



Universidad Andina del Cusco
Facultad de Ciencias de la Salud
Escuela Profesional de Psicología



TESIS

Bienestar psicológico en estudiantes de una academia pre cadete de la ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021

Línea de investigación: Psicología Clínica, Psicología Educativa

Presentada por:

Bach. Willmann Eliud Gastañaga Paz

Código ORCID 0009-0008-0886-0343

Para optar al título profesional de:

Licenciado en Psicología.

Asesor:

Dr. Gareth Del Castillo Estrada

ORCID

0000-0001-8108-3802

CUSCO – 2023



Metadatos

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Willmann Eliud Gastañaga Paz
Número de documento de identidad	44706171
URL de Orcid	0009-0008-0886-0343
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Dr. Ps. Gareth Del Castillo Estrada
Número de documento de identidad	41884386
URL de Orcid	0000-0001-8108-3802
Datos del jurado	
Presidente del jurado (jurado 1)	
Nombres y apellidos	Mg. Ps. Juan Segismundo Durand Guzman
Número de documento de identidad	24486087
Jurado 2	
Nombres y apellidos	Dra. Ps. Rocio Liney Pezua Vasquez
Número de documento de identidad	40110608
Jurado 3	
Nombres y apellidos	Mtra. Ps. Joya Bettina Contreras Florez
Número de documento de identidad	23800574
Jurado 4	
Nombres y apellidos	Mgt. Ps. Soraida Pilco Loaiza
Número de documento de identidad	23818780
Datos de la investigación	
Línea de investigación de la Escuela Profesional	Psicología Clínica – Psicología Educativa

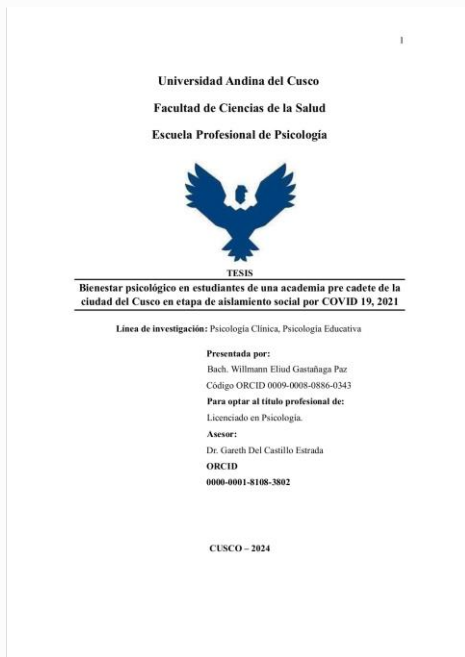


Digital Receipt

This receipt acknowledges that **Turnitin** received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author: Willmann Eliud Gastañaga Paz
Assignment title: Quick Submit
Submission title: Tesis 6
File name: TESIS_TERMINADA_2023_-_WILLMANN_ELIUD_GASTA_AGA_PA ...
File size: 686.72 K
Page count: 72
Word count: 14,109
Character count: 78,538
Submission date: 10- Mar-2024 08:51PM (UTC -0500)
Submission ID: 2317092209





Tesis 6

ORIGINALITY REPORT

SIMILARITY INDEX **25%** INTERNET SOURCES **23%** PUBLICATIONS **7%** STUDENT PAPERS **12%**

PRIMARY SOURCES

1	repositorio.upagu.edu.pe Internet Source	2%
2	repositorio.umch.edu.pe Internet Source	2%
3	Submitted to Universidad Católica de Santa María Student Paper	1%
4	Submitted to Universidad Privada del Norte Student Paper	1%
5	intra.uigv.edu.pe Internet Source	1%
6	repositorio.upeu.edu.pe Internet Source	1%
7	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Student Paper	1%



Agradecimientos.

A la Universidad Andina Del Cusco por permitirme formar parte de la familia universitaria y forjar mi desarrollo profesional, personal y social con el fin de contar con un mejor elemento dentro de mi carrera profesional.

A los docentes y autoridades de la escuela profesional de psicología, ya que impartieron sus saberes y experiencias dándome su invaluable acompañamiento durante mi vida universitaria y así poder alcanzar mis objetivos.

A mi asesor el Dr. Gareth Del Castillo Estrada por darme su apoyo, orientación y siempre el mejor ánimo tanto dentro de las aulas universitarias como también para desarrollar la presente tesis, brindándome su disposición tuve uno de los mejores ejemplos hacia mi persona.

A mi madre Aydee, mi hermana Evelin y mi hija Lucero. Mis 3 rosas quienes siempre estuvieron a mi lado dándome su apoyo incondicional en todo sentido durante toda mi formación. Todo lo bueno que tengo en mi vida es por ellas.



Dedicatoria.

A Dios por brindarme la fortaleza y sabiduría necesaria con cada experiencia para poder construirme cada vez de mejor forma.

A mi madre por ser el mejor ejemplo de trabajo y perseverancia. Su calidad como persona y profesional fue uno de los principales pilares en mi formación.

A mi hermana quien siempre fue el soporte en mi formación y tuvo la opinión acertada como persona y profesional dándome el mejor ejemplo formado por valores éticos y morales.

A mi hija Lucero quien siempre estuvo pendiente de mi progreso profesional y laboral.

A mi hijo Eros a quien mediante pensamientos y actitudes deseo darle el mejor ejemplo.



ÍNDICE

	Pág.
Agradecimientos.	02
Dedicatoria.	03
Resumen.	10
Abstract.	11
CAPITULO I: INTRODUCCION.	12
1.1 Línea de investigación.	12
1.2 Planteamiento del problema.	12
1.3 Formulación del problema.	15
1.2.1 Problema general.	15
1.2.2 Problemas específicos.	15
1.3 Justificación.	16
1.3.1 Conveniencia.	16
1.3.2 Relevancia social.	17
1.3.3 Implicancias prácticas.	17
1.3.4 Valor teórico.	18
1.3.5 Utilidad metodológica.	18
1.4 Objetivos de la investigación.	18



1.4.1	Objetivo general.	18
1.4.2	Objetivos específicos.	18
1.5	Delimitación del estudio.	19
1.5.1	Delimitación espacial.	19
1.5.2	Delimitación temporal.	19
1.6	Aspectos éticos.	20
CAPITULO II: MARCO TEORICO.		21
2.1	Antecedentes del estudio.....	21
2.1.1	Antecedentes internacionales.	21
2.1.2	Antecedentes nacionales.	22
2.1.1	Antecedentes locales.	23
2.2	Bases teóricas.	24
2.2.1	Bienestar psicológico.	24
2.2.2	Teorías del bienestar psicológico.	26
a)	Teoría universalista.	26
b)	Teoría de la adaptación.	26
c)	Teoría de discrepancia.	27
d)	Teoría de Seligman.	27
2.2.3	Modelo multidimensional del bienestar psicológico de Ryff.	28
a)	Autoaceptación.	28
b)	Relaciones positivas.	28
c)	Autonomía.	29



d) Dominio del entorno.	29
e) Crecimiento personal.	29
f) Propósito en la vida.	30
2.2.4 Importancia del bienestar psicológico.	30
2.2.5. características en el bienestar psicológico.	30
2.2.6 Componentes en el bienestar psicológico.	31
2.2.7 Plan de salud en el contexto de COVID 19 – Perú 2020 – 2021.	31
2.3 Variable.	33
2.4 Operacionalización de la variable.	34
2.5 Definición de términos básicos.	35
CAPITULO III: METODO.	37
3.1 Enfoque.	37
3.2 Alcance del estudio.	37
3.3 Diseño de investigación.	37
3.4 Población.	38
3.5 Muestra.	39
3.6 Instrumento de recolección de datos.	40
3.7 Validez y confiabilidad del instrumento.	41
3.8 Plan de análisis de datos.	41
CAPITULO IV: RESULTADOS DE LA INVESTIGACION.	42
4.1 Resultado respecto a objetivos específicos.	42



4.1.1 Dimensión autoaceptación.	42
4.1.2 Dimensión relaciones positivas.	44
4.1.3 Dimensión autonomía.	45
4.1.4 Dimensión dominio del entorno.	46
4.1.5 Dimensión propósito en la vida.	47
4.1.6 Dimensión crecimiento personal.	48
4.2 Resultado respecto al objetivo general.	50
CAPITULO V: DISCUSION.	52
5.1 Descripción de lo hallazgos mas relevantes y significativos.	52
5.2 Limitaciones del estudio.	55
5.3 Comparación critica con la literatura existente.	55
5.4 Implicancias del estudio.	62
Conclusiones.	63
Sugerencias.	65
Referencias bibliográficas.	66
APENDICES.	70
Matriz de consistencia.	71
Instrumentos de recolección de datos.	72
Consentimiento informado.	73



INDICE DE TABLAS.

	Pág.
Tabla 01. Bienestar psicológico.	34
Tabla 02. Distribución poblacional según genero de estudiantes	38
Tabla 03. Distribución de la muestra según genero de estudiantes.	39
Tabla 04. Niveles de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico.	42
Tabla 05. Niveles de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico.	44
Tabla 06. Niveles de la dimensión autonomía del bienestar psicológico.	45
Tabla 07. Niveles de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico.	46
Tabla 08. Niveles de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico.	47
Tabla 09. Niveles de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico. ...	48
Tabla 10. Niveles de bienestar psicológico de estudiantes, según género.	49
Tabla 11. Niveles de bienestar psicológico de estudiantes.	50



INDICE DE FIGURAS.

	Pág.
Figura 01. Distribución poblacional de estudiantes según género.	38
Figura 02. Distribución de la muestra de estudiantes según género.	40
Figura 03. Niveles de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico.	43
Figura 04. Niveles de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico.	44
Figura 05. Niveles de la dimensión autonomía del bienestar psicológico.	45
Figura 06. Niveles de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico.	46
Figura 07. Niveles de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico.	47
Figura 08. Niveles de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico.	48
Figura 09. Niveles de bienestar psicológico de estudiantes, según género.	49
Figura 10. Niveles de bienestar psicológico de estudiantes.	51



RESUMEN

La investigación tiene como objetivo de describir el nivel de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, el enfoque de la investigación es cuantitativa, de alcance descriptivo, tipo no experimental, se utilizó una muestra de 152 estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, para la recolección de los datos se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, en cuanto al análisis de resultados, se utilizó el paquete estadístico SSPS24. Dentro de los resultados se encontró niveles de bienestar psicológico en nivel medio, en cuanto a las dimensiones autoaceptación en nivel medio, relaciones positivas en nivel medio, autonomía en nivel bajo, dominio de entorno en nivel bajo, propósito de vida en nivel bajo, crecimiento personal en nivel bajo.

Palabra clave: Bienestar psicológico, estudiantes, academia, COVID 19, Cusco.



ABSTRACT

The research aims to describe the level of psychological well-being of students of a pre-cadet academy of the City of Cusco in a stage of social isolation due to COVID 19, 2021, the focus of the research is quantitative, descriptive in scope, non-experimental type, a sample of 152 students from a pre-cadet academy of the City of Cusco in a stage of social isolation due to COVID 19, 2021 was used, for the data collection the Ryff Psychological Well-being Scale was used, in terms of the analysis of results, the statistical package SSPS24 was used. Among the results, levels of psychological well-being were found at a medium level, in terms of the dimensions self-acceptance at a medium level, positive relationships at a medium level, autonomy at a low level, mastery of the environment at a low level, life purpose at a low level, growth low level staff.

Keyword: Psychological well-being, students, academy, COVID 19, Cusco.



Capítulo I

Introducción

1.1 Línea de investigación.

Educativa.

1.2 Planteamiento del problema.

En la ciudad del Cusco la academia pre cadete “RIKCH’ARI”, es un centro de preparación pre cadete, la cual tiene más de 12 años en el mercado cusqueño siendo una de las academias pre cadete que cuenta con más ingresantes a la Escuela Técnico Superior de la Policía Nacional del Perú (ETS – PNP) “Mariano Santos Mateos” - Cusco, obteniendo los primeros puestos a nivel regional, en la actualidad la academia pre cadete “RIKCH’ARI”, presenta 250 estudiantes matriculados, de los cuales 210 estudiantes son de género masculino y 40 son de género femenino, que se presentan entre edades de 18 a 23 años de edad, los cuales provienen de diferentes provincias de la región, así como de la misma provincia del Cusco y diferentes regiones del país.

Dentro de ello la PNP es una institución que pertenece al Ministerio del Interior la cual se encarga de la seguridad interna del país, cumple con los objetivos de mantener, restablecer y garantizar el orden interno del país (Portal del Estado Peruano, 2006).

La Escuela Técnico Superior de la PNP (ETS - PNP) “Mariano Santos Mateos” se ubica en la Región del Cusco, donde se desarrolla formación en principios y valores, para acceder a la escuela de formación los postulantes deben cumplir requisitos específicos para llegar ser estudiantes del centro formación, encontrando los siguientes: ser peruano de nacimiento, no tener antecedentes policiales, ni judiciales y cumplir



características específicas para poder desenvolverse en la carrera policial siendo la edad, salud mental y física, etc. (Borda y Candia, 2018).

Para ello es importante entender que la salud mental es un indicador relevante para el ingreso, formación y desempeño de estos futuros cadetes por lo cual la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017), señala a la salud como aquel estado de bienestar psicológico, fisiológico y social que no solo se presenta en ausencia de enfermedad. El tener la salud mental en un estado óptimo de bienestar que garantiza y permite a la persona tener consciencia de ella, esto para poder superar situaciones tensas y difíciles propias de la vida (OMS, 2013).

Así mismo la OMS (2017), señaló que 300 millones de seres humanos presentan depresión, y que esto ha ido en aumento en un 18% desde el 2005 al 2017. Así también la salud mental de los adolescentes representa el 16% de las enfermedades esto entre edades de entre 10 a 19 años (Organización Panamericana de la Salud, 2018).

El Ministerio de Salud (MINSA, 2020) señala que por el contexto de la pandemia coronavirus 2020 (COVID 19), las personas vienen experimentando diferentes malestares tales como emociones negativas e incertidumbre, esto por una respuesta natural ante este evento que es amenazante, produciendo, estrés, miedo, tristeza, temor, ansiedad, sentimientos de preocupación, irritabilidad, miedo de enfermarse o morir, trastornos del sueño y la alimentación, esto agravándose aún más debido a que muchas personas no llegan a cubrir sus necesidades y no presentan redes de soporte emocional y social adecuados.

Dentro del proceso de evaluación para el ingreso de los estudiantes es importante su bienestar psicológico debido a que su formación profesional lo requiere tanto para los exámenes que debe pasar y para el ejercicio policial.



Ryff (1989) menciona que el bienestar psicológico viene a ser el afianzamiento de aquellas capacidades que permiten el desarrollo personal esto a través de actividades positivas. También señala que el bienestar psicológico no se basa solamente en la satisfacción de necesidades y placeres, sino que en el crecimiento personal del individuo (Ryff y Singer, 2006).

Según datos del MINSA (2020) actualmente el país viene pasando por un estado de cuarentena que se da con el aislamiento social, viene perjudicando la salud mental de la población, esto llegando a afectar a diferentes sectores de la población ya sea por edad género, entre otros, dentro de ellas la población de adolescentes y jóvenes que se encuentran en edades promedio de entre 12 y 25 años. En el presente la población estudiantil está cambiando su rutina, tanto personal y de aprendizaje, con el uso de nuevas tecnologías, así mismo a sectores de la población estudiantil le viene produciendo incertidumbre, siendo esta la población que se encuentra en preparación para ingresar a diferentes casas de estudio o escuelas de formación, dentro de ella se tiene a la población de estudiantes en etapa de aislamiento social por COVID 19 de la academia pre cadete “RIKCH’ARI” de la Ciudad del Cusco, debido a que esta población por lo general espera mucho tiempo para la convocatoria de los exámenes de ingreso a dicha institución castrense, ya que se genera un futuro incierto en cuanto a la próxima convocatoria de postulación en muchos casos afectando su bienestar psicológico, acompañado por la misma naturaleza de un aislamiento social donde se cortan muchos de los derechos de la persona, ya sea el quedarse en casa, el no tener relaciones sociales propios de su edad, el tener la incertidumbre de una próxima convocatoria para su postulación, la economía afectada, el ver amenazada su salud, entre otros, esto genera en ellos estrés, miedo, ansiedad, temor, cambios en el sueño irritabilidad sentimientos de soledad debido a que muchos de ellos viven solos y la falta de soporte social y emocional hacen que afecte su



salud mental se vea afectada dentro de ello sus relaciones positivas, autoaceptación, autonomía, propósito en la vida, dominio del entorno, crecimiento personal y por ende su bienestar psicológico, afectando su formación profesional y generándoles problemas futuros en su centro de labor.

Así también actualmente se refleja en el bajo rendimiento académico y el aumento en la frecuencia de consultas psicológicas, referidas a su salud personal, familiar y el proceso de evaluación para el ingreso a la escuela de la policía.

Por tal situación, el bienestar psicológico de las personas es muy importante para poder reducir y manejar mejor el impacto psicológico que genera esta pandemia para promover y restablecer las actividades con normalidad, por ello la salud mental de la población en este contexto de pandemia es muy importante (MINSA, 2020), por ello es necesario priorizar estrategias de intervención psicológica debido a que hoy si bien se presentan diversos malestares en los estudiantes, también se debe tener en cuenta el impacto post pandemia en los estudiantes en etapa de aislamiento social por COVID 19 (SARS – COV - 2), promover programas de diagnóstico oportuno e intervención terapéutica y seguimiento en lo que refiere al cuidado de la salud mental y bienestar psicológico.

1.3 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿Cuál es el nivel de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021?



- ¿Cuál es el nivel de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021?
- ¿Cuál es el nivel de la dimensión autonomía del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021?
- ¿Cuál es el nivel de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021?
- ¿Cuál es el nivel de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021?
- ¿Cuál es el nivel de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021?
- ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, según género?

1.3 Justificación

1.3.1 Conveniencia

Beneficia a la academia pre cadete “RIKCH’ARI”, esto mediante los datos obtenidos, permitiéndole tomar medidas de intervención en la población que toma sus servicios, mejorando su calidad educativa y sus estrategias de enseñanza frente a esta situación y sobre todo preservando la salud de sus estudiantes los cuales que si bien no se ubican en un grupo de alto riesgo, pueden tener un porcentaje de riesgo asociado al



COVID 19, ellos podrían portar el virus y contagiar a familiares que si se presentan en una población de alto riesgo, así también el que los estudiantes no tengan un buen bienestar psicológico puede generar a que desarrollen patologías y les pueda generar problemas asociados en el futuro, previniendo lo antes mencionado conllevará a que la academia pueda prestar una mejores servicios frente a otros competidores de su mismo rubro.

1.3.2 Relevancia social

Brinda información acerca de cómo se viene presentando el bienestar psicológico en estudiantes en etapa de aislamiento social por COVID 19, esto permitirá a tomar medidas para poder mejorar la salud mental de los estudiantes, así también la información generada beneficiará a personas interesadas en lo que se viene dando actualmente con la salud mental debido al aislamiento social, mediante ello se beneficiará a la población con futuros policías que cuenten con un bienestar psicológico adecuado, lo que por consiguiente permitirá un mejor servicio hacia la población, esto permitiendo generar impacto no solo en los estudiantes, sino también en las familias de los estudiantes que confían en los servicios de la presente institución.

1.3.3 Implicancias prácticas

Identifica el bienestar psicológico en estudiantes en etapa de aislamiento social por COVID 19, esto permitirá actualizar herramientas de diagnóstico y programas de intervención para la población de estudio, mediante ello replicarlas en poblaciones con similar característica, así también proponer nuevas guías de intervención especializadas en ámbito clínico y educativo, así mismo se podría aplicar dicha evaluación de bienestar psicológico en estudiantes de la ETS, así como en controles mensuales y mejorarlas mediante talleres, finalmente con el fin de proponer nuevas políticas en cuanto al ámbito de la salud mental.



1.3.4 Valor teórico

Genera bibliografía referente a la coyuntura en esta etapa de aislamiento social por COVID 19, ya que en la actualidad se encuentran pocas investigaciones en referencia al comportamiento humano dentro de un contexto de cuarentena y sus repercusiones en la salud mental, también se actualizará la bibliografía vigente en cuanto al bienestar psicológico se refiere.

1.3.5 Utilidad metodológica

El estudio de la variable permite comprender como se viene desarrollando la salud mental en estudiantes en etapa de aislamiento social por COVID 19, los datos obtenidos servirán de base para correlacionar la variable de estudio con otras variables, correlacionándolas y desarrollando investigaciones experimentales, ya que con ellos se podrán generar nuevos instrumentos permitiendo establecer soluciones post COVID 19.

1.4 Objetivos de la investigación

1.4.1 Objetivo general

Describir el nivel de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021

1.4.2 Objetivos específicos

- Describir el nivel de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021
- Identificar el nivel de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021



- Indicar el nivel de la dimensión autonomía del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021
- Describir el nivel de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021
- Identificar el nivel de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021
- Describir el nivel de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021
- Describir el nivel de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, según género

1.5 Delimitación del estudio

1.5.1 Delimitación espacial

Se desarrolló en la Región del Cusco, Provincia de Cusco, Distrito de Cusco en una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco, 2021.

1.5.2 Delimitación temporal

Se desarrolló entre los meses de marzo con el planteamiento del problema, revisión bibliográfica, análisis de datos, interpretación y presentación de resultados finales desde septiembre del 2020 al 2021.



1.6 Aspectos éticos

Se respetó el código de ética del psicólogo peruano, esto mediante la confidencialidad de los datos de las personas evaluadas, también se presentó un consentimiento informado, por el cual se mencionará el objetivo de la investigación, derechos del evaluado e información de la prueba psicológica siendo muy importante para acreditar el respeto de los derechos del evaluado y del código de ética (Apéndice C).



Capítulo II

Marco Teórico

2.1 Antecedentes del estudio

2.1.1 Antecedentes internacionales

Friere (2014), realiza la tesis titulada “El bienestar psicológico en los estudiantes universitarios: operativización del constructo y análisis de su relación con las estrategias de afrontamiento”, tuvo como objetivo principal describir la medida en que el bienestar psicológico genera un afrontamiento eficaz ante el estrés académico, de tipo no experimental, de diseño descriptivo simple. Concluye indicando que el modelo de Ryff es el que muestra mejor explicación teórica en los datos obtenidos, se encontró relación significativa entre las dimensiones del bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento del estrés académico,

Martínez (2016), realiza la investigación denominada “Bienestar psicológico en estudiantes de psicología de primero y segundo año que tienen mascotas comparado con estudiantes que no tienen”, dentro de la investigación el objetivo fue de identificar el bienestar psicológico en alumnos de psicología organizacional y clínica de primer y segundo año, que poseen mascotas comparado con estudiantes que no lo poseen. Investigación de tipo no experimental, descriptivo comparativo, se indica que los estudiantes que tienen mascotas presentan un nivel de bienestar psicológico mayor a los que no los poseen. Concluye que se encuentra bienestar psicológico debido a la influencia de las mascotas y que son importantes para la atención en pacientes.

Valerio y Serna (2017) realiza un estudio denominado “Redes Sociales y Bienestar psicológico del estudio Universitario”, el objetivo fue explorar la relación entre



el bienestar psicológico y el uso de las redes sociales (Facebook). Investigación de tipo no experimental de alcance exploratorio. Concluye señalando que se encuentra una relación negativa entre los aquellos estudiantes dedicados al uso del Facebook y el bienestar psicológico, subjetivo y material, también se obtuvo una relación positiva entre el número de publicaciones y fotos que los estudiantes comparten en Facebook.

2.1.2 Antecedentes nacionales.

Campos (2018) realiza la investigación denominada “Bienestar psicológico en estudiantes (según semestre de estudios y genero) de una universidad privada de Lima”, el objetivo principal fue analizar la relación entre bienestar psicológico y sus variables “sociodemográficas” del semestre de estudios y género. Tesis de tipo no experimental, descriptivo. Concluye obteniendo una correlación no significativa entre el género y relaciones positivas, así también no se encuentra relación con las otras variables y las variables “sociodemográficas”.

Ruiz (2019), realizó una investigación denominada “Bienestar Psicológico en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana”, su objetivo fue describir el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. Tesis de tipo no experimental de alcance descriptivo. Concluye que los estudiantes presentan nivel bajo de bienestar psicológico dentro de la autoaceptación se encontró un nivel normal, relaciones positivas en un nivel bajo, autonomía en un nivel bajo, dominio del entorno en un nivel bajo, propósito de la vida en nivel bajo, crecimiento personal en un nivel bajo. Concluye proponiendo programas de intervención con los datos obtenidos.

Zapata (2016), realizó la investigación titulada “Bienestar Psicológico y bienestar Social en estudiantes universitarios que realizan danzas Folklóricas”. su objetivo investigación fue comparar el bienestar psicológico y el bienestar social en un grupo de



estudiantes universitarios que entrenan y practican danzas folklóricas con otro grupo de características similares que no realiza dicha actividad. Tesis de tipo no experimental, de alcance descriptivo comparativo, concluye señalando que los estudiantes que practican danzas folklóricas presentan mejor bienestar psicológico y frente a los que tienen una vida sedentaria.

Sánchez (2016), llevó a cabo una investigación designada “Bienestar psicológico en adolescentes de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca”. Tuvo objetivo describir el bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa en Cajamarca. Tesis de tipo no experimental, descriptiva simple. Concluye señalando que el bienestar psicológico de los estudiantes está en un nivel promedio, así mismo los estudiantes tienen niveles altos en las dimensiones de autonomía y relaciones positivas y niveles bajos en cuanto al crecimiento personal.

2.1.3 Antecedentes locales

García y Yabar (2017), realizan la investigación denominada “Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de Urcos – Quispicanchi - Cusco, 2017”. Su objetivo principal fue identificar la estrategia de afrontamiento predominante en estudiantes de 4to y 5to de la institución educativa en cuestión y su bienestar psicológico en niveles, según cada estrategia de afrontamiento que predomine. Investigación de alcance descriptivo comparativo, de tipo no experimental de corte transversal. Concluye mencionado que en mayoría los estudiantes que participaron presentan estrategias dirigidas a resolver problemas, presentando también un bienestar psicológico entre medio y alto.

De la Torre y Miranda (2016). Bienestar psicológico en relación al rendimiento académico de los estudiantes del sexto semestre de Estomatología de la Universidad Alas



Peruanas filial Cusco, 2016. El objetivo principal de la investigación fue indicar la relación entre bienestar psicológico y el rendimiento académico en estudiantes del sexto semestre de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas filial Cusco. Tesis de tipo no experimental, descriptivo correlacional. Concluye señalando que existe una relación significativa entre ambas variables.

Inofuente (2018), realizó una investigación titulada “Factores asociados al bienestar psicológico en conductores de empresas de transporte público urbano de la ciudad de Cusco, 2018. Su objetivo principal determinar la asociación que existe entre el bienestar psicológico y los factores asociados en conductores de las empresas de transporte público urbano activas en el Cusco 2018, Tesis de tipo no experimental, descriptivo correlacional. Concluye señalando que no se encuentra una relación significativa entre los factores asociados y el bienestar psicológico.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Bienestar psicológico

La Organización Mundial de la Salud (2017), define la salud como aquel estado de bienestar fisiológico, psicológico y social que no solo se presenta en ausencia de enfermedad, así también tener una salud mental adecuada garantiza y permite a la persona tener consciencia de ella, esto para poder superar situaciones tensas y difíciles propias de la vida.

Ryff (1989), indica que el bienestar psicológico viene a ser el desarrollo de aquellas capacidades que permiten el crecimiento personal esto a través de actividades positivas. También señala que el bienestar psicológico no se basa solamente en la satisfacción de necesidades y placeres, sino que en el desarrollo personal del individuo (Ryff y Singer, 2006). El concepto de bienestar psicológico también hace referencia a la relación de sentirse bien tanto con la apariencia física, el grado de intelectualidad y



económica del individuo, esto no solamente relacionándose y asociándose con dichas variables, sino también con la subjetividad de la persona (Diener, Suh y Oishi, 1997) en (Casullo, 2002).

Así también, Casullo y Castro (2000) consideran que el bienestar psicológico, está basado también en la valoración de las experiencias de las personas, esto quiere decir que el significado que las personas le dan a sus experiencias va acorde a sus características individuales, esto repitiéndose en la sociedad en general, mediante la interacción, y el establecimiento de los lazos ya sean de afectividad o de amistad, permitiéndole que tenga aceptación y adaptación dentro de un espacio social. También se puede señalar que el bienestar psicológico es el grado en que el individuo le da valor a su vida desde el punto de vista positivo, esto lográndose percibir mediante el logro de los objetivos personales del individuo (Veenhoven, 2013).

García - Viniegras & Gonzales (2000), indican que el bienestar psicológico, es de tipo subjetivo esto debido a que obedece a una reacción inmediata del estado de ánimo de las personas, siendo considerado parte de la experiencia humana en relación con su presente y futuro, esto ante el logro de las metas que tenga el individuo.

A su vez se diferencia con la calidad de vida debido a la interacción de sus factores tanto por los aspectos de tipo económico ambiental y cultural que tenga el individuo (Velázquez, 2008).

Finalmente, Liberalesso (2001) indica que el bienestar psicológico vendría a ser aquella evaluación de tipo valorativa en la cual se toman las creencias, valores, condición social de la persona y sean orgánicas, psíquicas, las cuales guardan relación con sus metas y objetivos personales.



2.2.2 Teorías del bienestar psicológico

Ryff (1989), señala que el bienestar psicológico presenta variaciones, esto dependiendo de las características del individuo, estas pueden ser su género, su edad, cultura, entre otros para lo cual influye la percepción que presenta acerca de la vida y de su entorno que lo rodea ya sea su medio ambiente o la sociedad que convive con él, dentro de ello encontramos los siguientes modelos:

a) Teoría universalista

En la presente teoría se considera la satisfacción que el individuo alcanza mediante sus logros obtenidos, en relación a la satisfacción de sus necesidades básicas (Ryan, 1996) en (Castro Solano, 2009).

Dentro de ellos señala tres necesidades universales básicas:

- Autonomía
- Competencia
- Relaciones

Las mismas que al individuo pueden permitirle a lograr su satisfacción intrínseca, esto cubriendo sus necesidades básicas, esto quiere decir que amor felicidad el individuo será capaz de lograr sus metas personales con mayor coherencia y mejores atribuciones personales (Castro Solano, 2009).

b) Teoría de la adaptación

En la presente teoría se hace un análisis de la felicidad, esto ante el impacto de eventos que son estresantes para el individuo, esto permitiéndoles adaptarse, generándoles una homeostasis de su bienestar, se demuestra que los niveles de bienestar en las personas varían según a las adversidades y vicisitudes, esto significa que las personas se adaptan dichas circunstancias, pero no en toda su totalidad (Diener, Lucas & Scollon, 2006) en (Castro Solano, 2009).



c) Teoría de Discrepancia

La presente teoría es propuesta en relación de la satisfacción, esto dentro de la autopercepción del bienestar señalando que el bienestar y como las personas hacen la comparación de la misma desde los estándares y las condiciones en las que pertenecen en su actualidad (Michelos, 1986) en (Ruiz, 2019).

d) Teoría de Seligman

Según Seligman (2011), desarrolla su enfoque de la felicidad partiendo de la psicología positiva y como se desarrolla en su entorno, dentro de ello menciona que la psicología positiva tiene como centro de sus teoría el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida que este puede generar, señalando que la psicología positiva impulsa el bienestar de las personas, así también señala que el bienestar vendría a ser un constructo, mientras que la felicidad es el fin y que puede ser medida así como el bienestar.

Para Seligman (2011), su modelo de bienestar contiene las siguientes dimensiones:

- Emociones positivas: Dentro de ellas se encuentran emociones tales como la felicidad, alegría, gratitud, placer, empatía, entre otros.
- Compromiso: En el cual señala que esta dimensión esta medida de manera subjetiva como la anterior dimensión, basándose estrictamente en el nivel de compromiso que tiene el individuo para obtener sus metas, esto en fin de satisfacer sus necesidades y lograr un nivel de responsabilidad.
- Significado: En esta dimensión señala que es fundamental en aspectos relacionados a las emociones debido a que este es la meta final de la vida, dentro de ello señala dos tipos un logro de tipo momentáneo y un logro para toda la vida, ambos presentan aspectos positivos y negativos, esto en referencia a que este logro es tan buscado que



al final pierde el verdadero objetivo por el que fue buscado, en muchos casos olvidando las emociones positivas.

- Relaciones positivas: Son importantes debido a que permiten brindar cualidades importantes para el desarrollo de las personas ante los objetivos de la vida.

2.2.3 Modelo multidimensional del bienestar psicológico de Ryff

Ryff (1989), dentro del modelo multidimensional señala que el bienestar psicológico presenta seis dimensiones las cuales son las siguientes:

a) Autoaceptación

El cual señala como aquella actitud positiva de la persona hacia uno mismo, esto quiere decir que las personas que presentan un nivel alto de autoaceptación sienten satisfacción consigo mismo esto ante cualquier vicisitud de la vida ya sean positivas o negativas por lo que se hace una característica importante dentro de la funcionalidad de la persona esto dentro de sus características psicológicas. También se señala las consecuencias pasadas influyen en la capacidad de autoaceptación del individuo (Castro, 2002).

Así también la a auto aceptación, refiere a la evaluación propia de las cualidades positivas que el individuo presente y también a las cualidades negativas (Chávez, 2008).

b) Relaciones positivas

Está relacionada a aquella capacidad de mantener y presenta relaciones satisfactorias con las demás personas esta de manera calidad, empática y de confianza, que a su vez genera capacidad de amar a las personas que son próximas a él, así también se considera, como relaciones negativas a aquellas que generan aislamiento social, soledad, el deterioro de relaciones sociales y amicales esto llevándole a afectar el bienestar del individuo (García, 2006).



Pérez (2017) hace referencia a que las relaciones positivas y aquellos vínculos sociales sean de manera sólida y significativas esto permitiéndoles establecer lazos de confianza con su medio. Sin embargo, el retraimiento, la falta de soporte emocional y la soledad generan repercusiones de tipo negativo en la salud de las personas (Vielma y Alonso 2010).

c) Autonomía

Es aquella capacidad relacionada a la independencia y a la individualidad esto sin afectar de manera negativa la relación con su contexto, así también se relaciona con la autodeterminación y aquella habilidad de afrontar la presión de las demás personas, con la finalidad que la persona pueda hacerse una autoevaluación sin tener problemas. Por consiguiente, es aquella capacidad que permite al individuo manejar sus decisiones de forma independiente con propia autoridad sobre el mismo (Vielma y Alonso 2010).

d) Dominio del entorno.

Es aquella capacidad que presenta el individuo para crear y elegir ambientes estos adecuados a sus condiciones, generándolas de acuerdo a las oportunidades que se le presenten. Así mismo se puede referir es aquella capacidad de manejar su medio mediante decisiones propias, desarrollándose a partir de escoger y aplicarlas en sus deseos y necesidades (Pérez, 20170.)

e) Crecimiento personal

En la presente dimensión el individuo busca centrarse en desarrollar su potencial con el fin de crecer como personas, siendo la apertura al a experiencia un elemento básico, así mismo esta dimensión se relaciona con emociones constructivas esto desarrollado a través de la maduración individual basada en la explotación de las competencias personales (Zubieta y Delfino, 2010).



Vielma y Alonso (2010) señalan que esto se logra mediante la madurez generada por las competencias individuales, esto referido a las experiencias que permiten desarrollar herramientas de crecimiento personal en diferentes dimensiones, tanto personales, profesiones, entro otros.

f) Propósito en la vida

Son aquellas creencias que se tiene de la vida estas relacionadas a su sentido y su propósito, se incluyen los objetivos personales, las metas y las intenciones que se tienen a futuro, dentro de ellas influyen la productividad y la creatividad, las que permiten desarrollar mejores decisiones a futuro.

Hengler (2009), señala que son los valores producidos por la moral y la ética de las personas ante la toma de decisiones que van con lo anhelado alcanzando el éxito sin importar la meta trazada, esto en referencia a los intereses personales como colectivos que presente el individuo, influyendo en sus capacidades tanto productivas y creativas.

2.2.4 Importancia del Bienestar Psicológico

Para (Blanco & Diaz, 2005) en (Moreta, Gabion, Barrera, 2017), señalan que el bienestar psicológico viene a ser parte fundamental de la vida del individuo, esto debido a que le permite encontrar el equilibrio entre sus creencias, expectativas, la realidad, sus metas personales, ideas y su realidad, esto permitiéndole desarrollar un estilo de vida adecuado, mediante el desarrollo del afrontamiento de los retos de la vida de manera que sean armoniosos para obtener las metas deseadas.

2.2.5 Características en el bienestar Psicológico

Vázquez, Hervás, Rahona y Gómez (2009) mencionan que las personas dentro de su bienestar psicológico presentan las siguientes características siendo las siguientes:

- Los individuos consiguen sentirse bien con ellas mismas, incluso cuando saben de sus propias limitaciones y desventajas.



- Conservan y mejoran sus relaciones sociales volviéndolas de mejor calidad con las personas que los rodean y mantienen relaciones sociales.
- Son capaces de adaptarse para lograr satisfacer sus deseos y sus necesidades.
- Lograron desarrollar un sentido individual de su persona y la libertad de las personas con las que se rodean.
- Logran descubrir el propósito el propósito de sus esfuerzos individuales y los retos que se le presentan.
- Logran conservar la dinámica de su progreso y su aprendizaje esto en relación de sus capacidades individuales

2.2.6 Componentes en el Bienestar Psicológico

Casullo (2002), refiere que existen 3 componentes que conforman el bienestar psicológico que se relacionan con diferentes componentes psicológicos individuales que dirigen el comportamiento que engloba las emociones, cogniciones y componentes vinculados dentro de ello señala lo siguiente

- El componente que refiere a los estados emocionales tanto negativos y positivos
- El componente referido a lo cognitivo
- El componente referido a aquellas relaciones que vinculan a los demás componentes esto permitiendo señalar que el bienestar psicológico es un constructo que comprende de una triada entre los componentes señalados

2.2.7 Plan de salud mental en contexto de COVID 19 – Perú 2020 – 2021

Según el MINSA (2020), dicho plan promueve el bienestar de la población esto a través del cuidado de la salud mental, dentro de ello cuenta con diferentes objetivos siendo los siguientes

- Reducir el impacto de la pandemia en la población esto respecto su salud mental, mediante el fortalecimiento de los recursos tanto individuales y comunitarios de



afrontamiento, con el fin de brindar atención a personas con problemas mentales dentro del contexto de la crisis social y económica que se presenta debido a la pandemia.

- Promover el cuidado y el autocuidado esto en relación a la salud mental de la población que se debe desarrollar de manera mutua.
- Atender a aquellas personas que presentan problemas de salud mental, esto fortaleciendo, articulando y expandiendo la oferta del Estado en sus diferentes niveles.
- Dentro de ello se aplicará dentro de las siguientes variables: El autocuidado, el equipo de primera línea, el acompañamiento psicosocial, problemas de salud mental en la población, los problemas psicosociales, la resiliencia, el cuidado mutuo, recursos colectivos o comunitarios, los recursos individuales, el estrés, la salud mental, la vulnerabilidad psicosocial, el duelo y trastornos mentales y del comportamiento.

Enfoques del presente plan:

- Territorialidad
- Derechos humanos
- Determinantes sociales de la salud
- Curso de vida
- Género
- Interculturalidad

2.3 Variable

- Bienestar Psicológico



2.4 Operacionalización de la variable

Tabla 1

Bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021

Variable	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Valoración
Bienestar Psicológico	El bienestar psicológico viene a ser el desarrollo de aquellas capacidades que permiten el crecimiento personal esto a través de actividades positivas que están relacionadas con la autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, crecimiento personal de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021 (Riff 1989)	Auto aceptación	Evaluación positiva de uno mismo	1, 7, 13, 19, 25.	Alto Medio Bajo
		Relaciones positivas	Preocupación por los demás	2, 8, 14, 20, 26, 31, 32.	
		Autonomía	Independencia Resistencia a la presión	3, 4, 9, 10, 15, 21, 27, 33.	
		Dominio del entorno	Control sobre situaciones de su alcance	5, 11, 16, 22, 28, 39.	
		Propósito en la vida	Sentido de la vida	6, 12, 17, 18, 23, 29.	
		Crecimiento personal	Autopercepción de expansión personal	24, 30, 34, 35, 36, 37, 38.	



2.5 Definición de términos básicos

2.5.1 Autoaceptación: Refiere a la evaluación propia de las cualidades positivas que el individuo presente y también a las cualidades negativas (Chávez, 2008).

2.5.2 Autonomía: Es aquella capacidad que permite al individuo manejar sus decisiones de forma independiente con propia autoridad sobre el mismo (Vielma y Alonso 2010).

2.5.3 Bienestar psicológico: Viene a ser el desarrollo de aquellas capacidades que permiten el crecimiento personal esto a través de actividades positivas (Ryff, 1989)

2.5.4 Crecimiento personal: Refiere a la dimensión el individuo busca centrarse en desarrollar su potencial con el fin de crecer como personas, siendo la apertura al a experiencia un elemento básico (Ryff, 1989).

2.5.5 Dominio de entorno: Es aquella capacidad de manejar su medio mediante decisiones propias, desarrollándose a partir de escoger y aplicarlas en sus deseos y necesidades (Pérez, 20170.)

2.5.6 Propósito de vida: Son aquellas creencias que se tiene de la vida estas relacionadas a su sentido y su propósito, se incluyen los objetivos personales, las metas y las intenciones que se tienen a futuro, dentro de ellas influyen la productividad y la creatividad, las que permiten desarrollar mejores decisiones a futuro (Ryff, 1989).

2.5.7 Relaciones positivas: Hace referencia a que las relaciones positivas y aquellos vínculos sociales sean de manera sólida y significativas esto permitiéndoles establecer lazos de confianza con su medio (Pérez, 2017).



2.5.8 Salud mental: Es aquel estado de bienestar que garantiza y permite a la persona tener consciencia de ella, esto para poder superar situaciones tensas y difíciles propias de la vida (OMS, 2013).



Capítulo III

Método

3.1 Enfoque

De enfoque cuantitativo, en cual comprende del uso de puntuaciones, categorías numéricas para determinar los niveles de los objetivos de la presente investigación, de tal manera los resultados del estudio se obtendrán una vez desarrollado el procesamiento de datos cuantitativos y análisis de los mismos respecto a la variable bienestar psicológico (Hernández, Fernández y Baptista, 2016).

3.2 Alcance del Estudio

Investigación descriptiva, donde se busca explicar determinadas características o propiedades del fenómeno u objeto de estudio, identificándose ciertas tendencias en grupos o poblaciones (Hernández et al., 2016), en el caso particular del estudio se identifican y describe la presentación de la variable bienestar psicológico en estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco.

3.3 Diseño de investigación

No experimental - transversal, en la cual no se manipula ninguna variable de estudio, basándose solo en la descripción de la variable, esto realizado en un determinado tiempo y espacio (Hernández et al., 2014).

Investigación de diseño no experimental - descriptivo:

M ————— O



Dónde:

M: Estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco

O: Bienestar psicológico

3.4 Población

Población de estudio que comprende de 250 estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, distribuida por 210 estudiantes varones y 40 mujeres.

Tabla 2

Distribución poblacional de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, según género.

Género de estudiantes	f	%
Varones	210	84
Mujeres	40	16
Total	250	100

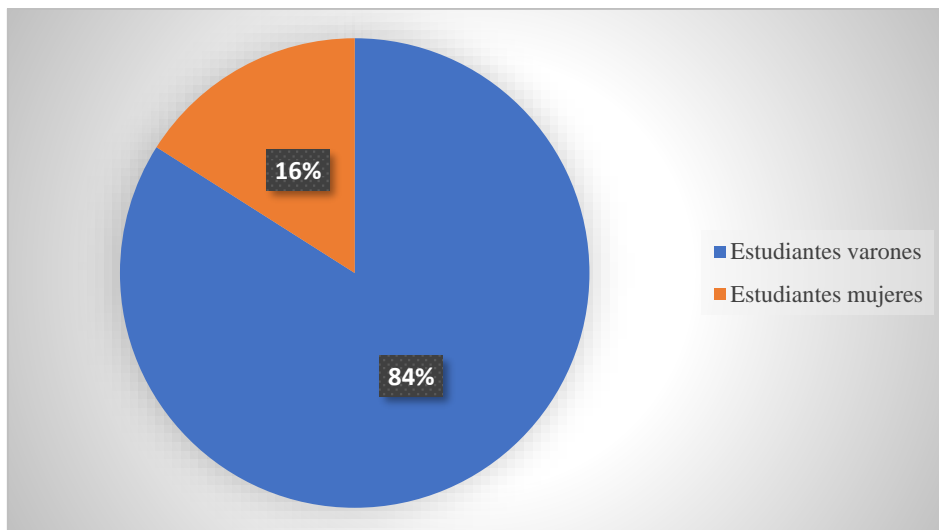


Figura 1. Distribución poblacional de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, según género.



Población de estudio que comprende de 250 estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, distribuida por 210 estudiantes varones y 40 estudiantes mujeres, tabla 2 y figura 1.

3.5 Muestra

Tipo de muestra probabilística - estratificada, la cual se aplica para poblaciones finitas, usándose la aleatorización simple, donde todos los participantes tienen la misma probabilidad de ser evaluados, estratificada por géneros se utiliza la siguiente formula (Hernández et al., 2014).

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

Z²	=	1.96 (Nivel de Confianza = 95%)
P	=	0.5 (50% área bajo la curva)
Q	=	0.5 (50% comp. bajo la curva)
E	=	0.05 (5% de error muestral)
N	=	250 (Población absoluta)

Se obtiene una muestra total de **n** = 152 estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021

Tabla 3

Distribución de la muestra poblacional de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, según género.

Género de estudiantes	f	%
Varones	128	84
Mujeres	24	16
Total	152	100

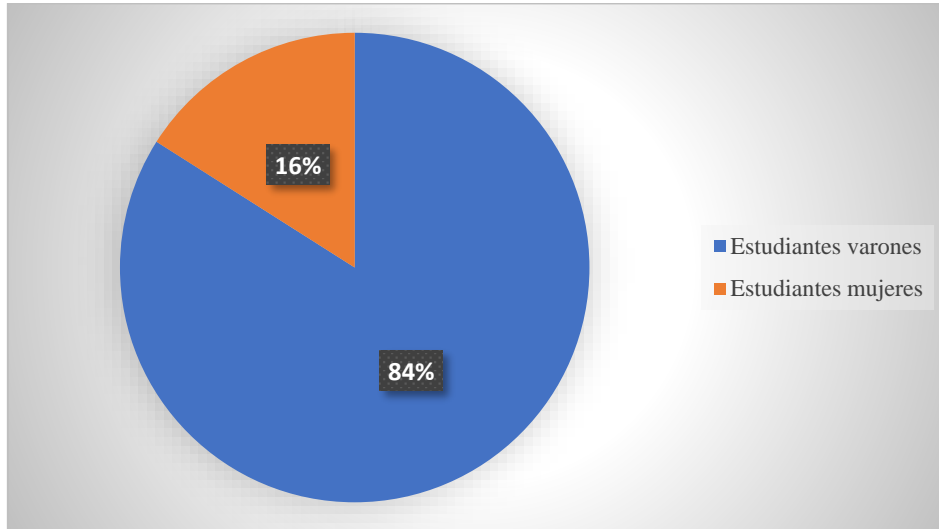


Figura 2. Distribución de la muestra de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, según género.

La muestra de estudio comprende de 152 estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, distribuida por 128 estudiantes varones y 24 estudiantes mujeres, tabla 3 y figura 2.

3.6 Instrumento de recolección de datos

a) Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1995) (Apéndice B)

Nombre original : Escala de Bienestar Psicológico

Autor : Carol Ryff (1995)

Procedencia : EEUU

Adaptación peruana : Carranza (2014)

Administración : Individual y colectiva

Objetivo : Evaluar Bienestar Psicológico

Aplicación : De entre 16 a 30 años.

Contenido : 39 ítems

Áreas de evaluación : Relaciones positivas

Auto aceptación

Autonomía



Crecimiento personal

Dominio del entorno

Propósito en la vida

Duración : Aproximadamente 15 min.

3.7 Validez y confiabilidad del instrumento

La escala de bienestar psicológico de Ryff, fue adaptado por Carranza (2014) para el contexto peruano en la Ciudad de Lima, encontrado en un valor de 0.870 de validez lo cual indica que es un instrumento que se encuentra dentro del rango de lo que mide, así también su coeficiente de confiabilidad se encuentra entre 0.70 a 0.84 lo que permite determinar que el instrumento cumple con los requisitos mínimos ser aplicado.

3.8 Plan de análisis de datos

Para el análisis de datos descriptivos se utilizó tablas y gráficos los cuales señalaran la distribución poblacional y la frecuencia que presenten, esto permitirá identificar los resultados obtenidos.

En el caso del análisis estadístico inferencial, se utilizó el software o paquete estadístico IBM SPSS versión 24, el cual permite determinar los niveles de la variable de estudio permitiendo describir las dimensiones y variable.



Capítulo IV

Resultados de la investigación

Los resultados fueron obtenidos a través mediante la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1995), adaptada por Carranza (2014) para Perú y aplicada en estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021.

4.1 Resultado respecto a los objetivos específicos

4.1.1 A continuación se busca responder al primer objetivo específico vinculado a la dimensión; autoaceptación del bienestar psicológico. donde Se observa que en la tabla 4, se encuentra una mayor cantidad de estudiantes evaluados en el nivel medio, con 52.0%, seguido del nivel bajo con 41.4% y por último un 6.6% de evaluados en el nivel alto, comprendiendo la autoaceptación como la valoración de las características negativas y positivas, veremos que mayormente los evaluados generan actitudes equilibradas hacia sí mismo, sin significar esto una la completa satisfacción o una constante crítica hacia su persona.

Tabla 4

Niveles de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico

Nivel	<i>f</i>	%
Alto	10	6.6
Medio	79	52
Bajo	63	41.4
Total	152	100

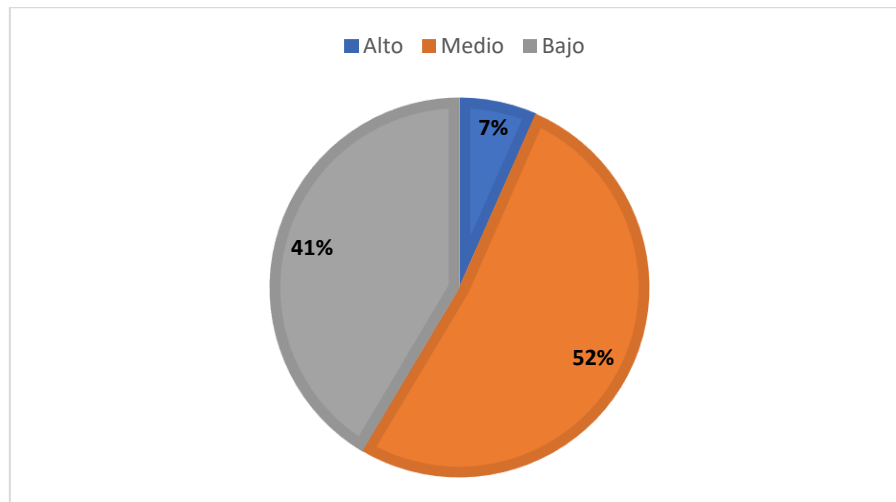


Figura 3. Niveles de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico



4.1.2 A continuación se busca responder al segundo objetivo específico vinculado a la dimensión; relaciones positivas del bienestar psicológico. donde se observa en la tabla 5, que mayor cantidad de estudiantes se ubican en el nivel medio con 52.6% de evaluados, seguido de los niveles bajo con 37.5% y por último el nivel alto con 9.9% de evaluados. Esto permite identificar que la mayor parte de estudiantes evaluados, son capaces de mantener relaciones positivas, de manera que permitan generar empatía o confianza en sus relaciones, de manera que puedan generar vínculos sociales sólidos y de confianza.

Tabla 5

Niveles de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico

Nivel	<i>f</i>	%
Alto	15	9.9
Medio	80	52.6
Bajo	57	37.5
Total	152	100

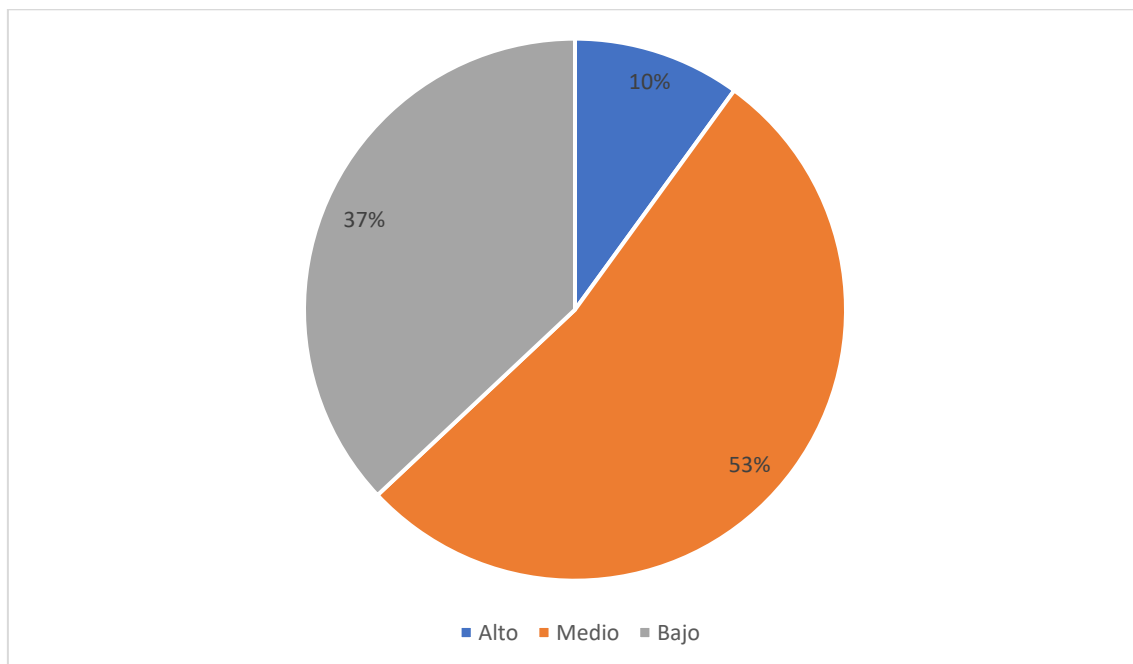


Figura 4. Niveles de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico



4.1.3 A continuación se busca responder al tercer objetivo específico vinculado a la dimensión; autonomía del bienestar psicológico. donde Se observa que en la tabla 6, se encuentra que en mayor cantidad de estudiantes se ubican en el nivel bajo con 65.8% de evaluados, seguido de los niveles medio con 30.9% y por último el nivel alto con 3.3% de evaluados. Los resultados permiten identificar que la mayor parte de estudiantes evaluados no son capaces de manejar sus decisiones con independencia plena, es decir necesitan de apoyo u orientación de otros, siendo importante el contexto o entorno para afrontar problemas que se le presenten.

Tabla 6

Niveles de la dimensión autonomía del bienestar psicológico

Nivel	<i>f</i>	%
Alto	5	3.3
Medio	47	30.9
Bajo	100	65.8
Total	152	100

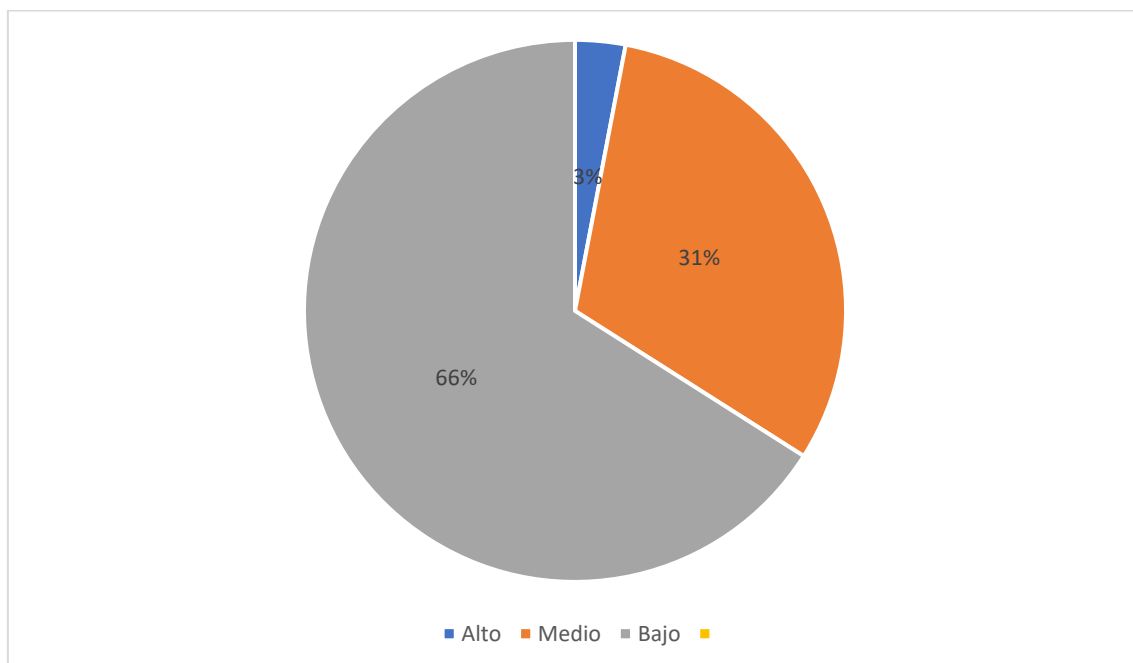


Figura 5. Niveles de la dimensión autonomía del bienestar psicológico



4.1.4 Dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico

A continuación, se busca responder al cuarto objetivo específico vinculado a la dimensión: dominio del entorno, donde se observa en la tabla 7, que se encuentra la mayor cantidad de estudiantes en el nivel bajo con 67.1% de evaluados, seguido de los niveles medio con 27.0% y por último el nivel alto con 5.9% de evaluados. Se observa que, en su mayoría, los evaluados no son capaces de gestionar fácilmente entornos relacionados a sus capacidades, que permitan en suma satisfacer sus necesidades y deseos, dicha condición se asocia con la dimensión autonomía, dada la implicancia de dificultades en el manejo de su medio por decisiones propias.

Tabla 7

Niveles de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico

Nivel	<i>f</i>	%
Alto	9	5.9
Medio	41	27
Bajo	102	67.1
Total	152	100

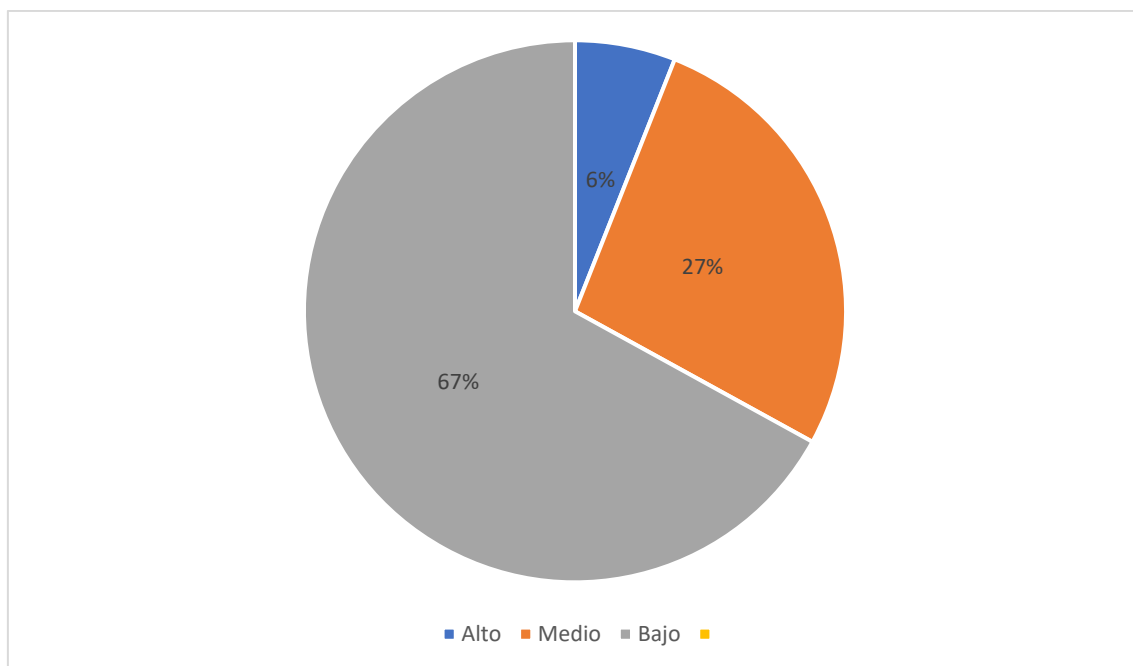


Figura 6. Niveles de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico



4.1.5 A continuación se busca responder al quinto objetivo específico vinculado a la dimensión; propósito en la vida del bienestar psicológico. donde Se observa que en la tabla 8, se encuentra que la mayoría de evaluados se ubica en el nivel medio con 51,3% de evaluados seguido del nivel alto con 39.5% y por último el nivel bajo con 9.2% de evaluados., considerando la importante cantidad e evaluados en el nivel alto, a pesar de ser el nivel medio el predominante. Los resultados encontrados señalan que los evaluados son capaces de asignar un sentido y propósito a su vida, reflejado la posibilidad de identificar su objetivos personales e intenciones que tienen en el futuro, dichos resultados son claramente comprendidos si consideramos el ámbito actual de formación de los evaluados, que se orienta a la búsqueda de sus metas con productividad y creatividad.

Tabla 8

Niveles de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico

Nivel	f	%
Alto	60	39.5
Medio	78	51.3
Bajo	14	9.2
Total	152	100

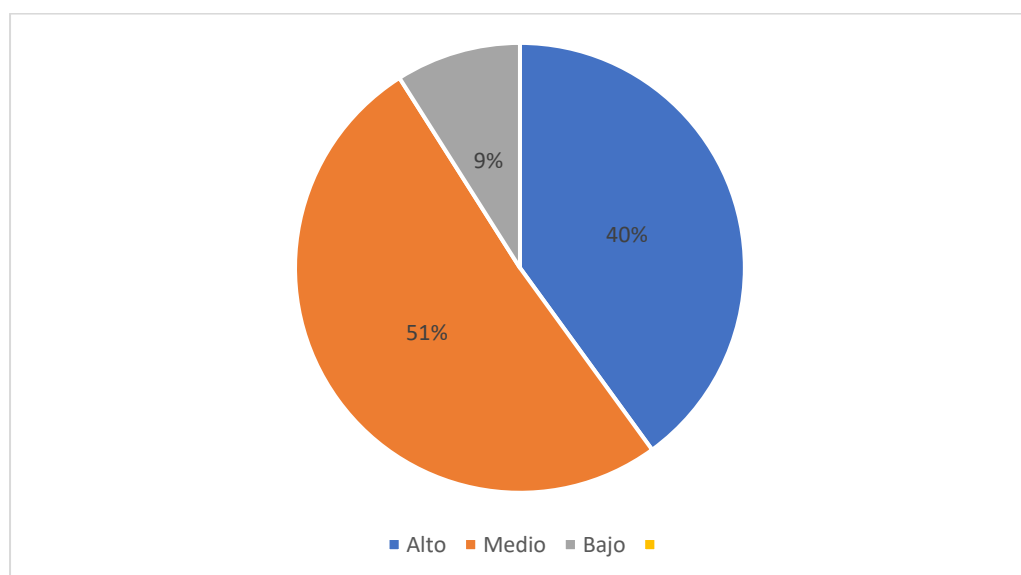


Figura 7. Niveles de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico



4.1.6 A continuación se busca responder al sexto objetivo específico vinculado a la dimensión; crecimiento personal, donde se observa que en la tabla 9, se encuentra que se agrupa una mayor cantidad de estudiantes en el nivel bajo con 82.2% de evaluados, seguido del nivel medio con 17.8% de evaluados. Estos resultados permiten entender que los estudiantes aún no son capaces de centrarse en el desarrollo de su potencial personal, no evidenciándose la apertura a la experiencia, ni tampoco la gestión de emociones constructivas pudiendo deberse los mencionados resultados a la falta de madurez que no permite el desarrollo de competencias propias del crecimiento personal.

Tabla 9

Niveles de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico

Nivel	<i>f</i>	%
Medio	27	17.8
Bajo	125	82.2
Total	152	100

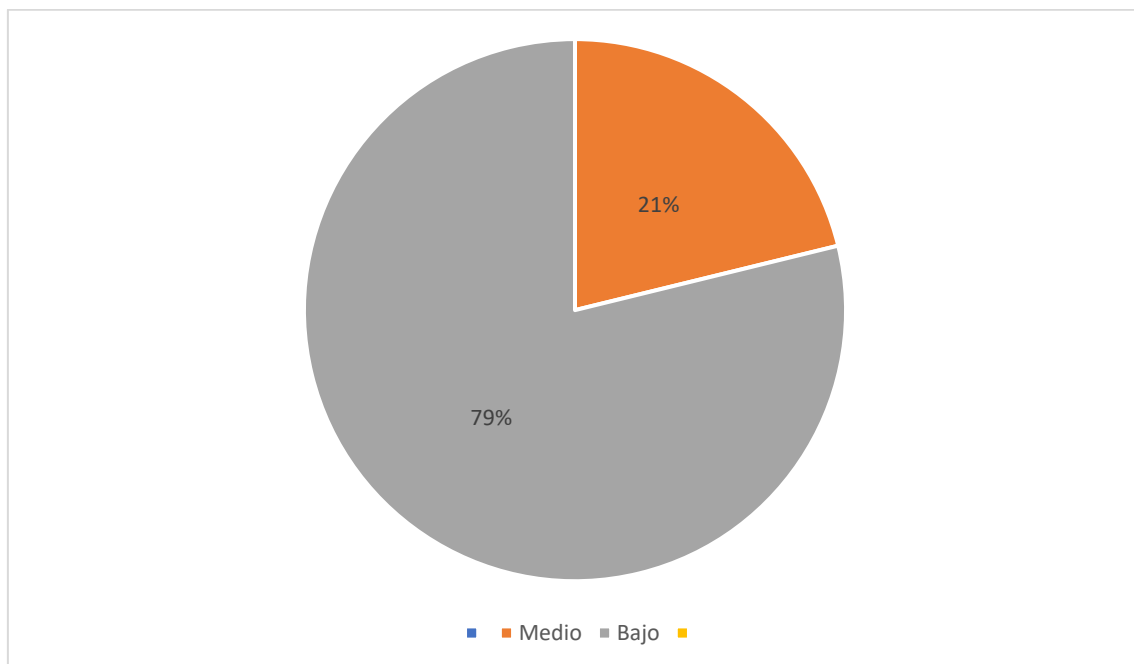


Figura 8. Niveles de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico



4.1.7 Bienestar psicológico de estudiantes, según género se observa que en la tabla 10, se identifica que tanto varones como mujeres se presentan con mayor frecuencia en el nivel medio con 68.0% en varones y 58.3% en mujeres, como siguiente nivel se encuentra el nivel bajo con 28.1% en varones y 41.7% en mujeres y por último el nivel alto con 3.9% de varones y ninguna mujer, esto quiere decir que en mayor proporción los varones presentan mayor bienestar psicológico a comparación de las mujeres en el presente estudio.

Tabla 10

Niveles de bienestar psicológico de estudiantes, según género

Nivel	Masculino		Femenino	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Alto	5	3.9	0	0
Medio	87	68	14	58.3
Bajo	36	28.1	10	41.7
Total	128	100	24	100

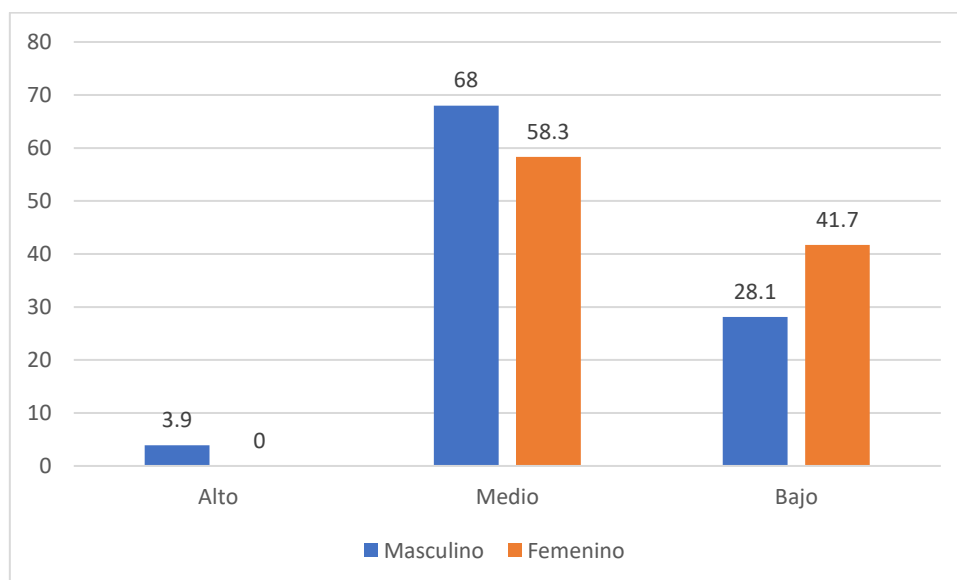


Figura 9. Niveles de bienestar psicológico de estudiantes, según género



4.2 Resultados respecto al objetivo general

4.2.1 A continuación buscamos responder sobre la variable; bienestar psicológico donde se observa que en la tabla 11, donde se considera los tres niveles diagnósticos establecidos por el instrumento empleado, pudiendo identificarse un mayor grupo estudiantes en el nivel medio, con 66.4% de evaluados, seguido del nivel bajo, con 30.3% y por último el nivel alto, con 3.3% de evaluados. Los resultados indican que existe un desarrollo moderado de capacidades que permiten el crecimiento personal en la población estudiada, no limitándose dichas capacidades únicamente a la satisfacción de necesidades o búsqueda de placeres, logran sentirse bien tanto con la apariencia física, el grado de intelectualidad y económica del individuo, esto no solamente relacionándose y asociándose con dichas variables, sino también con la subjetividad del individuo.

Tabla 11

Niveles de bienestar psicológico de estudiantes

Nivel	<i>f</i>	%
Alto	5	3.3
Medio	101	66.4
Bajo	46	30.3
Total	152	100

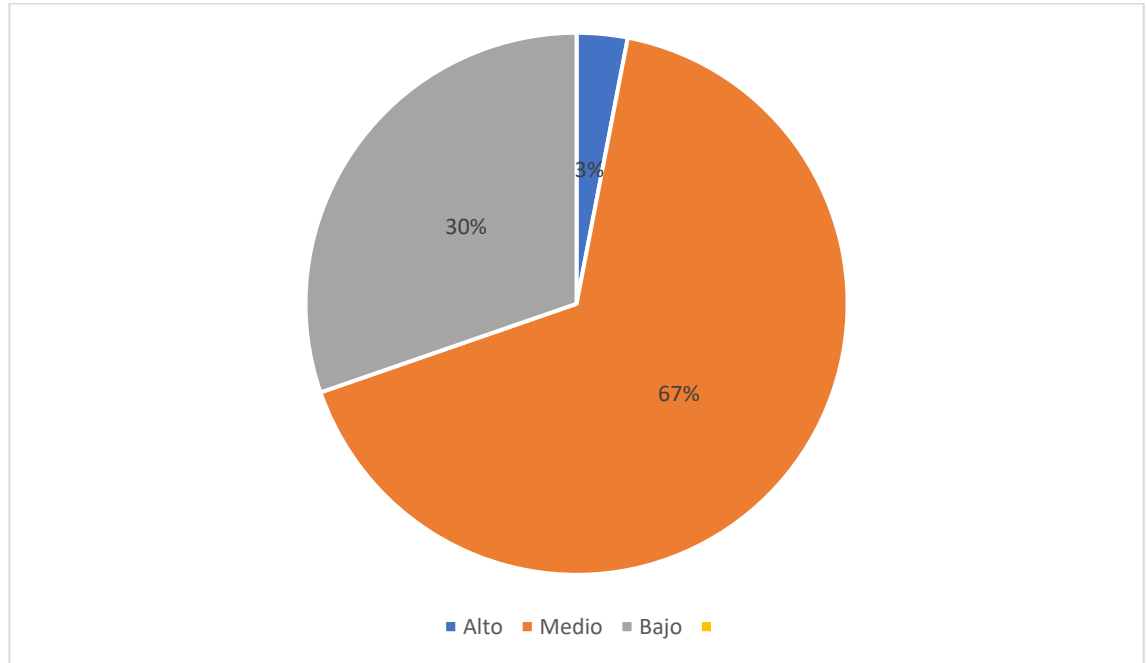


Figura 10. Niveles de bienestar psicológico de estudiantes



Capítulo IV

Discusión

5.1 Descripción de los hallazgos más relevantes y significativos

Se exponen los resultados vinculados a los objetivos de investigación, estos obtenidos mediante la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1995), adaptada para la versión peruana por Carranza (2014) y aplicada en estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se describe en primer lugar los objetivos específicos, y finalmente el objetivo general de investigación.

En referencia al primer objetivo específico, referente a niveles de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se encuentra una mayor cantidad de estudiantes evaluados en el nivel medio, seguido del nivel bajo y por último el nivel alto, estos resultados nos permiten considerar que la autoaceptación en los estudiante presentan actitudes equilibradas hacia sí mismos, sin significar por tanto una la completa satisfacción o una constante crítica hacia sus personas.

Con referencia al segundo objetivo, niveles de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se aprecia que la mayor cantidad de estudiantes se ubican en el nivel medio, seguido por el nivel bajo y por último el nivel alto, entendiéndose que la mayor parte de estudiantes evaluados, son capaces de mantener relaciones positivas, de manera que permitan generar empatía o confianza en sus relaciones, de manera que puedan generar vínculos sociales sólidos y de confianza.



En relación al tercer objetivo, niveles de la dimensión autonomía del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se encuentra que la mayor cantidad de estudiantes se ubican en el nivel bajo de evaluados, seguido de los niveles medio y por último el nivel alto de evaluados. Los resultados permiten identificar que la mayor parte de estudiantes evaluados no son capaces de manejar sus decisiones con independencia plena, es decir necesitan de apoyo u orientación de otros, siendo importante el contexto o entorno para afrontar problemas que se le presenten.

En cuanto al cuarto objetivo, niveles de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se encuentra que la mayor cantidad de estudiantes se ubican en el nivel bajo de evaluados, seguido de los niveles y por último el nivel alto. Se observa que, en su mayoría, los evaluados no son capaces de gestionar fácilmente entornos relacionados a sus capacidades, que permitan en suma satisfacer sus necesidades y deseos, dicha condición se asocia con la dimensión autonomía, dada la implicancia de dificultades en el manejo de su medio por decisiones propias.

En cuanto al quinto objetivo, niveles de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se encuentra que la mayoría de evaluados se ubica en el nivel bajo medio, seguido del nivel alto y por último el nivel bajo, considerando la importante cantidad de evaluados en el nivel alto, a pesar de ser el nivel medio el predominante. Los resultados encontrados señalan que los evaluados son capaces de asignar un sentido y propósito a su vida, reflejado la posibilidad de identificar sus objetivos personales e intenciones que tienen en el futuro, dichos resultados son



claramente comprendidos si consideramos el ámbito actual de formación de los evaluados, que se orienta a la búsqueda de sus metas con productividad y creatividad.

En relación al sexto objetivo, niveles de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se encuentra que se agrupa una mayor cantidad de estudiantes en el nivel bajo, seguido del nivel medio de evaluados. Estos resultados permiten entender que los estudiantes aún no son capaces de centrarse en el desarrollo de su potencial personal, no evidenciándose la apertura a la experiencia, ni tampoco la gestión de emociones constructivas pudiendo deberse los mencionados resultados a la falta de madurez que no permite el desarrollo de competencias propias del crecimiento personal.

En cuanto al séptimo objetivo, niveles de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, según género, se identifica que tanto varones como mujeres se presentan con mayor frecuencia en el nivel medio en varones y en mujeres, como siguiente nivel se encuentra el nivel bajo en varones y en mujeres y por último el nivel alto de varones y ninguna mujer, esto quiere decir que en mayor proporción los varones presentan mayor bienestar psicológico a comparación de las mujeres en el presente estudio.

En referencia al objetivo general, se observa que en la tabla 11, en cuanto al objetivo niveles de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, donde se considera los tres niveles diagnósticos establecidos por el instrumento empleado, pudiendo identificarse un mayor grupo estudiantes en el nivel medio, seguido del nivel bajo y por último el nivel alto de evaluados. Los resultados indican que existe un desarrollo



moderado de capacidades que permiten el crecimiento personal en la población estudiada, no limitándose dichas capacidades únicamente a la satisfacción de necesidades o búsqueda de placeres, logran sentirse bien tanto con la apariencia física, el grado de intelectualidad y económica del individuo, esto no solamente relacionándose y asociándose con dichas variables, sino también con la subjetividad del individuo.

5.2 limitaciones de estudio

Las limitaciones de la investigación parte de su metodología son dadas teniendo en cuenta un alcance descriptivo de la investigación el mismo que no permite generar inferencias respecto a la variable y población en estudio.

Al ser una muestra de estudio específica, los resultados solo pueden generalizarse a la población objeto de estudio, no a otros que guarden semejantes características, de esta manera los resultados solo pueden ser generalizados a la población objeto de estudio.

5.3 Comparación crítica con la literatura existente

En referencia a la investigación de Friere (2014), “El bienestar psicológico en los estudiantes universitarios: operativización del constructor y análisis de su relación con las estrategias de afrontamiento”, indica que el modelo de Ryff es el que muestra mejor explicación teórica en los datos obtenidos, se encontró relación significativa entre estrategias de afrontamiento del estrés académico y las dimensiones del bienestar psicológico, en cuanto a la investigación realizada si bien no hace referencia a una investigación de alcance correlacional, se determina que el bienestar psicológico de los estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID, se encuentra en un nivel medio, lo que permite indicar que hay un desarrollo moderado en las capacidades de crecimiento personal de los estudiantes, no



solo basándose en capacidades únicamente de satisfacción de necesidades, sino que también se sienten bien con su apariencia física, grado de intelectualidad y economía, esto hace referencia a la teoría de Ryff (1989) el cual señala que el bienestar psicológico viene a ser el desarrollo de aquellas capacidades que permiten el crecimiento personal esto a través de actividades positivas.

En cuanto a la investigación de Martínez (2016), “Bienestar psicológico en estudiantes de psicología de primero y segundo año que tienen mascotas comparado con estudiantes que no tienen”, señala que se encuentra bienestar psicológico debido a la influencia de las mascotas y que son importantes para la atención en pacientes, dentro de la investigación realizada se encontró que los estudiantes presentan un nivel medio de bienestar psicológico, esto también se podría explicar debido a que muchos de los estudiantes viven con sus familias en este tiempo de confinamiento lo cual les da el suficiente soporte emocional, esto también debido a que se encuentran en un nivel medio de relaciones positivas lo que les permite poder adaptarse a su ambiente y desarrollar un buen soporte emocional, en cuanto a Ryff (1989) el bienestar psicológico viene a ser el desarrollo de aquellas capacidades que permiten el crecimiento personal esto a través de actividades positivas, donde los estudiantes presentan puntajes dentro de lo normal.

En relación con la investigación de Valerio y Serna (2017), “Redes Sociales y Bienestar psicológico del estudio Universitario”, señala que se encuentra una relación negativa entre los estudiantes dedicados al uso de redes sociales como Facebook y el bienestar psicológico, subjetivo y material, también se obtuvo una relación positiva entre el número de publicaciones y fotos que los estudiantes comparten en Facebook, en referencia a la investigación desarrollada si bien no se hizo un estudio correlacional, se encuentra niveles medios en cuanto al bienestar psicológico, también se encuentra que los niveles de auto aceptación se encuentran en niveles medios lo que permite a los



estudiantes presentar actitudes equilibradas hacia sí mismos, así también en cuanto a sus relaciones positivas, donde se señala que se encuentran en un nivel medio, lo cual les permite generar empatía y confianza, generando vínculos sólidos con su círculo social, en cuanto a la teoría en la que se basa la presente investigación, Ryff señala que el bienestar psicológico viene a ser el desarrollo de capacidades que permiten el crecimiento personal esto a través de actividades positivas, la cual les permite estar dentro de puntajes aceptados encontrando que las redes sociales permiten desarrollarse a los estudiantes.

En referencia con la investigación de Campos (2018), “Bienestar psicológico en estudiantes (según semestre de estudios y género) de una universidad privada de Lima”, obtiene una correlación no significativa entre el género y relaciones positivas, así también no se encuentra relación con las otras variables y las variables “sociodemográficas”, en cuanto a la investigación desarrollada, se encuentra que los varones presentan mejor bienestar psicológica que la mujeres, en una media todos se encuentran en nivel medio aunque con ligera diferencia según género, en cuanto a los resultados en general se puede dar referencia al la teoría desarrollada (Ryff y Singer, 2006), quienes señalan que el bienestar psicológico no se basa solamente en la satisfacción de necesidades y placeres, sino que en el desarrollo personal del individuo.

En referencia a la investigación de Ruiz (2019), “Bienestar Psicológico en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana”, señala que los estudiantes presentan nivel bajo de bienestar psicológico, dentro de la autoaceptación se encontró un nivel normal, autonomía en un nivel bajo, relaciones positivas en un nivel bajo, dominio del entorno en un nivel bajo, propósito de la vida en nivel bajo, crecimiento personal en un nivel bajo, en cuanto a la investigación desarrollada los estudiantes de una academia pre universitaria, se encuentran en un nivel medio en cuanto a bienestar psicológico, así también un nivel medio en la dimensión autoaceptación, seguido por otro



nivel medio en cuanto a relaciones positivas, un nivel bajo en cuanto a autonomía en un nivel bajo, en la dimensión dominio de entorno en un nivel bajo, propósito de vida en un nivel medio, en cuanto a su crecimiento personal en un nivel bajo y finalmente se encuentra que los varones presentan mejores niveles de bienestar psicológico en cuanto a las mujeres, si bien se encuentran niveles bajos en los resultados de la investigación comparada cabe destacar que en cuanto a la investigación desarrollada hace referencia a (Ryff y Singer, 2006) los cuales indican que el bienestar psicológico no se basa solamente en la satisfacción de necesidades y placeres, sino que en el desarrollo personal del individuo.

En cuanto a la investigación de Zapata (2016), “Bienestar Psicológico y bienestar Social en estudiantes universitarios que realizan danzas Folklóricas”, señala que los estudiantes que practican danzas folclóricas presentan mejor bienestar psicológico y frente a los que tienen una vida sedentaria, en referencia a la investigación realizada os estudiantes se encuentran en nivel medio, esto también puede ser debido al estado de confinamiento en comparación de la investigación de Zapata en la cual los estudiantes que realizan actividades físicas, esto también va en referencia la promoción y prevención de la salud psicológica, teniendo en cuenta que la actividad física promueve la salud mental, en referencia a (Ryff y Singer, 2006) se constata que el bienestar psicológico no se basa solamente en la satisfacción de necesidades y placeres, sino que también entra en la dimensión del desarrollo personal del individuo.

De acuerdo a la investigación de Sánchez (2016), “Bienestar psicológico en adolescentes de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca” refiere que el bienestar psicológico de los estudiantes está en un nivel promedio, así mismo los estudiantes tienen niveles altos en las dimensiones de autonomía y relaciones positivas y niveles bajos en cuanto al crecimiento personal, en cuanto a la presente investigación los



datos son similares los estudiantes de la academia pre militar presentan un bienestar psicológico en un nivel medio, en cuanto a las dimensiones de autonomía se encuentran en un nivel bajo, en referencia a las relaciones positivas se presentan niveles medios y finalmente en cuanto al crecimiento personal en un nivel bajo, las dimensiones que se encuentran en niveles bajos en la investigación desarrollada hacen referencia a que aún viven con sus padres y no pueden tomar decisiones sobre su futuro y su crecimiento personal en totalidad si bien los datos obtenidos señalan esa poca capacidad de tomar decisiones, se puede señalar que (Ryff y Singer, 2006), indican que bienestar psicológico no se basa solamente en la satisfacción de necesidades y placeres, sino que en el desarrollo personal que el individuo puede desarrollar influenciado por sus semejantes.

En cuanto a García y Yabar (2017), “Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de instituciones educativas públicas de Urcos, Cusco, 2017”, menciona que la mayor cantidad de estudiantes participantes presentan estrategias dirigidas a resolver problemas, presentando también un bienestar psicológico medio- alto, en cuanto a la investigación desarrollada, se puede observar que los niveles de bienestar psicológico de la población evaluada, se encuentran en niveles medios, lo que permite señalar que existe un desarrollo moderado en cuanto a sus capacidades que permiten su desarrollo personal, y que también se sienten bien con su aspecto personal, grado intelectual y su economía, no solo limitándose a la satisfacción de necesidades o búsqueda de placeres, el cual se reafirma con lo señalado por (Ryff y Singer, 2006) quienes señalan que el bienestar psicológico no se basa solamente en la satisfacción de necesidades y placeres, sino también en el desarrollo personal del individuo.

Por su parte De la Torre y Miranda (2016), “Bienestar psicológico y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del sexto semestre de Estomatología de



la Universidad Alas Peruanas filial Cusco-2016”, señala que existe una relación entre bienestar psicológico y el rendimiento académico, en cuanto a la investigación realizada se puede señalar que los estudiantes se encuentran con un nivel de bienestar en nivel medio, en cuanto a la dimensión crecimiento personal se encuentran en un nivel bajo debido a que no presentan mucha experiencia que les permita desarrollar sus potencial personal, esto va en referencia a que aún son estudiantes de pre cadetes y que la incertidumbre del confinamiento no les asegura el ingreso a dicho centro de estudios, bien se da dichos resultados, puede hacer referencia a (Ryff y Singer, 2006) quienes indican que el desarrollo personal del individuo, está relacionado con su bienestar psicológico.

Da acuerdo con Inofuente (2018), “Factores asociados al bienestar psicológico en conductores de empresas de transporte público urbano de la ciudad de Cusco, 2018”. señala que no existe una relación estadísticamente entre el bienestar psicológico y los factores asociados, en cuanto a la investigación desarrollada se señala que los niveles de bienestar psicológico se encuentran en un nivel medio, a comparación de la investigación de Inofuente, donde se describe niveles bajos de bienestar psicológico debido a características propias de la población estudiada, si bien en esta población se encuentran niveles bajos de bienestar psicológico cabe mencionar que según (Ryff y Singer, 2006) bienestar psicológico no se basa solamente en la satisfacción de necesidades y placeres, sino que en el desarrollo personal del individuo que puede desarrollar en el ambiente que se desarrolla

Ryff (1989) señala que el bienestar psicológico viene a ser el desarrollo de aquellas capacidades que permiten el crecimiento personal esto a través de actividades positivas, se afirma dicho enunciado debido a que el realizar actividades positivas promueven el bienestar psicológico, si bien los resultados de la investigación señalan



niveles de bienestar en nivel medio cabe señalar que estos niveles se presentan en dicho nivel esto en una coyuntura de confinamiento por pandemia mundial.

También señala que el bienestar psicológico no se basa solamente en la satisfacción de necesidades y placeres, sino que en el desarrollo personal del individuo (Ryff y Singer, 2006), en cuanto a lo mencionado se afirma dicho enunciado debido a que los factores de desarrollo personal son a largo plazo y generan mayor bienestar psicológico durante el tiempo.

El concepto de bienestar psicológico también hace referencia a la relación de sentirse bien tanto con la apariencia física, el grado de intelectualidad y económica del individuo, esto no solamente relacionándose y asociándose con dichas variables, sino también con la subjetividad de la persona (Diener, Suh y Oishi, 1997) en (Casullo, 2002), si bien los aspectos físicos, intelectuales y económicos saltan a la vista de las personas, el tener un buen autoconcepto de uno mismo hace que las persona pueda desarrollar estrategias de afrontamiento ante las críticas del medio en el que se desempeña y no le generen problemas psicológicos.

Así también, Casullo y Castro (2000) consideran que el bienestar psicológico, está basado también en la valoración de las experiencias de las personas, esto quiere decir que el significado que las personas le dan a sus experiencias va acorde a sus características individuales, esto repitiéndose en la sociedad en general, mediante la interacción, y el establecimiento de los lazos ya sean de afectividad o de amistad, permitiéndole que tenga aceptación y adaptación dentro de un espacio social, las relaciones interpersonales llevadas de manera positiva, generan estabilidad en el individuo, esto llevando a presentar un buen estado en cuanto al bienestar psicológico.



5.4 Implicancias del estudio

Los resultados brindan información para el desarrollo de programas a favor de la salud mental de los estudiantes en tiempos de pandemia, mediante ello brindar atención psicológica de manera oportuna y efectiva ante dicha situación estresante.

Por otra parte, permite describir la situación actual ante la coyuntura se viene dando, esto permite a los directores y promotores de los centros de formación tener en cuenta el estado de salud mental por lo que los estudiantes aspirantes a dicha escuela de formación se presentan en la actualidad, esto con el fin de que se pueda brindar asistencia a los estudiantes que ingresen a dicho centro con el fin de prevenir enfermedades psíquicas en el futuro.



Conclusiones

Primera: Dentro de los niveles de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se identifica un mayor grupo estudiantes en el nivel medio.

Segunda: En cuanto a niveles de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se encuentra una mayor cantidad de estudiantes evaluados en el nivel medio.

Tercera: Se encuentra que los niveles de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se aprecia que la mayor cantidad de estudiantes se ubican en el nivel medio,

Cuarta: Los niveles de la dimensión autonomía del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se encuentra que la mayor cantidad de estudiantes se ubican en el nivel bajo.

Quinta: Dentro de los niveles de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se encuentra que la mayor cantidad de estudiantes se ubican en el nivel bajo

Sexta, en cuanto a los niveles de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se encuentra que la mayoría de evaluados se ubica en el nivel bajo medio.



Séptima: Dentro de los niveles de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, se encuentra que se agrupa una mayor cantidad de estudiantes en el nivel bajo.

Octava: En cuanto a los niveles de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021, según género, ubicándose en el nivel medio a los varones presentando mayor bienestar psicológico a comparación de las mujeres en el presente estudio.



Sugerencias

Primera: Realizar programas preventivos de salud mental dirigidos a estudiantes en controlar los niveles de bienestar psicológico tiempos de pandemia.

Segunda: Proponer programas especiales en las academias pre cadetes, con el fin de controlar y promover el bienestar psicológico en sus estudiantes prontos a dar su examen de admisión.

Tercera: Que las escuelas policiales tomen en cuenta la importancia del bienestar psicológico de sus ingresantes debido a que muchos estudiantes en la actualidad vienen pasando por este tiempo de pandemia que en muchos casos puede estar generando patologías futuras a los estudiantes.

Cuarta: Brindar un espacio de soporte emocional en las académicas dentro de sus actividades académicas tanto para los estudiantes y la familia.

Quinta: Aplicar programas de intervención dirigidos a las dimensiones que presentan menores niveles con el fin de mejorar y generar niveles más altos.



Referencias bibliográficas

Borda, W. y Candia, A. (2018). *Percepción y actitudes hacia la corrupción en estudiantes de la Escuela Técnica Superior – Policía Nacional del Perú, Cusco 2018*. Perú.

Castro Solano, A. (2009) *El bienestar psicológico: cuadro décadas de progreso*. Argentina.

Casullo, M. y Castro Solano, A. (2000). *Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentino*. Revista de Psicología de la PUCP, 18(1), 37-67

Casullo, M. (2002) *Evaluación El bienestar psicológico en Iberoamericano*. Buenos Aires, Argentina.

Campos, D. (2018) *Bienestar psicológico en estudiantes (según semestre de estudios y genero) de una universidad privada de Lima*. Perú.

Castro, A. (2010). *El estudio del bienestar psicológico*. Fundamentos de la psicología positiva (pp. 43-68). Buenos Aires: Paidós.

Chávez, S. (2008). *Bienestar Psicológico en Practicantes de Yoga*. (Tesis de Licenciatura en Psicología). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú

De la Torre, C. y Miranda, E. (2016) *Bienestar psicológico y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del sexto semestre de la Escuela Profesional de Estomatología de la Universidad Alas Peruanas filial Cusco-2016*. Perú.

Friere, C. (2014) *El bienestar psicológico en los estudiantes universitarios: operativización del constructo y análisis de su relación con las estrategias de afrontamiento*. Universidad de A Coruña. España.

García, C. (2006). *El bienestar psicológico: dimensión subjetiva de la calidad de vida*. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 1-20.



García, Z y Yabar, Z (2017) *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de Urcos-Quispicanchi-Cusco, 2017*. Perú.

García -Viniegras, V. & González, I. (2000). La categoría Bienestar Psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 16 (6), 586-592.

Hengler, J. (2009) *Análisis Existencial y Logoterapia: Bases Teóricas para la Práctica Clínica*. *Psiquiatría y Salud Mental*, XXVI (3-4), 200-209.

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. (2016). *Metodología de la Investigación*. México: edit. McGraw Hill Educación

Organización Mundial de Salud. (2013). *OMS*. Obtenido de <http://www.who.int/es/>

Organización Mundial de la Salud (2017), *OMS*, España, recuperado por <https://www.who.int/campaigns/world-health-day/2017/es/>

Organización Panamericana de la Salud, (2018), los jóvenes y la salud Mental en un mundo en transformación, España, recuperado por 116 https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14710:worldmental-health-day-2018&Itemid=42258&lang=es

Liberalesso, A. (2001) *Bienestar Subjetivo en la Vida Adulta y en la Vejez: Rumbo a una Psicología Positiva en América Latina*. Universidad Estatal de Campiñas

Martínez, M. (2016) *Bienestar psicológico en estudiantes de psicología de primero y segundo año que tienen mascotas comparado con estudiantes que no tienen*. Guatemala.

Ministerio de Salud (2020) *Guía técnica para el cuidado de la salud mental de la población afectada, familias y comunidad, en el contexto del COVID-19*.



Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Salud Pública - DGIESP.

Dirección de Salud Mental – DSAME. Perú.

Ministerio de Salud (2020) *Plan de salud mental en contexto COVID 19 – Perú 2020 - 2021*. Perú.

Moreta, R., Gaibor, I. y Barrera, L. (2017) *El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de Universitarios Ecuatorianos*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Ecuador,
Recuperado por
<http://revistas.ucn.cl/index.php/saludysociedad/article/view/1678/pdf>

Pérez, M. (2017) *Adaptación de la escala de Bienestar Psicológico de Riff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de Los Olivos*. Lima – Perú.

Portal del Estado Peruano (2006). *Ley de la Policía Nacional del Perú - Artículo 3º*. Finalidad »(PDF). p.1.

Ryff, C. (1989) *Happiness is Everything or is it? Exploretion on the Meaning of Psychological Well – Being*. New York: Journal of Personality and Social Psychology.

Ryff C. & Singer B. (2008) *Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well - being*. Journal of Happness studies.

Ruiz, K. (2019) *Bienestar Psicológico en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana*. Lima – Perú.

Sánchez, M. (2016) *Bienestar psicológico en adolescentes de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca*. Perú.

Seligman, M. (2011) *Flourish: A visionary new understanding of Happiness and Well Being North Sydney*. Random House Australia



Valerio G, y Serna R, (2017). *Redes sociales y bienestar psicológico de estudiantes universitarios*, (Revista electrónico de investigación educativa), México, recuperado por <https://redie.uabc.mx/redie/article/view/1796/1672>

Vázquez C, Hervas G, Rahona J. y Gómez D. (2009) *Bienestar psicológico y salud: aportaciones desde la psicología positiva*. (anuario psicológico y salud mental), Universidad Complutense de Madrid, España, recuperando por http://institucionales.us.es/apcs/doc/APCS_5_esp_15-28.pdf

Veenhoven, R. (2013) *Ranking de felicidad en México*. Recuperado en: <http://www.rankingfelicidadmexico.org/expertos-ruut-veenhoven.php>.

Consultado: (15 de mayo de 2014; 15:00 horas)

Vielma J. y Alonso L. (2010) *El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica*. Educere.

Zapata, A (2016) *Bienestar Psicológico y Bienestar Social en estudiantes universitarios que realizan danzas Folklóricas*. Lima - Perú.

Zubieta, E. y Delfino, G. (2010). *Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires*. Anuario de Investigaciones, 277-283.



APÉNDICES



Apéndice A
Matriz de consistencia

Formulación del problema	objetivos	variable	dimensiones	Metodología
<p>Problema general. ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021?</p> <p>Problemas específicos. ¿Cuál es el nivel de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021?</p> <p>¿Cuál es el nivel de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021?</p> <p>¿Cuál es el nivel de la dimensión autonomía del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021?</p> <p>¿Cuál es el nivel de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021?</p> <p>¿Cuál es el nivel de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021?</p> <p>¿Cuál es el nivel de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021?</p> <p>¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021, según género?</p>	<p>Objetivo general. Describir el nivel de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021.</p> <p>Objetivos específicos. Describir el nivel de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021</p> <p>Identificar el nivel de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021</p> <p>Indicar el nivel de la dimensión autonomía del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021</p> <p>Describir el nivel de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021</p> <p>Identificar el nivel de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021</p> <p>Describir el nivel de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021</p> <p>Describir el nivel de bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19,2021, según género.</p>	<p>Bienestar psicológico.</p>	<p>Autoaceptación.</p> <p>Relaciones positivas.</p> <p>Autonomía</p> <p>Dominio del entorno.</p> <p>Propósito en la vida.</p> <p>Crecimiento personal.</p>	<p>Tipo de experimentación: No experimental.</p> <p>Alcance de la investigación: Descriptivo.</p> <p>Población: 250.</p> <p>Muestra: n=152.</p> <p>Instrumento de recolección de datos: Escala de bienestar psicológico.</p> <p>Procedimiento de análisis de datos: SPSS 24.</p>



Apéndice B INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Escala de Bienestar psicológico de Ryff

Totalmente en Desacuerdo	En desacuerdo	Ni de Acuerdo, ni en Desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
TD	D	NA/ND	A	TA
1	2	3	4	5

N°	Ítems	TD	D	NA/ND	A	TA
1	Cuando analizo la historia de mi vida, me siento satisfecho de cómo han resultado las cosas.	1	2	3	4	5
2	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes comparto mis preocupaciones.	1	2	3	4	5
3	Puedo expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas.	1	2	3	4	5
4	Me preocupa cómo otras personas evalúan las elecciones que he hecho en mi vida.	1	2	3	4	5
5	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.	1	2	3	4	5
6	Es gratificante trazar planes para el futuro y esforzarme para hacerlos realidad	1	2	3	4	5
7	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	1	2	3	4	5
8	Me gustaría contar con personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	1	2	3	4	5
9	Tiendo a preocuparme por lo que los demás piensan de mí.	1	2	3	4	5
10	Me juzgo a mí mismo por lo que pienso que es importante, no por los valores de los demás.	1	2	3	4	5

11	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.	1	2	3	4	5
12	Soy una persona activa cuando realizo los planes que me propongo.	1	2	3	4	5
13	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.	1	2	3	4	5
14	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.	1	2	3	4	5
15	Tiendo a dejarme influenciar por personas con opiniones firmes.	1	2	3	4	5
16	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	1	2	3	4	5
17	Me siento bien cuando pienso en mis acciones del pasado y lo que espero hacer en el futuro.	1	2	3	4	5
18	Mis objetivos en la vida ha sido más satisfacción que de frustración para mí.	1	2	3	4	5
19	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.	1	2	3	4	5
20	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.	1	2	3	4	5
21	Confío en mis propias opiniones, aún cuando son contrarias al consenso general.	1	2	3	4	5
22	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	1	2	3	4	5
23	Tengo clara la dirección y objetivos de mi vida.	1	2	3	4	5
24	Conforme pasa el tiempo siento que sigo perdiendo más sobre mí mismo.	1	2	3	4	5
25	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.	1	2	3	4	5
26	Mantener relaciones estrechas ha sido difícil y frustrante para mí.	1	2	3	4	5
27	Me resulta difícil expresar mis opiniones en temas controvertidos.	1	2	3	4	5
28	Soy bastante eficiente, manejando diariamente mis responsabilidades.	1	2	3	4	5
29	Me siento confundido sobre lo que intento conseguir en la vida.	1	2	3	4	5
30	Dejé de tratar de hacer cambios importantes en mi vida hace mucho tiempo.	1	2	3	4	5
31	Me siento orgulloso de quién soy y de la vida que llevo.	1	2	3	4	5
32	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	1	2	3	4	5
33	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.	1	2	3	4	5
34	Mi vida está bien como está, me es difícil intentar nuevas formas de hacer las cosas.	1	2	3	4	5
35	Las experiencias nuevas me desafían a replantear lo que pienso sobre mí mismo y el mundo.	1	2	3	4	5
36	Pensándolo bien, con los años no he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5
37	Siento que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.	1	2	3	4	5
38	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje, desarrollo y crecimiento.	1	2	3	4	5
39	Si no fuera feliz en mi vida, tomaría medidas efectivas para cambiarla.	1	2	3	4	5



Apéndice C

Consentimiento Informado.

Estoy realizando un estudio titulado **Bienestar psicológico de estudiantes de una academia pre-cadete de la Ciudad del Cusco en etapa de aislamiento social por COVID 19, 2021** el cual permitirá tener una comprensión más amplia acerca de este tan importante tema, por tal razón solicitamos su participación respondiendo a las preguntas de los instrumentos utilizados.

Yo
(Nombre o seudónimo si ve por conveniente) he sido informado sobre el cuestionario.

He realizado las preguntas que considere oportunas, todas las cuales han sido absueltas y con respuestas que considero suficientes y aceptables, teniendo en cuenta que todos los datos que se obtendrán de mi persona son totalmente confidenciales.

Por lo tanto, en forma consciente y voluntaria doy mi consentimiento para que se me realice

He leído la hoja de información que se me ha entregado

He podido hacer preguntas sobre el estudio

He recibido suficiente información sobre el estudio

Comprendo que participación es voluntaria

Comprendo que puedo retirarme del estudio:

1. Cuando quiera.
2. Sin tener que dar explicaciones.
3. Sin que esto repercuta en mis labores.

Acepto	No Acepto