres afectadas por el maltrato. Estos hallazgos subrayan la importancia de implementar intervenciones similares en entornos educativos para apoyar a quienes han experimentado situaciones de maltrato.

Reyes (2019) construyó un estudio. El estudio se centró en investigar si el bienestar psicológico de los empleados en una tienda departamental tiene un impacto en su contrato psicológico, considerando la relevancia del bienestar en el rendimiento laboral. Para ello, se evaluó a 122 empleados utilizando un cuestionario de 39 ítems para medir tanto su bienestar psicológico como su contrato psicológico relacional. Se empleó un enfoque cuantitativo, con un diseño de investigación no experimental y correlacional causal. Los análisis estadísticos realizados revelaron una asociación positiva y significativa entre el bienestar psicológico y el contrato psicológico de los trabajadores. En resumen, los resultados subrayan la importancia de fomentar el bienestar psicológico en el lugar de trabajo como un elemento fundamental para fortalecer el contrato psicológico y mejorar el desempeño y la satisfacción laboral de los empleados en una tienda departamental.

2.2. Marco teórico

Cuando se habla de bienestar psicológico, se abordan varios temas de manera extensa. Desde perspectivas que consideran el bienestar como un estado de emociones positivas y la ausencia de emociones negativas hasta la falta de enfermedades, todo conduce a un objetivo común: que las personas puedan

desenvolverse eficazmente en su vida diaria, aprender de las experiencias y funcionar de manera sensata ante los desafíos del ciclo vital. Para que esta calidad de vida y bienestar se manifiesten, es necesario ejercer ciertas habilidades que están interrelacionadas, con el fin de que la persona se sienta satisfecha, completa y realizada, cumpliendo así su propósito de vida: ser feliz.

2.2.1. Definición de Bienestar Psicológico:

Según Hernández (2020) el término "Bienestar Psicológico" se refiere al crecimiento personal, que implica el desarrollo de las competencias individuales y la manifestación de un desempeño positivo a lo largo del tiempo, donde este proceso se relaciona con el crecimiento psicológico del individuo y su capacidad para establecer relaciones positivas basadas en su conocimiento adquirido a través de experiencias vividas, destacando la importancia de la integración activa de dimensiones positivas.

Ruiz (et al., 2020) investigó la relación entre la esperanza, el optimismo y la salud mental, específicamente el bienestar psicológico, en donde se encontró que el optimismo está positivamente relacionado con el bienestar psicológico, lo que sugiere que este último está influenciado por el optimismo, generando estados internos de tranquilidad y afectando la salud mental de manera positiva, mientras que por otro lado, la esperanza tiene una correlación negativa con el estrés psicológico. Estos hallazgos indican que el optimismo influye en la salud mental y está estrechamente relacionado con el bienestar psicológico.

Según Monsalve (2021), el bienestar radica en la capacidad de cada individuo para sentirse bien tanto en momentos adversos como en momentos favorables de la vida. Sin embargo, la percepción de la felicidad es subjetiva y varía de una persona a

otra. Por lo tanto, lo que puede ser placentero para una persona puede no tener el mismo significado para otra.

En resumen, el bienestar psicológico va más allá de la mera ausencia de trastornos o malestares, involucrando la presencia de emociones positivas, estados de ánimo positivos y satisfacción personal. Este concepto está estrechamente relacionado con el optimismo y se vincula con la capacidad de la persona para gestionar su vida de manera beneficiosa. En última instancia, promover un sentido de vida positivo puede conducir a una mayor satisfacción y bienestar en la vida de las personas, permitiéndoles superar los desafíos y transformarse a sí mismas.

2.3.2 Dimensiones del Bienestar Psicológico de Ryff (2008)

Ryff y Singer (2008) sugieren una estructura de seis componentes para el bienestar personal; el primero es sentirse bien consigo mismo, fundamental para la satisfacción personal; el segundo implica el crecimiento individual a través de metas y objetivos; el tercero se refiere a establecer relaciones positivas; el cuarto es el dominio medioambiental, manteniendo vínculos estables y autonomía; el quinto es el dominio del entorno, que implica adaptación y creación de ambientes favorables; y finalmente, la autonomía, que permite mantener la individualidad y regular la conducta frente a presiones externas. Dichas dimensiones estarían conformadas de la siguiente manera:

1.- Dimensión de la Autoaceptación

Los individuos que presentan niveles óptimos en esta dimensión, manifiestan una postura positiva consigo mismos, aceptando los múltiples estilos de su personalidad, desde lo negativo hasta lo positivo, sintiéndose conforme con su pasado; de forma contraria, los individuos que presentan un nivel bajo de Autoaceptación se sienten insaciables consigo mismos sintiéndose decepcionados

de su pasado, manteniendo dificultades con lo que tienen, lo cual les genera un anhelo por ser otras personas; si la persona no se acepta como es, con sus defectos y virtudes lo que generara en que tenga un nivel bajo de aceptación consigo mismo (Rocamora, Bermejo y Catalá, 2019).

2.- Dimensión de la Relación Positiva

Mantener vínculos sociales de calidad con personas de confianza, que brinden amor y afecto, es crucial para el bienestar; la falta de apoyo social y el aislamiento aumentan el riesgo de enfermedades y acortan la esperanza de vida; por el contrario, quienes tienen relaciones sólidas experimentan satisfacción y confianza, mostrando preocupación por el bienestar de los demás, capacidad de intimidad y empatía; se espera que las personas elijan un círculo social saludable que les proporcione gratificación interna, lo que resultará en un mayor bienestar personal y relaciones satisfactorias (Champoñan, 2021).

3.- Dimensión del Propósito de la vida

En esta dimensión, es esencial establecer metas personales y comprometerse con proyectos, ya que esto otorga un sentido de propósito en la vida, desde pequeños logros hasta grandes aspiraciones, y por ello las personas que muestran niveles óptimos en esta área persiguen activamente sus objetivos y sueños, lo que les brinda confianza en su dirección y destino; mientras que por otro lado, aquellos que carecen de un propósito se sienten frustrados y desvinculados, experimentando una sensación de falta de pertenencia y significado, resultando que se espera que las personas definan metas tanto a corto como a largo plazo para experimentar satisfacción personal, motivación y bienestar (Salazar y Gastélum, 2020).

4.- Dimensiones del Crecimiento personal

Se refiere a utilizar plenamente las capacidades personales para crecer y alcanzar el potencial máximo, lo que genera satisfacción al sentirse capaz de lograr metas, por ello se necesitan habilidades que se desarrollan con el tiempo, resultando así que el éxito en este aspecto indica un desarrollo continuo; por otro lado, aquellos con un desempeño deficiente se sienten estancados y sin posibilidad de mejora, lo que afecta su autoimagen y satisfacción personal (Delgado et al., 2020).

5.- Dimensiones de la Autonomía

El tener resultados óptimos en esta dimensión hace referencia a que los individuos son aptos para tolerar la crueldad de la sociedad, asimismo equilibran su conducta de manera interna, siendo así personas autosuficientes las cuales se miden en función de los patrones individuales y su toma de decisiones; por consiguiente, las personas con un nivel deficiente de autonomía se mantienen preocupadas a la expensa de evaluaciones y expectativas que las personas creen que deberían cumplir dejando que tomen decisiones por ellos mismos; esto generaría que la persona una dependencia para la elección de acciones, dado que por no cumplir con la seguridad suficiente y el temor a equivocarse se dejan llevar por las elecciones de otros en base a su vida (Bello et al., 2021).

6.- Dimensión del Dominio del entorno

El sujeto maneja las exigencias y conveniencias de las personas que lo rodean con el fin de complacer sus obligaciones y capacidades propias; los individuos con niveles óptimos presentan una percepción superior de poder sobre el ambiente en el que se encuentran y se sienten expertas para influenciar en el mundo, aprovechando la pertinencia que le ofrece su ambiente; de tal modo, los individuos con un nivel deficiente, manifiestan dificultades para gobernar sus propios asuntos, sintiéndose incapacitados para progresar o transformar lo que les rodea, esto se encuentra

relacionado con la confianza y seguridad en sí mismos, por lo que una persona que no siente la seguridad suficiente, se le dificultara gobernar sus asuntos internos (Hernández, 2020).

2.2.2. Teorías explicativas del Bienestar Psicológico:

Los fundamentos teóricos que abordan el BP son múltiples y ahondan temas con fines y objetivos en común, que es lograr que la persona sienta satisfacción con su vida y pueda deleitarse de los diversos placeres que le ofrece la vida, esto es siempre y cuando logre desarrollar ciertos elementos o pautas que de alguna manera le generen un óptimo sentido de vida.

A. Teoría del Bienestar de Seligman (2016):

La teoría del bienestar de Martin Seligman (2016) es una perspectiva que se centra en el estudio, la promoción del bienestar psicológico y la felicidad en las personas. La teoría del bienestar de Seligman promueve un enfoque holístico para mejorar la calidad de vida y la felicidad, centrándose en cultivar tanto aspectos emocionales como cognitivos y sociales del bienestar humano. A diferencia de enfoques anteriores que se centraban principalmente en tratar trastornos mentales, esta teoría busca entender qué hace que la vida valga la pena vivirse y cómo las personas pueden alcanzar un estado de satisfacción y florecimiento en sus vidas. Seligman propuso un modelo conocido como PERMA, que identifica cinco elementos clave del bienestar (Seligman, 2016):

-Emoción positiva: Se refiere a experimentar emociones agradables, como la alegría, el amor y la gratitud. Estas emociones son consideradas fundamentales para el bienestar psicológico y contribuyen a una sensación general de felicidad.

-Compromiso: Hace referencia a la participación activa y absorbente en actividades que proporcionan un sentido de flujo y realización personal. Cuando las

personas se involucran en actividades que les interesan y desafían, experimentan un estado de fluidez y satisfacción.

-Relaciones significativas: Se refiere a la calidad y profundidad de las relaciones interpersonales. Las conexiones sociales sólidas y afectuosas con amigos, familiares y comunidades son cruciales para el bienestar emocional y el apoyo social.

-Sentido de logro: Implica el establecimiento y el logro de metas significativas y desafiantes. El progreso hacia objetivos personales y la superación de obstáculos contribuyen a una sensación de competencia y autoeficacia.

-Significado: Se refiere a encontrar un propósito más profundo y significativo en la vida, más allá de la gratificación personal. Comprender el propósito y el significado de nuestras acciones y contribuciones a algo más grande que nosotros mismos es fundamental para el bienestar a largo plazo.

Dentro de esta teoría, se comprende que el bienestar se compone de varios elementos interrelacionados que las personas eligen libremente para aumentar su felicidad gradualmente, tales como el placer, la satisfacción personal, las relaciones sociales, los objetivos, el compromiso y los logros, no pueden ser considerados por separado, ya que todos contribuyen al bienestar en conjunto, y que se evalúan subjetivamente y están vinculados a generar una sensación de satisfacción interna, resultando importante que cada individuo disponga de estos componentes para sentirse satisfecho con su vida y consigo mismo, sin embargo, dado que las fuentes de felicidad varían según cada persona, el libre albedrío juega un papel fundamental en la elección de estas fuentes (Bello et al., 2021).

Según Khalil (et al., 2020), el bienestar influye significativamente tanto en la salud física como en la mental, ya que da un propósito a la vida de las personas, siendo además que un alto nivel de satisfacción general promueve un buen

rendimiento y una mejor salud física, mientras que una baja satisfacción aumenta el riesgo de enfermedades, por ende, para mejorar el bienestar propio, es importante desarrollar habilidades positivas que aumenten el placer de vivir y mejoren la relación con el entorno, y es por tal motivo que se espera que las personas posean estas habilidades para sentirse bien con su vida y prevenir enfermedades, promoviendo un estilo de vida gratificante y tranquilo .

B. Teoría de la autodeterminación de Ryan y Deci:

La teoría de la autodeterminación, desarrollada por Edward L. Deci y Richard M. Ryan (2000), es un marco teórico que busca comprender la motivación intrínseca y la autorregulación del comportamiento humano. Esta teoría postula que las personas tienen una tendencia innata hacia el crecimiento personal, la autonomía y la autoaceptación, y que estas necesidades psicológicas básicas son fundamentales para el bienestar y la realización personal. Según la teoría de la autodeterminación, la motivación humana se puede clasificar en tres tipos principales, que varían en términos de su grado de autonomía (Ryan y Deci, 2000):

-Motivación intrínseca: Es la motivación que surge de la satisfacción inherente y el interés en la actividad en sí misma. Las personas se sienten naturalmente atraídas hacia actividades que encuentran significativas, desafiantes y gratificantes. La motivación intrínseca es considerada la forma más autodeterminada de motivación.

-Motivación extrínseca: Se refiere a la motivación que surge de incentivos externos, como recompensas, castigos o presiones sociales. Aunque la motivación extrínseca puede ser efectiva para inducir ciertos comportamientos, tiende a ser menos duradera y menos satisfactoria que la motivación intrínseca, ya que implica una menor sensación de control y autonomía.

-Amotivación: Se caracteriza por la falta de motivación o interés en una actividad. Las personas que experimentan amotivación pueden sentirse desvinculadas de sus acciones y percibir que carecen de control sobre su comportamiento.

Por otro lado, Delgado (et al., 2020) afirman que el funcionamiento óptimo, dentro de la autodeterminación, la motivación humana y la personalidad están intrínsecamente relacionados debido a las necesidades psicológicas innatas que guían la evolución de los individuos, las cuales se dividen en dos tipos de motivación: la interna, que se vincula a la competencia, conexión y control, influyendo en nuestra identidad y comportamiento; y la externa, que busca recompensas como premios, riqueza o reconocimiento social, donde además, hay fuentes internas de motivación, como el aprendizaje continuo o la autosuficiencia.

Así mismo, Salazar y Gastélum (2020) hablan de la teoría de la autodeterminación al indicar que mantener un nivel óptimo de motivación requiere un esfuerzo constante y el apoyo social juega un papel crucial, ya que las relaciones interpersonales pueden promover o impedir el bienestar. Por lo tanto, se espera que las personas mantengan relaciones saludables, ya que estas influyen en nuestra percepción y conducta. Las personas con actitudes positivas promueven el optimismo, mientras que las negativas pueden generar influencias desfavorables. Es fundamental que cada individuo ejerza su libre albedrío para elegir las relaciones que mejor se adapten a su bienestar.

2.3. Marco conceptual

2.3.1. Bienestar psicológico

Según Ryff y Singer (2008) el bienestar psicológico es un constructo que abarca dimensiones psicológicas (Autoaceptación, Crecimiento personal, Relaciones

positivas, Autonomía, Propósito de la vida, Dominio del entorno) las cuales son factores independientes, pero si se trabajan de forma conjunta se obtendrán grandes beneficios, así mismo el (BP) manifiesta la sensación positiva y el pensamiento de tipo constructivo de una persona sobre sí misma, que se enmarca por su esencia interna, subjetiva y experiencial, que además se encuentra altamente relacionada con elementos peculiares de las áreas social, psicológica y física.

CAPITULO III
RESULTADOS

Tabla 3

Comparación según género del Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.

	Grupo de estudio		Prueba U de Mann-Whitney
	Masculino	Femenino	
Promedio	53,63	67,38	U= 1387,500
Suma de Rangos	3217,50	4042,50	Z= -2,166
N	60	60	p= .030

En la Tabla 3, se encuentran los datos obtenidos de la comparación de rangos del bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 según género tras realizar la prueba estadística U de Mann-Whitney. Se encuentra que el grupo masculino refiere un nivel alto (53,63%) y en el femenino se encuentra en un nivel alto, con un 67,38%. De acuerdo al valor de significancia, se puede decir que existe una diferencia (U=1387,500; $p < .05$), siendo el grupo femenino con mayor puntaje promedio.

Tabla 4

Frecuencia de los niveles del Bienestar Psicológico en durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de género masculino de psicología de una Universidad Particular de Piura

Bienestar Psicológico	Estudiantes Masculinos	
	N	%
Bajo	0	0
Medio	3	5%
Alto	57	95%
Total	60	100%

En la Tabla 4 podemos apreciar que un gran porcentaje de estudiantes de género masculino manifiestan un nivel alto, conformándose por el 95%. Así mismo el 5% restante manifiestan un nivel medio de BP.

Tabla 5

Frecuencia de los niveles del Bienestar Psicológico en durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de género femenino de psicología de una Universidad Particular de Piura

Bienestar Psicológico	Estudiantes Femeninas	
	N	%
Bajo	0	0
Medio	1	1.7
Alto	59	98.3
Total	60	100

Dentro de la Tabla 5 se puede observar las frecuencias del bienestar psicológico en estudiantes de género femenino según el nivel. La mayoría, siendo el 98.3%, obtuvieron el nivel alto de la variable mencionada. El 1.7% restante obtuvo el nivel medio.

Tabla 6

Comparación según género en la dimensión de autoaceptación durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura

	Grupo de estudio		Prueba U de Mann-Whitney
	Masculino	Femenino	
Promedio	54,16	66,84	U= 1419,500
Suma de Rangos	3249,50	4010,50	Z= -2,003
N	60	60	p= .045

De acuerdo a la Tabla 6, se encuentran los datos obtenidos de la comparación de rangos de la dimensión de autoaceptación del bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 según género tras realizar la prueba estadística U de Mann-Whitney. El grupo masculino obtuvo un rango medio de 54,16%, por lo que el grupo femenino obtuvo 66,84%. En base al valor p, podemos afirmar que existe una diferencia (U=1419,500; p= <.05), siendo el segundo grupo con mayor promedio.

Tabla 7

Comparación según género en la dimensión de relaciones positivas durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.

	Grupo de estudio		Prueba U de Mann-Whitney
	Masculino	Femenino	
Promedio	56,84	64,16	U= 1580,500
Suma de Rangos	3410,50	3849,50	Z= -1,155
N	60	60	p= .248

En la Tabla 7 se encuentran los datos obtenidos de la comparación de rangos de la dimensión de relaciones positivas del bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 según género tras realizar la prueba estadística U de Mann-Whitney. Los estudiantes de género masculino obtuvieron un rango promedio de 56,84%, por lo que el grupo femenino obtuvo 64,16%. En base al valor p, podemos afirmar que no existe una diferencia (U= 1580,500; p= >.05) entre los grupos estudiados.

Tabla 8

Comparación según género en la dimensión de propósito de la vida durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura

	Grupo de estudio		Prueba U de Mann-Whitney
	Masculino	Femenino	
Promedio	54,53	66,48	U= 1441,500
Suma de Rangos	3271,50	3988,50	Z= -1,887
N	60	60	p= .059

Dentro de la Tabla 8, se aprecian los datos obtenidos de la comparación de rangos de la dimensión de propósito de la vida del bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 según género tras realizar el estadístico U de Mann-Whitney. El grupo masculino obtuvo un promedio de 54,53%, mientras que el grupo femenino obtuvo 66,48%. En base al valor p, se afirma que no existe una diferencia (U=1441,500; p= >.05), entre el género masculino y femenino.

Tabla 9

Comparación según género en la dimensión de crecimiento personal durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura

	Grupo de estudio		Prueba U de Mann-Whitney
	Masculino	Femenino	
Promedio	55,22	65,78	U= 1483,000
Suma de Rangos	3313,00	3947,00	Z= -1,669
N	60	60	p= .095

De acuerdo a la Tabla 9, se aprecian los datos obtenidos de la comparación de rangos de la dimensión de crecimiento personal del bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 según género tras realizar la prueba estadística U de Mann-Whitney. El grupo masculino obtuvo un promedio de 55,22%, mientras que el grupo femenino obtuvo 65,78%. En base al valor p, podemos afirmar que no existe diferencia (U=1483,000; $p = >.05$) en cuanto a esta dimensión entre los dos grupos de estudio.

Tabla 10

Comparación según género en la dimensión de autonomía durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura

	Grupo de estudio		Prueba U de Mann-Whitney
	Masculino	Femenino	
Promedio	61,11	59,89	U= 1763,500
Suma de Rangos	3666,50	3593,50	Z= -,192
N	60	60	p= .848

De acuerdo a lo hallado en la Tabla 10, en donde se comparan los promedios en la dimensión de autonomía según género, realizado gracias a la prueba estadística U de Mann-Whitney, se encuentra que el grupo masculino presenta un promedio de 61,11%, mientras que el grupo femenino presenta 59,89%. Pero, tras hallar el valor de significancia, se concluye que no existe diferencia (U= 1763,500; p= >.05) entre estos dos grupos.

Tabla 11

Comparación según género en la dimensión de dominio del entorno durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura

	Grupo de estudio		Prueba U de Mann-Whitney
	Masculino	Femenino	
Promedio	55,99	65,01	U= 1529,500
Suma de Rangos	3359,50	3900,50	Z= -1,424
N	60	60	p= .154

Por último, en la Tabla 11, en donde se hallan los datos obtenidos de comparación de la dimensión de dominio del entorno realizado a través de la prueba U de Mann-Whitney, se evidenció que el grupo masculino presenta un promedio de 55,99% y el grupo femenino 65,01%. Sin embargo, al verificar el valor p, se concluye que no existe diferencia (U= 1529,500; p= >.05) entre los grupos de estudio comparados.

CAPITULO IV
DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Basándose en los hallazgos obtenidos y como continuación lógica del análisis de datos, este capítulo presenta una discusión detallada sobre los resultados, centrándose en cómo difieren los niveles de Bienestar Psicológico según el género en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura, durante la pandemia de COVID-19. El objetivo principal fue contextualizar estas diferencias de manera precisa.

Los datos presentados en la Tabla 3 muestran una comparación de los niveles de bienestar psicológico durante la pandemia de COVID-19 según el género, utilizando la prueba estadística U de Mann-Whitney. Se observa un promedio de bienestar del 53,63% en el grupo de estudiantes masculinos y del 67,38% en el grupo femenino. Esto indica una diferencia significativa entre hombres y mujeres, lo cual es respaldado por los resultados de la prueba estadística ($U=1387,500$; $p= <.05$). Este resultado sugiere que las estudiantes femeninas exhiben niveles de bienestar psicológico más altos en comparación con sus contrapartes masculinas, según lo planteado por Ryff y Singer (2008). Esto se atribuye a una mayor autoaceptación, un desarrollo personal más profundo, relaciones interpersonales más positivas, mayor autonomía, metas de vida más satisfactorias y un mejor manejo del entorno. En resumen, las mujeres parecen experimentar un bienestar psicológico más completo y satisfactorio durante la pandemia en comparación con los hombres. Siendo estos resultados de índole práctica, puesto que ofrece una perspectiva útil a la institución educativa, ya que puede plantear alternativas de solución.

Los datos presentados están en línea con los hallazgos del estudio realizado por Araque et al. (2020) se encontraron resultados similares, donde el género femenino exhibió un nivel de bienestar psicológico del 81,7%, lo que sugiere que las mujeres experimentaron un nivel más elevado de bienestar psicológico durante la

cuarentena. Estos hallazgos son coherentes con los resultados obtenidos en el estudio actual, donde se observó que las estudiantes femeninas también mostraron niveles significativamente más altos de bienestar psicológico en comparación con sus contrapartes masculinas. Por lo tanto, la consistencia entre ambos estudios respalda la idea de que el género femenino tiende a experimentar un bienestar psicológico más alto en situaciones de cuarentena relacionadas con la pandemia de COVID-19. También, en el estudio de Ruiz (et al., 2020), los hallazgos revelan diferencias en las orientaciones axiológicas entre hombres y mujeres. Se observa que las mujeres tienden más hacia la autotrascendencia, lo que implica buscar armonía y bienestar tanto para sí mismas como para los demás. Por otro lado, los hombres tienden a orientarse más hacia la búsqueda de metas personales, autopromoción, realización de ideales personales y ejercer influencia sobre recursos y personas.

Según la perspectiva de la investigadora, esto sugeriría que las mujeres exhiben una mayor habilidad para establecer conexiones emocionales y experimentar un nivel general de satisfacción más alto. Esta disparidad podría estar relacionada con las diferencias neuropsicológicas entre hombres y mujeres, lo que explicaría por qué las mujeres en este estudio sobresalen en cuanto a bienestar psicológico, mientras que los hombres, enfocados en distintas prioridades, tienden a descuidarlo en pos de otros beneficios.

Sin embargo, Reche (et al., 2022), en su estudio, descubrieron que existe una marcada diferencia en la inteligencia emocional entre hombres y mujeres, donde las mujeres muestran niveles superiores en varias dimensiones de la inteligencia emocional. Esta disparidad se atribuye a factores fisiológicos, ya que se ha confirmado que los esquemas mentales difieren entre hombres y mujeres desde el nacimiento. Esto también explica por qué hombres y mujeres aprenden de manera

diferente de su entorno social y cultural. Además, estas discrepancias influyen en cómo hombres y mujeres desarrollan conductas individuales, influenciadas por su género y su entorno cognitivo. También se observa una necesidad de integración y búsqueda de estabilidad dentro del sistema social, que a su vez establece expectativas específicas sobre lo que implica ser hombre o mujer en términos de expresión emocional. Como resultado, hombres y mujeres experimentan diferentes emociones, incluso al enfrentarse a situaciones similares.

El resultado de esta investigación demuestra que las estudiantes universitarias de psicología muestran un nivel de bienestar psicológico significativamente favorable. Según Ryff y Singer (2008), este resultado se debe a la amplitud de la variable del bienestar psicológico, que abarca diversas dimensiones interconectadas y está asociada con la ausencia de enfermedades que pueden afectar el desempeño positivo de los individuos. A pesar de la pandemia de COVID-19, esta investigación revela que tanto estudiantes universitarios hombres como mujeres han experimentado un alto nivel de bienestar psicológico, lo cual es beneficioso para la comunidad estudiantil. Esto se debe a que disponen de recursos tanto internos como externos para alcanzar un nivel óptimo de bienestar psicológico. Sin embargo, las estudiantes universitarias muestran un bienestar psicológico superior al de los hombres. Según la investigadora, es evidente la necesidad de realizar estudios que aborden específicamente la realidad del bienestar psicológico, considerando las diferencias de género en un enfoque más detallado.

En el primer objetivo específico de este estudio, se observó que casi todos los hombres mostraron un nivel alto de bienestar psicológico, representando el 95% de la muestra masculina. El pequeño porcentaje restante de hombres exhibió un nivel medio de bienestar psicológico.

Estos datos fueron contrastados con los hallazgos de Benites (2021), quien encontró que los estudiantes universitarios de género masculino tienen niveles superiores de bienestar en comparación con las mujeres, con un porcentaje del 87,1% clasificado como alto a nivel psicológico. Además, Ruiz et al. (2020) sugieren que la mayoría de los estudiantes universitarios, al mostrar un alto nivel de bienestar psicológico (71,9%), posiblemente están experimentando un proceso de cambio relacionado con el aislamiento preventivo.

En cuanto al contenido teórico, Bello (et al., 2021) afirma que el bienestar se basa en varios elementos como el placer, las relaciones sociales y los logros, que contribuyen a la satisfacción personal y se evalúan subjetivamente, siendo el libre albedrío fundamental en la elección de estas fuentes de felicidad. Esto permite entender que la mayoría de los hombres tienen un alto bienestar psicológico, mientras que un pequeño porcentaje tiene niveles medios ya que, muy posiblemente, en ellos el bienestar se basa en elementos como el placer y las relaciones sociales, siendo su evaluación subjetiva influenciada por el libre albedrío.

A criterio de la autora, este estudio revela que la mayoría de los hombres universitarios tienen un alto bienestar psicológico, aunque hay un pequeño porcentaje con niveles medios. Estos hallazgos contrastan con la tendencia de género observada en investigaciones anteriores. Además, se destaca la complejidad del bienestar, influenciada por factores como el placer y las relaciones sociales, con el libre albedrío desempeñando un papel crucial en su percepción subjetiva.

En el segundo objetivo específico, se examinaron las frecuencias del bienestar psicológico entre las estudiantes de género femenino según su nivel. La gran mayoría, representando el 98.3%, alcanzaron un nivel alto de bienestar psicológico, mientras que el 1.7% restante obtuvo un nivel medio.

Estos resultados pueden ser contrastados con los hallazgos de Mamani, Mamani y Aquize (2021), quienes encontraron que las estudiantes universitarias mostraban niveles de bienestar más elevados, con un 81.7%, datos similares a los obtenidos en este estudio. Es decir, esta tendencia puede atribuirse al énfasis que las mujeres suelen darle a la seguridad y la estabilidad, las cuales están asociadas con aspectos como la armonía, la preservación, el afecto hacia los demás, el aprecio, la tolerancia, la comprensión y el cuidado por los demás y por la naturaleza.

Por consiguiente, esta población estudiantil ha logrado obtener resultados favorables en este aspecto. Los resultados de esta investigación evidencian claramente que las estudiantes universitarias de la escuela de psicología muestran un nivel óptimo (alto) en lo que respecta a su bienestar subjetivo. Según Ryff y Singer (2008), esta variable de bienestar psicológico es una concepción amplia que abarca diversas dimensiones, las cuales están interconectadas y mantienen un vínculo estable. Además, el bienestar está relacionado con la ausencia de enfermedades, lo cual conduce a que los individuos se desempeñen de manera positiva.

Según el criterio de la investigadora, en este estudio se observa que la gran mayoría de las estudiantes universitarias de género femenino muestra un nivel alto de bienestar psicológico (98.3%), mientras que un pequeño porcentaje presenta un nivel medio (1.7%) siendo estos resultados consistentes con investigaciones previas que sugieren que las mujeres tienden a priorizar la seguridad y la estabilidad, lo que contribuye a niveles elevados de bienestar psicológico, por lo que, en general, los resultados indican que las estudiantes de psicología exhiben un nivel óptimo de bienestar subjetivo, alineándose con la idea de que el bienestar psicológico está relacionado con la ausencia de enfermedades mentales y un desempeño positivo en la vida cotidiana.

En el tercer objetivo específico, se realizó una comparación del nivel de autoaceptación entre géneros, revelando una diferencia significativa ($U=1419,500$; $p=<.05$), con un promedio más alto en el género femenino. Esta disparidad confirma la hipótesis planteada, evidenciando que las mujeres muestran una autoaceptación más positiva. Estos resultados indican que las mujeres adoptan una postura favorable hacia sí mismas, aceptando diversos aspectos de su personalidad, tanto positivos como negativos, y mostrando satisfacción con su pasado.

Comparando los datos con los de Jiménez y Núñez (2019), quien encontró que los estudiantes de género masculino tenían una puntuación notablemente más alta en la dimensión de autoaceptación, se observa una contradicción con los resultados de este estudio. Esto sugiere que las mujeres muestran una actitud más positiva hacia sí mismas, lo cual está vinculado con la dimensión de autoaceptación, que implica aceptarse en su totalidad, tanto aspectos positivos como negativos de su ser.

En cuanto a la teoría, se conoce gracias a Rocamora, Bermejo y Catalá (2016), que las personas con alta autoaceptación aceptan tanto lo positivo como lo negativo de su personalidad y se sienten satisfechas con su pasado, mientras que aquellas con baja autoaceptación experimentan insatisfacción y anhelan ser diferentes, lo que puede llevar a un bajo nivel de aceptación personal. Los resultados revelan que las mujeres muestran una autoaceptación más positiva que los hombres, confirmando la teoría, siendo así que esta disparidad entre géneros en la autoaceptación destaca la importancia de promover este aspecto para el bienestar emocional.

La autora refiere, dentro de un aspecto adicional que se puede destacar es la importancia de entender las causas detrás de las diferencias de autoaceptación entre géneros. Además de los factores individuales, como la personalidad y las experiencias de vida, también pueden influir factores sociales y culturales. Por

ejemplo, las normas de género y las expectativas sociales pueden moldear la forma en que hombres y mujeres perciben y valoran su autoaceptación. Investigaciones futuras podrían explorar más a fondo estos aspectos para comprender mejor las disparidades observadas y diseñar intervenciones más efectivas para promover la autoaceptación y el bienestar emocional en ambos géneros.

En el cuarto objetivo específico, se compararon los resultados del nivel de relaciones positivas entre los grupos estudiados, y se encontró que no hay una diferencia significativa ($U= 1580,500$; $p= >.05$). Por lo tanto, respecto al objetivo específico planteado, no se puede confirmar la hipótesis, dado que no se identificaron diferencias entre los estudiantes universitarios de género femenino y masculino.

Datos que al ser comparados con Rivera y Farfán (2020) quien en su investigación halló una muy diminuta relación entre las relaciones a nivel positivo y en relación al género. Esta coincidencia sugiere que, tanto en este estudio como en el de Rivera y Farfán (2020), el género no parece ser un factor determinante en las relaciones positivas entre estudiantes universitarios.

Dentro de la teoría, Champoñan (2021) refiere que mantener relaciones sociales de calidad y apoyo es esencial para el bienestar ya que las conexiones sólidas promueven la satisfacción, la confianza y la empatía, mientras que el aislamiento aumenta el riesgo de enfermedades, por lo que elegir un círculo social saludable que brinde apoyo y afecto contribuye significativamente al bienestar personal y relaciones satisfactorias. Aunque el estudio no encontró diferencias significativas en las relaciones positivas entre estudiantes universitarios de género femenino y masculino, esto no niega la importancia de mantener relaciones sociales

de calidad para el bienestar, como sugiere la teoría. Los hallazgos resaltan la necesidad de investigaciones adicionales para comprender mejor la relación entre el género y las relaciones positivas en el contexto universitario.

La autora destaca un aspecto interesante, el cual es la necesidad de considerar no solo la presencia o ausencia de diferencias entre géneros en las relaciones positivas, sino también comprender cómo se desarrollan y mantienen estas relaciones a lo largo del tiempo y cómo impactan en el bienestar de los individuos. Además, sería relevante explorar cómo factores contextuales, como el entorno universitario o las normas sociales, pueden influir en la calidad y el desarrollo de las relaciones positivas, independientemente del género. Estudios longitudinales podrían proporcionar una visión más completa de estas dinámicas y ayudar a diseñar intervenciones efectivas para promover relaciones saludables y bienestar en entornos universitarios.

En consecuencia, en el quinto objetivo específico se examinó la comparación de rangos de la dimensión de propósito vital, y se encontró que no existen diferencias significativas ($U=1441,500$; $p= >.05$) entre los géneros. Por lo tanto, no se puede respaldar la hipótesis específica, dado que no se observan diferencias significativas entre estudiantes universitarios de género masculino y femenino en esta área.

Comparando estos hallazgos con el estudio de Ruiz (et al., 2020) sobre el "Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud", se encontró evidencia de que no hay diferencias significativas en el propósito vital entre estudiantes universitarios de ambos géneros. Estos resultados sugieren una equiparación entre estudiantes universitarios de ambos géneros, con un nivel promedio en esta dimensión. Esta situación, ligeramente favorable, puede incidir en su desarrollo

profesional futuro, ya que se espera que los estudiantes alcancen un nivel óptimo de realización.

Además, Salazar y Gastélum (2020) enfatizan que establecer metas personales brinda propósito y dirección en la vida, ya que quienes las persiguen activamente experimentan satisfacción y motivación, mientras que la falta de propósito puede llevar a la frustración y la falta de significado, por lo que definir metas a corto y largo plazo es esencial para experimentar bienestar y satisfacción personal. Esto subraya la relevancia de fijar objetivos personales para otorgar dirección y significado en la vida, promoviendo así el bienestar y la satisfacción personal, ya que el análisis indica que no se encontraron discrepancias notables entre los géneros respecto al propósito vital en estudiantes universitarios, lo que desafía la premisa inicial.

Una contribución complementaria por parte de la investigadora podría ser resaltar la necesidad de seguir investigando y comprendiendo cómo diferentes aspectos, aparte del género, influyen en el propósito vital de los estudiantes universitarios. Por ejemplo, futuras investigaciones podrían explorar cómo variables como el entorno económico, el nivel de respaldo social o las vivencias académicas inciden en el propósito vital de los estudiantes, lo que podría proporcionar un entendimiento más completo de este aspecto esencial para su bienestar y crecimiento personal.

Así pues, en el sexto objetivo específico se presentan los resultados obtenidos al comparar los rangos de la dimensión de crecimiento individual, donde se evidencia la falta de diferencias significativas ($U=1483,000$; $p= >.05$) entre los dos grupos estudiados. Por lo tanto, no se puede respaldar la hipótesis planteada, ya que es

evidente que no existen diferencias entre los estudiantes universitarios de ambos sexos en esta dimensión.

Los datos contrastados con la investigación de Santamaría (2020) revelaron la falta de diferencias estadísticamente significativas entre géneros. Esta observación se relaciona con el crecimiento y la autorrealización personal. En la dimensión previa de "Autorrealización", los resultados son similares a los encontrados en esta dimensión. Se puede inferir que estos resultados se alinean con investigaciones previas que también mostraron una ausencia de disparidad entre géneros en términos de autorrealización personal.

Al hablar del marco teórico, Delgado (et al., 2020) afirma que el desarrollo completo de las capacidades individuales para lograr metas y sentirse satisfecho, resaltando la importancia de las habilidades adquiridas con el tiempo; el éxito en este proceso implica un crecimiento continuo, mientras que un bajo rendimiento conlleva sensaciones de estancamiento y malestar personal. Los resultados muestran una falta de diferencias significativas entre géneros en el crecimiento individual, desafiando la hipótesis inicial. Aunque no se observan disparidades de género en esta área, contrasta con la teoría que destaca la importancia del desarrollo personal para alcanzar metas y satisfacción.

La investigadora de este estudio refiere que estos hallazgos sugieren la necesidad de considerar otros factores que podrían influir en el crecimiento individual más allá del género, como el contexto socioeconómico y las experiencias personales, ya que sería valioso explorar cómo estos elementos interactúan con el género para moldear el desarrollo personal y el establecimiento de metas en la vida universitaria y profesional.

Continuando con el séptimo objetivo específico en donde se pudo comparar cada promedio de autonomía según género, se concluye que no existe diferencia ($U=1763,500$; $p= >.05$) entre estos dos grupos. En cuanto al objetivo específico planteado no es posible aceptar la hipótesis, ya que no hay diferencia entre los universitarios de género femenino y masculino.

Información que al compararse con lo que mencionaron Reche (et al., 2022) en su investigación obtuvo resultados distintos a lo que se halló en esta investigación, en donde en la dimensión autonomía, las personas de género masculino presentan una media más alta que las personas de género femenino (hombres: $M=34.6$; mujeres: $M=31.8$; $p=0.007$). Los resultados de este estudio divergen de la investigación de Reche (et al., 2022), quien indicaba una mayor autonomía en hombres que en mujeres, lo que subraya la necesidad de explorar más a fondo cómo se manifiesta la autonomía en distintos contextos y su relación con el género.

Al visualizar la literatura, Bello (et al., 2021) sostiene que las personas con alta autonomía toman decisiones basadas en sus propios criterios, mientras que aquellas con baja autonomía dependen de las expectativas externas y de otros para tomar decisiones, lo que vuelve crucial desarrollar la autonomía personal para una ida más segura y satisfactoria. Los resultados no muestran diferencias significativas en la autonomía entre estudiantes universitarios de género masculino y femenino, desafiando la hipótesis inicial: aunque no se observaron diferencias de género, sigue siendo importante promover el desarrollo de la autonomía para mejorar la calidad de vida.

Un aporte adicional podría ser reflexionar sobre cómo la autonomía se puede ver influenciada por factores culturales, sociales y contextuales, más allá del género.

Por ejemplo, en algunas culturas o entornos familiares, se puede fomentar más la independencia y la toma de decisiones individuales, mientras que en otros, se puede valorar más la interdependencia y la consideración de las expectativas sociales. Explorar cómo estos factores influyen en el desarrollo de la autonomía podría proporcionar una comprensión más completa de este aspecto crucial del bienestar psicológico y personal.

De la misma forma en el octavo objetivo específico en donde el producto hallado en la Tabla 11 se concluye que no existe diferencia ($U= 1529,500$; $p= >.05$) entre los grupos de estudio comparados, es por ello que no es posible aceptar la hipótesis específica, ya que no se ha encontrado la diferencia entre los universitarios de género femenino y masculino.

Datos que al ser comparados con la investigación realizada por Mamani, Mamani y Aquize (2021) encontró que no hay datos estadísticamente significativos entre género y dicha dimensión. Esto sugiere que, al igual que en el estudio previo, en esta investigación tampoco se observaron discrepancias discernibles entre estudiantes universitarios de género femenino y masculino en esa dimensión particular. En el octavo objetivo, no se encontraron diferencias significativas entre los grupos estudiados en cuanto a la dimensión analizada. Esto contradice la hipótesis planteada y coincide con los hallazgos de Mamani, Mamani y Aquize (2021), quienes también no observaron diferencias entre géneros en esa dimensión.

Al contrastar esto con la teoría, Hernández (2020) refiere que los individuos que muestran altos niveles en esta dimensión tienen una percepción de control sobre su entorno y se sienten capaces de influir en él, lo que les permite manejar sus propias situaciones; en contraste, aquellos con niveles bajos experimentan dificultades para

dirigir sus propias vidas y carecen de confianza en sí mismos, por lo que la seguridad en uno mismo es crucial para gobernar los asuntos personales y adaptarse a las demandas del entorno. Los hallazgos del octavo objetivo indican que no hay diferencias significativas entre géneros en la capacidad de influencia y control sobre el entorno, desafiando la hipótesis planteada. Según la teoría de Hernández (2020), la confianza en uno mismo es crucial para manejar las situaciones personales, lo que resalta la importancia de la autoconfianza para adaptarse al entorno, aunque no se observaron discrepancias de género en este aspecto.

La investigadora considera como valor innovador adicional a los resultados de estudio el cómo otros factores, además del género, podrían influir en la capacidad de controlar y dirigir el entorno. Por ejemplo, investigar si variables como el estatus socioeconómico, el nivel educativo o los rasgos de personalidad tienen algún efecto en esta dimensión. Esto permitiría una comprensión más completa de los determinantes de la autoconfianza y la habilidad para manejar la propia vida, lo cual sería beneficioso para desarrollar intervenciones dirigidas a fortalecer estas habilidades en diversos grupos demográficos.

CAPITULO V
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

1. Existen diferencias según género en los niveles de Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura, en donde ambos géneros se encuentran en un nivel alto, siendo el género femenino el que predomina con 98.3%, mientras el género masculino obtuvo un 95%.
2. El nivel de bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes varones de psicología de una Universidad Particular de Piura se encontró en un nivel alto 95% y el 5% obtuvo un nivel medio.
3. El nivel de bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes mujeres de psicología de una Universidad Particular de Piura se encontró en un nivel alto 98.3% y el 1.7% en un nivel medio.
4. Existe una diferencia según género en la dimensión de autoaceptación durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura, el género femenino con mayor promedio con un 66.84%, mientras que el género masculino 54.16%.
5. No existe diferencia según género en la dimensión de relaciones positivas durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.
6. No existe diferencias según género en la dimensión de propósito de la vida durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.
7. No existe diferencias según género en la dimensión de crecimiento personal durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.

8. No existe diferencias según género en la dimensión de autonomía durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.
9. No existe diferencias según género en la dimensión de dominio del entorno durante la pandemia COVID en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.

Recomendaciones

- Diseño, planificación, ejecución de programas de apoyo y seguimiento que se centren en fortalecer su bienestar emocional. Esto puede incluir servicios de asesoramiento y recursos específicamente diseñados para atender las necesidades únicas.
- Desarrollo de estrategias cognitivas como la visualización positiva, el afrontamiento activo, la reestructuración cognitiva, dirigidas a mantener y fortalecer el bienestar psicológico de las estudiantes mujeres de Psicología. Esto puede implicar la creación de espacios seguros de apoyo y la promoción de prácticas de autocuidado que ayuden a mantener un alto nivel de bienestar emocional.
- Diseño de programas de desarrollo personal para abordar la autoestima y la aceptación individual. Estos programas podrían beneficiar especialmente al género masculino, que muestra un promedio más bajo en esta área.
- Promover relaciones positivas entre todos los estudiantes de la escuela de Psicología, para fortalecer la conexión social y el apoyo mutuo.
- Promover el crecimiento personal entre todos los estudiantes de Psicología durante la pandemia COVID-19, independientemente de su género. Esto puede lograrse a través de programas y recursos que fomenten el desarrollo de habilidades emocionales, la resiliencia y la autorreflexión.
- Informar a las autoridades pertinentes sobre las diferencias de género hallados en la presente investigación, esto podría facilitar la implementación de programas específicos de apoyo y promoción del bienestar.

CAPITULO VI
REFERENCIAS Y ANEXOS

Referencias

Acevedo Moreno, A y Guevara Díaz, G. (2021). Ansiedad, depresión y estrés en el personal de la salud relacionado con la pandemia Sars- Covid 19 en Colombia. Fundación Universitaria del Área Andina. Disponible en : <https://digitk.areandina.edu.co/flip/index.jsp?pdf=/bitstream/handle/areandina/4164/ANSIEDAD%2c%20DEPRESI%2c%20ESTR%2c%20EN%20EL%20PERSONAL%20DE%20LA%20SALUD%20RELACIONAD%20CON%20LA%20PANDEMIA%20SARS-%20COVID%2019%20EN%20COLOMBIA%20%282%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Araque et al. (2020). *Bienestar psicológico y características sociodemográficas en estudiantes universitarios durante la cuarentena por SARS CoV – 2 (Covid-19)*. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 39 (8), 0798-0264. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55969796012>

Arias Gonzáles, J. y Covinos, M. (2021). Diseño y metodología de la investigación. Editorial Consulting EIRL. Disponible en: https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf

Bello Castillo, I., Martínez Camilo, A., Peterson Elías, P. y Sánchez Vincitore, L. (2021). Estrategias de Afrontamiento: efectos en el bienestar psicológico de universitarios durante la pandemia del COVID-19. *Ciencia y Sociedad*, 46 (4), 31–48. Disponible en: <https://cris.unibe.edu.do/bitstream/123456789/236/1/CyS-10.22206cys.2021.v46i4.pp31-48.pdf>

- Benites, R. (2021). *BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LIMA Y ABANCAY DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19*. Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma. Disponible en: <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/4245/FP-258-21-UGT%20BENITES%20QUISPECAHUANA%20ROSA%20MILAGROS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Carreño, S, L., Bobadilla, B. S., Cardozo, D (2021). Bienestar psicológico en universitarios de México: prevención y atendimento especializado. *Revista Educação Especial*, 34, 1-17. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=313165836059>
- Champoñan Palacios, M. (2021). Análisis teórico del bienestar psicológico formulado por Carol Ryff y Martina Casullo. Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Disponible en: https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/4371/1/TIB_Chapo%c3%b1anPalaciosMaria.pdf
- Cienfuegos Carrasco, E. F. (2022). Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico. *Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico*.
- Cortés Cortés, M., Mur Villar, N., Iglesias León, M. y Cortés Iglesias, M. (2020). Algunas consideraciones para el cálculo del tamaño muestral en investigaciones de las ciencias médicas. *Medisur*, 18 (5), 937 – 942.

Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/medisur/msu-2020/msu205x.pdf>

Delgado Herrada, M., García Horta, J., Téllez López, A. y Zamarripa Rivera, J. (2021). Teoría de la autodeterminación: Una perspectiva teórica para el estudio del trabajo social. *Revista de la Facultad de Trabajo Social y Desarrollo Humano, Universidad Autónoma de Nuevo León*, 11 (2), 9 – 22. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8408523.pdf>

Guzmán, O. J. & Requena, M. M. (2021). *Bienestar psicológico en los practicantes pre profesionales de la carrera profesional de Psicología de dos universidades privadas de Piura*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Disponible en: https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/7995/REP_PSIC_OMAYRA.GUZMAN_MERVI.REQUENA_BIENESTAR.PSICOL%c3%93GICO.PRACTICANTES.PREPROFESIONALES.PSICOLOG%c3%8dA.DOS.UNIVERSIDADES.PRIVADAS.PIURA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Hernández-Lalinde, J. (2020). Salud mental en la adolescencia motevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39 (2). Disponible en: <https://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/6341/PDF.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2022). Perú: Encuesta demográfica y de Salud Familiar [ENDES], 2022, Nacional y Departamental. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4570183/Resumen%3A%20P>

[er%C3%BA.%20Encuesta%20Demogr%C3%A1fica%20y%20de%20Salud%20Familiar%20-%20ENDES%202022.pdf](#)

Jiménez Giraldo, C., Ríos Torres, M. y Jiménez Martín, R. (2024). Revisión de alcance de las características psicométricas de los instrumentos que se han utilizado en la medición del constructo de compasión en los últimos 10 años en población Latinoamericana. Tesis de posgrado, Universidad El Bosque. Disponible en: <https://repositorio.unbosque.edu.co/server/api/core/bitstreams/38607681-61ee-4e31-bae2-5df3cdeb8e49/content>

Jiménez, D., y Núñez, G. (2019). *“Programa de habilidades para la vida en el bienestar psicológico en adolescentes.* Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41111/Jimenez_EDM-Nu%c3%b1ez_MGF.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Khalil, Y., Del Valle, M., Zamora, E., Urquijo, S. (2020). Dificultades de regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 24 (1), 69 – 83. Disponible en: https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/143141/CONICET_Digital_Nro.25d4741c-dda8-4246-964b-fc93f0d3c6e7_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Mamani Sucto, Y., Mamani-Quispe, Y., Aquize Anco, 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), 27 – 33.

Disponible

en:

https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1479/1841

Monsalve, K. (19 de mayo de 2021). *Estar bien, significado de bienestar psicológico*.

Obtenido de <https://elpitazo.net/opinion/estar-bien-significado-de-bienestar-psicologico/>

Mullo Guaminga, H. (2021). Aportaciones en encuestas no probabilísticas y encuestas web. Tesis de posgrado, Universidad de Granada. Disponible en:

<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/71173/81112.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Pérez Morales, J. y Mayorga Lascano, P. (2022). Bienestar psicológico y su relación con la impulsividad e ideación suicida en adolescentes. Revista Psicología

UNEMI, 7 (12), 88 – 99. Disponible en:

https://www.researchgate.net/publication/367009186_Bienestar_psicologico_y_su_relacion_con_la_impulsividad_e_ideacion_suicida_en_adolescentes

Ramírez Aliaga, A. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes de un colegio en el distrito del Rímac. Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola.

Disponible

en:

<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/69d0506c-1994-4a1e-bce6-8fa3f73d1b43/content>

Rebaza Reyes, R. (2021). Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Víctor Larco, 2019.

Tesis de pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia. Disponible en:

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9667/Resiliencia_RebazaReyes_Rocio.pdf?sequence=3

Reche-García, C. Hernández Morante, J., Trujillo Santana, J., González Cisneros, C., Romero Romero, J. y Ortín Montero, F. (2022). Bienestar psicológico de deportistas adolescentes mexicanos confinados por la pandemia del COVID-19. *Cultura, ciencia y deporte*, 17 (52), 7-14. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8459507.pdf>

Reyes, D. (2019). *“LOCUS DE CONTROL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN PERSONAS ADULTAS QUE PERTENECEN A LA IGLESIA CRISTIANA FAMILIA DE LA FE, SULLANA-2019*. Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Piura. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RUMP_d9d5614047921a7a0d67ceecc961d1a2/Details

Rivera, M., & Farfán, Y. (diciembre de 2020). *Afrontamiento del estrés y su relación con el bienestar psicológico a causa del estado de emergencia generado por el Covid-19 en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima este*. Obtenido de https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/3765/Maria_Trabajo_Bachiller_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Rocamora, A., Bermejo, J. y Catalá, T. (2016). *Sanar la culpa*. Editorial PPC. Disponible en: <https://play.google.com/store/books/details?id=XHPHDwAAQBAJ&rdid=book->

XHPHDwAAQBAJ&rdot=1&source=gbs_vpt_read&pcampaignid=books_boo
ksearch_viewport

Ruiz et al. (2020). *Características del bienestar psicológico en jóvenes universitarios en el marco aislamiento preventivo por COVID-19*. Gac Méd Caracas, 128 (2), 359 – 364. Disponible en: <https://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/8883>

Ryan, R. y Deci, E. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. Sciences in Psychology, University of Rochester, Rochester, NY 14627. Disponible en: https://kibbutz.es/wp-content/uploads/2000_ryandeci_spanishampsysh.pdf

Ryff, C. & Singer, B. (2008). Know Thyself and Becom What You Are: A Eduaimonic Approach to Psychological Well-Being. Jurnal of Happiness Studies, 9 (1), 13 – 39. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-006-9019-0>

Salazar-Ayala, C. y Gastélum-Cuadras, G. (2020). Teoría de la autodeterminación en el contexto de educación física: Una revisión sistemática. Retos, 33, 838-844. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7397391.pdf>

Santamaría, L. (2020). *BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES QUE REALIZAN PRÁCTICAS PRE PROFESIONALES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO, AGOSTO- DICIEMBRE 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Disponible en: <https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/2530>

Seligman, M. (2016). Florecer: La nueva psicología positiva y la búsqueda del bienestar. Editorial Oceano. Disponible en: https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=CMuLDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT6&dq=teor%C3%ADa+del+bienestar+seligman&ots=6kHzUpd68D&sig=-PT4uor9xfR6qXaeLsJ7M1_TVuA#v=onepage&q=teor%C3%ADa%20del%20bienestar%20seligman&f=false

Sierra, D. L. (2020). Aspectos Psicológicos Del COVID-19. Ediciones Tektime: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=IZ77DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT10&dq=se+sabe+que+los+trastornos+de+salud+mental+han+aumentado+por+la+pandemia+actual+que+se+est%C3%A1+viviendo+lo+cual+ha+repercutido+a+en+las+personas+j%C3%B3venes,+sobre+todo+en+el+mod.>

Anexos

Anexo 1: Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Dimensiones	Tipo y diseño de investigación	Población y muestra
¿Existen diferencias en los niveles de Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología, según género de una Universidad Particular de Piura?	<p>Objetivo general: Establecer las diferencias en los niveles de Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología, según género de una Universidad Particular de Piura.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar los niveles de bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de género masculino de psicología de una Universidad Particular de Piura. • Determinar los niveles de bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de género femenino de psicología de una Universidad Particular de Piura. • Identificar las diferencias según género en la dimensión de autoaceptación durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura. • Identificar las diferencias según género en la dimensión de relaciones positivas durante la pandemia COVID-19 en 	<p>Hipótesis general Existen diferencias en los niveles de Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existen diferencias en el nivel de Autoaceptación en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura. • Existen diferencias en el nivel de Bienestar Psicológico en el nivel de Crecimiento personal en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura. 	<p>Autoaceptación</p> <p>Crecimiento personal</p> <p>Relaciones positivas</p> <p>Autonomía</p> <p>Propósito de vida</p> <p>Dominio del entorno</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tipo: Sustantiva • Diseño: Descriptivo – comparativo, No experimental 	<p>Población: 630 universitarios</p> <p>Muestra: 120 universitarios</p> <p>Muestreo: Aleatorio simple</p>

	<p>estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar las diferencias según género en la dimensión de propósito de la vida durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura. • Identificar las diferencias según género en la dimensión de crecimiento personal durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura. • Identificar las diferencias según género en la dimensión de autonomía durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura. • Identificar las diferencias según género en la dimensión de dominio del entorno durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología de una Universidad Particular de Piura. 	<ul style="list-style-type: none"> • Existen diferencias en el nivel de Relaciones positivas en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura. • Existen diferencias en el nivel de Autonomía en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura. • Existen diferencias en el nivel de Propósito de la vida en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura. • Existen diferencias en el nivel de Dominio del entorno en estudiantes de psicología según género de una Universidad Particular de Piura. 			
--	---	--	--	--	--

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN UNIVERSITARIOS

Instrucciones:

A continuación, encontrará una serie de enunciados sobre el modo que usted se comporta, siente y actúa. No existen respuestas correctas o incorrectas, solo responda con sinceridad. Los resultados de este cuestionario son estrictamente confidenciales y en ningún caso accesibles a otras personas. Marque su respuesta con un (x) dentro del cuadro que considere necesario según las indicaciones.

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

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

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

33. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo						
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						

Anexo 3: 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 de la escuela de Psicología.

Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es Identificar las diferencias de los niveles de Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología según género de una Universidad Particular de Piura.
- El procedimiento consiste en responder a un cuestionario denominado Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff.
- El tiempo de duración de mi participación es de 15 minutos aproximadamente.
- 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 la autora de la investigación Angie Jesús Feria Castillo mediante correo electrónico para presentar mis preguntas y recibir respuestas.

Finalmente, bajo estas condiciones **ACEPTO** ser participante de la investigación.

Piura, dede 2022.

Angie Jesús Feria Castillo
73067447

En caso de alguna duda o inquietud sobre la participación en el estudio puedo escribir al correo electrónico aferiac1@upao.edu.pe

Anexo 4: 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 de la escuela de Psicología.

Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es Identificar las diferencias de los niveles de Bienestar Psicológico durante la pandemia COVID-19 en estudiantes de Psicología según género de una Universidad Particular de Piura.
- El procedimiento consiste en responder a un cuestionario denominado Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff.
- El tiempo de duración de la participación de mi menor hijo(a)/tutoriado(a) es de 15 minutos aproximadamente.
- 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 la autora de la investigación Angie Jesús Feria Castillo 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.

DNI del Padre/tutor del estudiante: _____

Piura, dede 2022.

Angie Jesús Feria Castillo

DNI N°: 73067447

En caso de alguna duda o inquietud sobre la participación en el estudio puedo escribir al correo electrónico aferiac@upao.edu.pe

Anexo 5: Solicitud de permiso

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

SOLICITUD DE PERMISO PARA UTILIZAR INSTRUMENTO ADAPTADO (EBP)

SOLICITO: Permiso para utilizar el cuestionario adaptado Escala de Bienestar Psicológico (EPB).

Srta.

Erika Fiorella Cienfuegos Carrasco
del 2022

13 de mayo

Es grato dirigirme a usted para saludarla y a la vez desearle éxitos en su gestión. Soy la Srta. Angie Jesús Feria Castillo, identificada con DNI 73067447 estudiante del X ciclo de la Escuela de Psicología de la Universidad Privada Antenor Orrego – Filial Piura; con código de matrícula N° 000183508.

Recurro a usted para solicitarle:

Su permiso para utilizar el instrumento adaptado Escala de Bienestar Psicológico (EBP), en donde realizaré un trabajo de investigación para obtener el título de Licenciada en Psicología titulado: “BIENESTAR PSICOLÓGICO DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA, SEGÚN GÉNERO DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE PIURA”, es por ello que necesito contar con su autorización para utilizar dicho instrumento.

Atentamente.



Angie Jesús Feria Castillo
DNI:73067447

Anexo 6: Autorización de la autora de la adaptación

SOLICITUD DE PERMISO PARA UTILIZAR INSTRUMENTO ADAPTADO (EBP)

Externo

Recibidos x



Angie Jesus Feria Castillo <aferiac1@upao.edu.pe>

para cienfuegoserika ▾

vie, 13 may, 20:32



Erika Fiorella Cienfuegos Carrasco <cienfuegoserika@gmail.com>

para mí ▾

lun, 16 may, 22:56



Buenas noches estimada Angie, gracias por tu interés en mi investigación, tienes el permiso correspondiente para utilizarla con fines académicos. Éxitos en tu trabajo de investigación, mis mejores deseos para ti.

El vie, 13 may 2022 a las 20:32, Angie Jesus Feria Castillo (<aferiac1@upao.edu.pe>) escribió:

1

Anexo 7: Prueba de normalidad

Tabla 12

Prueba de Normalidad Kolmogorov-Smirnov del Instrumento: Escala de Bienestar Psicológico

	Estadístico K-S	Sig.
Escala General	,092	,015
Autoaceptación	,083	,043
Relaciones Positivas	,111	,001
Propósito de Vida	,115	,001
Crecimiento Personal	,084	,035
Autonomía	,110	,001
Dominio del Entorno	,075	,092

En la Tabla 12 se muestran los datos obtenidos de la prueba de normalidad, la cual fue ejecutada para decidir la prueba estadística con la que se trabajará la comparación. Se observa que la escala general y que los primeros 5 dimensiones presenta una distribución no normal ($p = <.05$) y que las dimensiones de Dominio del Entorno manifiestan una distribución normal ($p = >.05$). Debido a que más que sea una dimensión presenta una distribución no normal, se decidirá hacer uso de la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney para la comparación de rangos.