

UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

Escuela de Posgrado

MAESTRÍA EN SALUD PÚBLICA

**NIVEL DE AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE
LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA PROFESIONAL
DE LENGUA Y LITERATURA DE LA UNIVERSIDAD
NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN
DE TACNA, 2023**

TESIS

PRESENTADA POR:

IVONNE MEDALIT HUAYTA RAMOS

**Para optar el Grado Académico de
MAESTRO EN CIENCIAS (*MAGISTER SCIENTIAE*)
CON MENCIÓN EN SALUD PÚBLICA**

TACNA-PERÚ

2024

UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

Escuela de Posgrado

MAESTRÍA EN SALUD PÚBLICA

**NIVEL DE AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE LOS
ESTUDIANTES DE LA CARRERA
PROFESIONAL DE LENGUA Y LITERATURA
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL
JORGE BASADRE GROHMANN
DE TACNA, 2023**


Tesis sustentada y aprobada el 10 de abril del 2024, estando el jurado calificador integrado por:

PRESIDENTE : 

Dr. Alberto Patricio Lanchipa Ale

SECRETARIO : 

Dr. Jaime Edgar Miranda Benavente

MIEMBRO : 

Dra. Rina Maria Alvarez Becerra

ASESORA : 

Dra. Rina Maria Alvarez Becerra

CERTIFICADO DE SIMILITUD

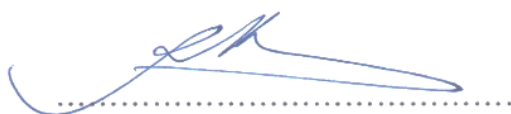
Yo, Rina Maria Alvarez Becerra, en mi condición de Asesora CERTIFICO que el informe de tesis titulado NIVEL DE AUTOESTIMA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA PROFESIONAL DE LENGUA Y LITERATURA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN DE TACNA, 2023 presentado por la egresada de la Maestría en Salud Pública Doña IVONNE MEDALIT HUAYTA RAMOS para optar el Grado Académico de MAESTRO EN CIENCIAS (MAGISTER SCIENTIAE) CON MENCIÓN EN SALUD PÚBLICA presenta un porcentaje de similitud permitido.

Que, conforme al análisis de originalidad y similitud de trabajos de investigación y producción intelectual de la UNJBG, mediante el software de similitud textual TURNITIN se ha obtenido los siguientes resultados:

Código de identificación de reporte	:	oid:23228:358021500
Porcentaje de similitud	:	10%
Nivel	:	Permitido

Por lo que CERTIFICO QUE LA SIMILITUD del informe de tesis está de acuerdo con el nivel PERMITIDO. El tesista puede continuar con el proceso correspondiente. Se emite el presente certificado para los fines correspondientes.

Tacna, 29 de mayo de 2024



Dra. Rina Alvarez Becerra

DNI 00425041

Asesora

DEDICATORIA

Dedico presente trabajo a Dios por guiar mi camino hacia lo adecuado y permitirme concluir una de mis metas planificadas.

A mis padres y hermana, que, con su apoyo incondicional, consejos y paciencia lograron guiarme en este camino.

A los profesores, discentes y personas que están en busca incesante de conocimiento; a los profesores y miembros directivos de la Escuela Profesional de Educación, especialmente a la profesora Gladys Limache Arocutipa, por permitirme llegar a sus discentes con la presente investigación.

A mi madre Vilma, que me motivó para que no me rinda y sea fuerte en todo instante.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por darme la fortaleza ante toda adversidad surgida en el camino.

A mi madre por motivarme en los logros académicos y hacer posible la culminación de la maestría.

A mi asesora Dra. Rina Álvarez, mi eterno agradecimiento por su comprensión, orientación y conocimiento en el marco de la investigación que me orientaron en la culminación del presente trabajo de investigación.

Al director de la Escuela Profesional de Educación de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann.

ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	4
1.1.1 Problemática de la investigación.....	4
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	11
1.1.1 Problema general.....	11
1.1.2 Problemas específicos	11
1.3 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA	11
1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES	13
1.5 OBJETIVOS	13
1.5.1 Objetivo general	13
1.5.2 Objetivos específicos.....	13
1.6 HIPÓTESIS.....	14
1.6.1 Hipótesis general	14
1.6.2 Hipótesis específica.....	14
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	15
2.1 ANTECEDENTES DEL ESTUDIO.....	15
2.1.1 Autoestima.....	21
2.1.2 Bienestar psicológico	31
2.2 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS	40

CAPÍTULO III: MARCO FILOSÓFICO.....	41
CAPÍTULO IV: MARCO METODOLÓGICO.....	43
4.1 Tipo y diseño de la investigación.....	43
4.2 Población y muestra	44
4.3 Operacionalización de variables	46
4.4 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos.....	48
4.4.1 Primer instrumento: Escala de Autoestima de Coopersmith version adultos.....	48
4.4.2 Segundo instrumento: Bienestar psicológico de Ryff.	53
4.5 Análisis y análisis de datos	57
CAPÍTULO V: RESULTADOS	59
5.1 PRESENTACION.....	59
5.1.1 Análisis estadístico de las características sociodemográficas	60
5.1.2 Análisis estadístico de la variable nivel de autoestima	63
5.1.3 Análisis estadístico de la variable bienestar psicológico.....	69
5.1.4 Análisis de la relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico	74
5.2 CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS.....	76
5.2.1 Hipótesis general	76
5.2.2 Contrastación de hipótesis específicas	79
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN	87
CONCLUSIONES	94
RECOMENDACIONES.....	96
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	98
ANEXOS	105

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Características sociodemográficas de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023	60
Tabla 2. Nivel de autoestima según la percepción de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023	63
Tabla 3. Nivel de autoestima según sus dimensiones, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023	66
Tabla 4. Bienestar psicológico según la percepción de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023	69
Tabla 5 Bienestar psicológico según sus dimensiones, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023	72
Tabla 6. Relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023	74
Tabla 7. Relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura, en 2023.....	77
Tabla 8. Análisis de la prueba chi cuadrado de Pearson, entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico	78
Tabla 9 . Presentación de la prueba de hipótesis: Coeficiente de contingencia, según nivel de relación entre autoestima y bienestar psicológico en discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Jorge Basadre Grohmann, 2023.....	79
Tabla 10. Relación del nivel de autoestima y bienestar psicológico en su dimensión control de situaciones	80
Tabla 11. Análisis de la prueba Chi cuadrada de Pearson, entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en su dimensión control de situaciones	80
Tabla 12. Relación del nivel de autoestima y bienestar psicológico en su dimensión vínculos sociales.....	82
Tabla 13. Análisis de la prueba chi cuadrada de Pearson, entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en su dimensión vínculos sociales.....	82

Tabla 14. Relación del nivel de autoestima y bienestar psicologico en su dimensión autonomía	84
Tabla 15. Análisis de la prueba chi cuadrada de Pearson, entre el nivel de autoestima y bienestar psicologico en su dimensión autonomía	84
Tabla 16. Relación del nivel de autoestima y bienestar psicologico en su dimensión proyectos.....	85
Tabla 17. Análisis de la prueba chi cuadrada de Pearson, entre el nivel de autoestima y bienestar psicologico en su dimensión proyectos	86

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Características sociodemográficas de los de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023.....	61
Figura 2. Nivel de autoestima según la percepción de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023.....	64
Figura 3. Nivel de autoestima según sus dimensiones, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023.....	67
Figura 4. Bienestar psicologico según la percepción de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023.....	70
Figura 5. Relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023.....	73
Figura 6. Relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023.....	75

RESUMEN

En este estudio se investigó la relación entre el nivel de autoestima y el bienestar psicológico en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023. Se empleó un diseño correlacional, no experimental y transeccional para examinar la relación entre las variables en el entorno natural de los sujetos. La muestra consistió en 141 discentes de la Carrera Profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, 2023. Se utilizaron el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI) versión para adultos y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los hallazgos mostraron que la mayoría de discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, 2023; presentaban un nivel medio-alto de autoestima, y un bienestar psicológico predominantemente bajo a medio. Se confirmó la hipótesis planteada, demostrando una relación positiva entre la autoestima y el bienestar psicológico ($p=0,000$; $p<0,05$). Estos hallazgos sugieren lo esencial de abordar la autoestima como un posible factor para optimizar el bienestar psicológico en contextos similares.

Palabras clave: Autoestima, Bienestar psicológico, Relación positiva.

ABSTRACT

In this study, the relationship between the level of self-esteem and psychological well-being in students of the professional career: Language and Literature of the Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023 was investigated. A correlational, non-experimental, cross-sectional design was used to examine the relationship between variables in the subjects' natural environment. The sample consisted of 141 students of the Professional Career: Language and Literature of the Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, 2023. The Stanley Coopersmith Self-Esteem Inventory (SEI) adult version and the Ryff Psychological Well-Being Scale were used. The results showed that the majority of students in the professional career of Language and Literature at the Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, 2023; presented a medium-high level of self-esteem, and a predominantly low to medium psychological well-being. The hypothesis was confirmed, demonstrating a positive relationship between self-esteem and psychological well-being ($p=0,000$; $p<0,05$). These findings suggest the essentiality of addressing self-esteem as a possible factor to improve psychological well-being in similar contexts.

Key words: Self-esteem, Psychological well-being, Positive relationship.

INTRODUCCIÓN

La presente tesis se enfoca en la profunda exploración del "Nivel de Autoestima y Bienestar Psicológico de los Estudiantes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna en el año 2023". Este estudio se sumerge en la evaluación detallada de dos elementos cruciales para el desenvolvimiento integral de los jóvenes en su etapa académica: la autoestima y el bienestar psicológico.

La adolescencia, un período de transición intrincada que abarca desde la niñez hasta la adultez emergente, se distingue por cambios multidimensionales de magnitud significativa. Fisiológicamente, los adolescentes experimentan transformaciones notables en su desenvolvimiento físico, marcadas por el crecimiento acelerado, la maduración sexual y ajustes hormonales fundamentales. Paralelamente, en el ámbito psicológico, esta etapa se caracteriza por el rastreo activa de la identidad individual, la exploración de valores y la adaptación a desafíos cognitivos y emocionales de envergadura.

En este escenario de transformación y hallazgo, la autoestima se alza como una fuerza impulsora esencial que impregna todos los aspectos de la vivencia adolescente. Comprendida como la percepción y apreciación interna que los individuos poseen de sí mismos, la autoestima juega un papel cardinal en la perfilación y consolidación de la identidad. A medida que los adolescentes se esfuerzan por comprender quiénes son y su lugar en el mundo, la autoestima actúa como el filtro a través del cual interpretan sus logros, desafíos y experiencias. Por otro lado, según Branden planteó que la baja autoestima no es solo una autovaloración negativa si no también temas biológicos y todo este conjunto hace que tengamos un sufrimiento constante por la falta de aceptación (54).

La influencia de la autoestima se extiende mucho más allá de una simple evaluación interna. Impacta profundamente en las vinculaciones inter pares de los adolescentes, moldeando la forma en que interactúan con sus pares, familiares y autoridades (2). Un sentido positivo de autoestima propicia conexiones sociales saludables, fortaleciendo la

potencialidad para establecer vínculos emocionales y construir relaciones significativas. Contrariamente, una autoestima más frágil puede desencadenar desafíos en la perfilación de relaciones, limitando la potencialidad de los adolescentes para expresarse y participar plenamente en su entorno social.

Además de su impacto en las dinámicas sociales, la autoestima se revela como un factor crucial en el ámbito académico. La percepción que los adolescentes tienen de sus propias destrezas y valía influye directamente en su desempeño académico. Una autoestima saludable se correlaciona con una mayor confianza en las destrezas individuales, estimulando el compromiso en el aprendizaje y la resiliencia ante los desafíos académicos.

La satisfacción vital de los adolescentes, intrínsecamente vinculado a la autoestima, constituye una dimensión crítica en esta compleja ecuación. La forma en que los adolescentes gestionan y experimentan sus emociones, así como su potencialidad para enrostrar el estrés y las presiones está directamente influenciada por su autoestima. Un sentido sólido de autoestima actúa como un amortiguador emocional, proporcionando una base resiliente para enfrentar los desafíos inherentes a la adolescencia. En contraste, una autoestima más frágil puede contribuir a la vulnerabilidad emocional y la susceptibilidad a trastornos mentales (56).

En suma, la autoestima se constituye como un elemento esencial en la travesía tumultuosa de la adolescencia, permeando el tejido mismo de la identidad, las vinculaciones inter pares, el desempeño académico y la satisfacción emocional. La comprensión profunda de esta dinámica intrincada no solo proporciona una perspectiva enriquecedora sobre el desenvolvimiento adolescente, sino que también abre las puertas a intervenciones y líneas de actividad que promueven una autoestima saludable y, por ende, una satisfacción integral en esta etapa crucial de la vida.

Por otro lado, el bienestar afectivo, que abarca aspectos emocionales, cognitivos y sociales, se establece como una métrica crucial del equilibrio mental y emocional de los discentes. Lo esencial de mantener un adecuado bienestar psicológico radica en su vínculo directo con el desempeño académico, la adopción de líneas de actividad saludables y la cualificación existencial en general.

En este contexto, la presente investigación busca arrojar luz sobre la vinculación relevante entre el rango de autoestima y el bienestar psicológico de los discentes de la Carrera de Lengua y Literatura, entendiendo que la comprensión profunda de estos aspectos contribuirá no solo a optimizar la experiencia académica de los discentes, sino también a diseñar líneas de actividad efectivas para fomentar su desenvolvimiento individual y profesional. Este estudio no solo se erige como una contribución significativa al ámbito académico, sino también como una herramienta valiosa para diseñar intervenciones que promuevan la salubridad mental y emocional de los jóvenes en la universidad.

En el capítulo I, se aborda el planteamiento del problema, donde se delinear las cuestiones fundamentales que motivan esta investigación. El capítulo II se sumerge en el marco teórico, explorando las bases conceptuales y teóricas que sustentan el estudio. Ulteriormente, en el capítulo III, se expone el marco filosófico que aporta la perspectiva filosófica subyacente a la investigación.

El capítulo IV, por su parte, detalla el marco metodológico, delineando la estrategia empleada para la recolección y análisis de los insumos. El capítulo V presenta los hallazgos obtenidos, brindando una visión integral de los hallazgos derivados de la investigación. Seguido por el capítulo VI, que se adentra en el análisis y la discusión de estos resultados, proporcionando una interpretación profunda y contextualizada.

Finalmente, en las secciones de conclusiones y recomendaciones, los hallazgos son resumidos y se ofrecen orientaciones prácticas basadas en los hallazgos del estudio. Las referencias bibliográficas se encuentran detalladas en la sección correspondiente, proporcionando una base sólida de fuentes académicas consultadas durante la investigación.

Para acceder a data adicional y detalles específicos, se puede consultar el anexo, que ofrece material complementario relevante para la comprensión integral de la investigación. En conjunto, estos capítulos y secciones conforman una estructura coherente que guía a través de la investigación, desde la identificación del problema hasta las conclusiones y recomendaciones respaldadas por evidencia y análisis riguroso.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

1.1.1 Problemática de la investigación

En la actualidad la postpandemia ha causado estragos en la cualificación de vida de los sujetos haciendo énfasis en su salud mental y más aún en discentes de educación superior. Según la organización OMS 2022, indica que la salud es un estado de bienestar físico, mental y social y no solo engloba la ausencia de enfermedad (26). Por tal razón, la instrucción virtual postpandemia, desencadenada por la COVID-19, ha generado un impacto sustancial en el ámbito educacional, centrándose principalmente en la imperiosa falencia de robustecer la instrucción en línea y resaltando la importancia del uso adecuado de las TICs. Esta modalidad tuvo que ser implementada de manera obligatoria en la totalidad de rangos educacionales durante el periodo de deprivación social que prevaleció a lo largo de los dos años últimos: 2020 y 2021. Se presentan las perspectivas de diversos autores, resaltando múltiples vivencias y buenas prácticas relacionadas con la instrucción virtual. La carencia de una conexión a internet óptima, la insuficiencia de recursos tecnológicos y la limitada capacitación de muchos educadores para el empleo didáctico-creativo de las tecnologías han emergido como tres aspectos centrales objeto de debate en el contexto de esta crisis socio-sanitaria (1).

Frente a estas complejidades, se ha constatado que los discentes experimentan una presencia significativa de estrés y ansiedad, situándose en una categoría de moderada intensidad. Esta situación se manifiesta a través de respuestas diversas en los planos cognitivo, fisiológico y motor, las cuales revelan una serie de desafíos en su comportamiento.

En China, los estudios indican prevalencia con la sintomatología de trastorno de estrés postraumático, somatización y depresión afectando su bienestar psicológico (3). Frente a

esto, después de la pandemia se ha hecho mayor hincapié en las intervenciones preventivas y de promoción de la salud mental (4). Tal es el caso de la aplicación de guías de acciones que faciliten la adaptación a la situación postpandemia y promuevan el uso efectivo de servicios de asesoría y consejería en vivo, contribuyendo así al mejor ajuste de las personas a las dinámicas relacionadas con el confinamiento y la retoma de la vida cotidiana (5). Ya que, si antes de la pandemia presentaban trastornos mentales, con la crisis sanitaria los índices se incrementaron notoriamente, y el sistema de salud no se abastecía ni les daba la prioridad para atenderlos.

En el ámbito cognitivo, se advirtió un impacto evidente en la potencialidad de análisis de la data. Los discentes, al enfrentarse a la modalidad de instrucción virtual, pueden experimentar dificultades en la concentración, la retención de data y la potencialidad para asimilar nuevos conocimientos. La adaptación a entornos digitales y la gestión eficiente del tiempo de estudio se presentan como desafíos adicionales que contribuyen a la manifestación de respuestas cognitivas inapropiadas.

Desde la perspectiva fisiológica, la incidencia de estrés y ansiedad puede traducirse en cambios palpables en el cuerpo de los discentes. Problemas como la falta de sueño, cambios en los patrones alimenticios y alteraciones en la salubridad general son síntomas que pueden emerger en respuesta a la tensión emocional asociada con la adaptación a la educación en línea. Estos indicadores fisiológicos reflejan el impacto integral de las tensiones psicológicas en la salubridad física de los discentes.

En el ámbito motor, se observan manifestaciones de ansiedad a través de la conducta y las interacciones sociales. La falta de intercambio presencial con sus pares y profesores, inherente a la educación en línea, puede contribuir a un retraimiento social y a una disminución en la participación activa en actividades extracurriculares. Estos aspectos pueden afectar la motricidad y el bienestar psicológico de los discentes, creando una dinámica que influencia directamente en su desenvolvimiento individual y social (2).

En el año 2021, el investigador Harvey, O. et al. en República Dominicana, tras evaluar la conexión entre el confort psicológico y las diversas tácticas de enfrentamiento ante

el efecto del COVID-19 en discentes universitarios; los hallazgos obtenidos ponen de relieve indicadores positivos que predicen el bienestar psicológico en la muestra estudiada. Entre estos, se destacan la aceptación y el desenvolvimiento individual, así como el rastreo activa de apoyo social. Sin embargo, es crucial señalar que los hallazgos también revelan que los discentes de nivel superior en este contexto recurren con mayor frecuencia a líneas de actividad de enfrentamiento desfavorables, las cuales están asociadas a una disminución del bienestar psicológico. Estas líneas de actividad incluyen prácticas como el consumo de sustancias alcohólicas o estupefacientes, la inhibición de mecanismos de enfrentamiento y la negación de situaciones desafiantes (9).

La post pandemia se constituyó un desafío para la salubridad mental, sobre todo en discentes universitarios, que en muchos casos frente a la coyuntura presentaron deserción académica, desmotivación, episodios de ansiedad y estrés frente a la presión académica. Ante las secuelas de la urgencia sanitaria en el bienestar psicológico de las personas (6). Resaltando que la depresión, estrés y ansiedad es mayor en el sexo femenino, y lo mismo ocurría antes del brote (7). Los discentes presentaron afectaciones debido a las exigencias físicas y aislamiento a los que fueron expuestos. Pero también les obligó a ser resilientes frente a estas situaciones dadas.

En el año 2023, en España, en una pesquisa acerca del engagement académico en discentes universitarios el propósito de esta pesquisa fue necesario descomponer la problemática de PsyCap en la relación entre el autocuidado y el engagement académico. Los participantes fueron 397 discentes de dos universidades españolas (77,8 %; edad media 26.08). Los insumos básicos recabaron a lo largo de la crisis pandémica de COVID-19, empleando modelamiento estructural mediante las herramientas metamáticas (SEM); los hallazgos evidencian vinculaciones favorables entre el autocuidado y el engagement académico, por un lado; y entre PsyCap y engagement académico por el otro. El enfoque mediacional de bondad de ajuste respecto de los hallazgos, tomando en consideración la manera de redirigir los recursos. El deterioro de la salud mental postpandemia ha

intensificado la necesidad de crear más programas de salud mental para lidiar con esta realidad dentro del contexto universitario (8).

En Latinoamérica, en México, Reyna M. et al., en su pesquisa de la medición de la situación de salud mental después de la deprivación social en discentes de nivel superior de una carrera técnica digital: atendiendo los ODS 2 y 4. Evaluación del bienestar emocional post-confinamiento en universitarios mexicanos de diseño digital: atendiendo los ODS 2 y 4. La metodología fue empírica estadística (n=144) adaptado la Escala MDO de Uribe- Prado a estudiante. Respecto a la validación de contenido, este se llevó o materializó con base en la técnica de PLS. La priorización de los pesos de gráficas de Pareto pone en primer lugar al desgaste emocional y la somatización (9).

Por su parte, Suárez A. et al. tras realizar una pesquise de los rangos de bienestar psicológico en postpandemia en los discentes de ciencias médicas, a continuación una pesquisa a 212 discentes de primer nivel que pertenecen a la facultad de ciencias médicas de las carreras de enfermería, medicina, obstetricia, odontología, psicología clínica, veterinaria y estética integral, se determinó que un 24% presentan un alto bienestar psicológico un 68 % moderado y el 8 % bajo bienestar, por lo que la mayor parte de la muestra estudiada mantiene un nivel de bienestar psicológico alto y moderado, lo que para algunos autores tiene que ver con el desenvolvimiento del ser humano a través del ciclo vital y el nivel de satisfacción presente en cada una de las etapas cursadas (2).

En Chile, Morales et al., Estudio sobre la Resistencia-Estima propia-Salud mental y Aptitud cognitiva de discentes de cuarto medio de alto desempeño de establecimientos vulnerables en el año 2014. Este análisis se llevó a cabo con 175 discentes de cuarto año de liceos prioritarios de la VI Región de Chile con un alto grado de vulnerabilidad. Se examinó la aptitud cognitiva, resistencia, salud mental y autovaloración. Estos factores se relacionaron con el desempeño académico y los hallazgos obtenidos sugieren que hay una asociación entre salud mental y resistencia; entre autoestima y resistencia; entre salud mental y autoestima, pero no se vinculan con el desempeño académico. Ulteriormente, se agrupó a los discentes en tres categorías: discentes de desempeño sobresaliente, discentes de desempeño mediano

y los hallazgos encontrados muestran que hay asociación entre salud mental y resistencia; entre autoestima y resistencia, entre salud mental y autoestima, pero no se relacionan con el desempeño académico. Ulteriormente, se categorizó a los discentes en tres grupos: discentes de alto desempeño, discentes de desempeño medio y discentes de bajo desempeño. Se identificaron disimilitudes significativas entre los grupos en términos de aptitud cognitiva, pero no en las variables relacionadas con la autoestima, la salud mental y la resistencia. Se encontraron disimilitudes en algunos subfactores de las escalas aplicadas (63). En México, Suárez A. et al., tras realizar la complejidad de esta situación post pandémica ha generado una serie de desafíos psicológicos entre los discentes universitarios, resaltando lo esencial de implementar líneas de actividad específicas para fortalecer su bienestar emocional en este contexto, y de manera constante.

En el contexto colombiano, en lo que respecta al bienestar psicológico, se han identificado vinculaciones favorables y relevantes entre la satisfacción y la aplicación de líneas de actividad de enfrentamiento apropiadas, los métodos de estudio y la utilización de Tecnologías de la data y Comunicación (TIC). Contrastando con estas relaciones positivas, se observan vinculaciones negativas con la implementación de líneas de actividad de enfrentamiento inapropiadas. Este conjunto de datos resalta lo esencial de abordar de manera específica y proactiva las carencias emocionales y psicológicas de los discentes colombianos, especialmente en un entorno educacional que ha experimentado cambios significativos debido a la pandemia.

En Perú, Estrada E., durante el año 2023, examinó investigar el estado afectivo de los discentes de la carrera académica de Pedagogía de una institución pública de la Selva Amazónica nacional al volver a las clases analógicas. Se analizó el estado emocional de 120 discentes utilizando la escala sobre sintomatología depresiva, ansiógena y estresógena, herramienta con rangos apropiados de credibilidad basada en el contenido y fiabilidad. El 55 % de los discentes evidenciaron bajos rangos de abatimiento, el 60 % igualmente manifestaron bajos rangos de inquietud; no obstante, el 43,3 % experimentaron rangos moderados de tensión.. Asimismo, se encontró que los síntomas de depresión, ansiedad y

estrés que se reportaron con más frecuencia fueron sentirse desanimados y tristes, estar muy preocupados y tener dificultad para relajarse (9).

De igual manera, Estrada-Araoz E. y colaboradores investigaron el agotamiento emocional y el bienestar mental en discentes peruanos de enfermería después de la pandemia por la COVID-19, descubriendo que el 63 % de los discentes mostraron rangos moderados de fatiga afectivo y el 75 % experimentaron rangos elevados de bienestar psíquico. Además, se advirtió que las mujeres exhibieron mayores rangos de agotamiento emocional que los hombres (11).

Similarmente se determinó en Tacna. Un estudio cuyo propósito fue analizar la conexión entre la cualificación de vida laboral y el bienestar psicológico del individual médico y administrativo de un centro médico. Los participantes ascendieron a 110 empleados, entre individual sanitario (personal asistencial, personal administrativo y personal de tipo híbrido) e individual administrativo. Se concluye que existe vinculación moderada directa entre la cualificación existencial laboral y el bienestar psicológico del individual sanitario y administrativo de una clínica en Tacna, puesto que el nivel de significancia es de $p=0,000$ ($p<0,05$) y el coeficiente de vinculación de Spearman equivale a 0,651 (12).

Si analizamos el término de autoestima como el sistema de creencias de valoración individual que se forma con las experiencias de la vida cotidiana, encontramos una pesquisa que relaciona la autovalía y el bienestar psicológico (DEP) de discentes de la carrera de ciencias de la conducta. Un total de 126 sujetos (42.9 % varones) de los graduados en Psicología y Deporte (51.6 % de los Deportes) participaron en este estudio. Los hallazgos sugieren que la variable Autoestima no está relacionado con el BEP, ya que la asociación entre estas dos propiedades es indirecta y no relevante ($r= -0,090$). Los hallazgos además muestran que no hay disimilitudes significativas entre los discentes y psicología deportiva. Por ende se determina que el conocimiento en el área de salud mental y el ejercicio se establecen como áreas para invertir los rangos generales de salud mental (13).

En conclusión, estas investigaciones revelan la complejidad y la amplitud de contingencias que inciden en el bienestar psicológico de los discentes de nivel superior en distintos contextos. Los desafíos específicos identificados en Guatemala, la República Dominicana y Colombia ofrecen valiosas oportunidades para el diseño de intervenciones específicas que puedan optimizar la salubridad mental y emocional de los discentes de nivel superior en el entorno post-COVID-19.

Los discentes presentaron afectaciones debido a las exigencias físicas y aislamiento a los que fueron expuestos. Los estudios indican prevalencia con la sintomatología del trastorno de estrés postraumático, somatización y depresión afectando su bienestar psicológico.

La postpandemia se constituyó en un desafío para la salubridad mental, sobre todo en discentes universitarios, que en muchos casos frente a la coyuntura presentaron deserción académica, desmotivación, episodios de ansiedad y estrés frente a la presión académica. Ante las secuelas de la urgencia sanitaria en la satisfacción emocional de las personas.

Las secuelas muestran consecuencias, que evidencian en los discentes una notable presencia de estrés y ansiedad, manifestándose en una incidencia de moderada intensidad. Este fenómeno se manifiesta a través de respuestas multifacéticas que abarcan los dominios cognitivo, fisiológico y motor, y que revelan una serie de desafíos en sus comportamientos. De esta manera se respalda la teoría del Lalonde, señalando que existen 4 grupo de factores que influyen que son: el medio ambiente, los estilos de vida, el sistema sanitario y la biología humana, influyen en la percepción de la salud y enfermedad (57).

En consecuencia, la instrucción en línea postpandemia se ha convertido en un campo de estudio y acción fundamental, en el cual la colaboración entre instituciones educativas, profesores, discentes y expertos en tecnología desempeña un papel crucial. La adaptabilidad, la innovación y la subsunción efectiva de la tecnología en la educación son elementos clave para superar los desafíos planteados por la instrucción virtual y avanzar hacia un modelo educacional más resiliente y eficaz en el mundo post-COVID-19.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.1.1 Problema general

¿Existe relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023?

1.1.2 Problemas específicos

¿Existe relación entre el nivel de autoestima y el control de situaciones en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023?

¿Existe relación entre el nivel autoestima y los vínculos sociales en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023?

¿Existe relación entre el nivel autoestima y la autonomía en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023?

¿Existe relación entre el nivel de autoestima y proyectos en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023?

1.3 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

La relevancia del presente estudio radica en que no existen en la localidad estudios relacionados con el nivel de autoestima en discentes de instrucción superior. En tal sentido, tiene relevancia práctica porque luego de determinar el nivel de autoestima y su relación con el bienestar psicológico en discentes; se podrá proponer acciones de prevención para reducir los bajos rangos de autoestima que pueden conllevar a desequilibrios psicológicos y

promover una adecuada calidad existencial para optimizar la satisfacción física, mental y social del personal.

Este estudio adquiere importancia significativa en el ámbito de la salubridad pública, especialmente en el contexto de la postpandemia de COVID-19, que expuso a las personas al combate directo contra la enfermedad. Se ha observado que esta exposición se vincula con un aumento en la sintomatología somática, que a menudo pasa desapercibida para los servicios de salud mental. La prevalencia de estos síntomas somáticos puede afectar el desempeño y la rutina diaria de las personas, especialmente cuando se presentan en forma de contingencias que escapan al control individual. Esta amplitud de contingencias de riesgo puede conducir a un desequilibrio físico, psicológico y social, generando repercusiones negativas en el desempeño cotidiano.

Por ende, la pesquisa presentada ostenta como finalidad la de explorar las causas y eventos que impactan al individual estudiantil de una universidad estatal durante el periodo postpandemia en Tacna, en el año 2023. Los discentes, expuestos a las presiones académicas y los rezagos derivados de la situación postpandemia, han experimentado un notable aumento en los casos de deterioro del bienestar psicológico. Esta situación se origina en la crisis sanitaria inesperada y desconocida provocada por la COVID-19, afectando de manera sustancial la salubridad mental y emocional de los discentes.

La investigación se orienta a comprender cómo estas circunstancias, incluyendo las presiones académicas y las secuelas de la pandemia, han contribuido al deterioro del bienestar psicológico de los discentes. Se busca identificar las contingencias específicas que han generado esta situación y examinar cómo estos afectan no solo el desempeño académico, sino también la satisfacción emocional de los discentes en su entorno educacional. Este enfoque holístico pretende proporcionar data valiosa para el diseño de intervenciones y apoyos específicos que aborden de manera efectiva las carencias emocionales y psicológicas de los discentes durante la fase postpandemia.

1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES

Las restricciones propias de un diseño transversal, que solo permite estudiar la asociación entre las variables planteadas sin posibilidad de fijar causalidad.

- La imposibilidad de generalizar resultados dado que esta investigación se limita a discentes de universidad que en su mayoría son de género femenino en la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Jorge Basadre Grohmann, ya que cada uno se encuentra en su respectivo año académico.
- La limitación de tiempo en el recojo de data debido a los horarios que disponen de tiempo para realizar una evaluación minuciosa.
- Estudiantes con algún tipo de discapacidad que no deseen participar en la investigación.

1.5 OBJETIVOS

1.5.1 Objetivo general

Determinar la relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

1.5.2 Objetivos específicos

Determinar la relación entre el nivel autoestima y el control de situaciones en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

Determinar la relación entre el nivel autoestima y los vínculos sociales en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

Determinar la relación entre el nivel autoestima y la autonomía en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

Determinar la relación entre el nivel de autoestima y proyectos en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

1.6 HIPÓTESIS

1.6.1 Hipótesis general

Existe relación significativa entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

1.6.2 Hipótesis específica

Existe relación significativa entre el nivel autoestima y el control de situaciones en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

Existe relación significativa entre el nivel autoestima y los vínculos sociales en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

Existe relación significativa entre el nivel autoestima y la autonomía en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

Existe relación significativa entre el nivel de autoestima y proyectos en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

2.1.1 Antecedentes de la pesquisa a nivel internacional

Korneva, et al. (27) en Rusia 2022, se estudió en el artículo titulado *Social Health and Psychological Safety of Students Involved in Online Education during the COVID-19 Pandemic*. Este estudio tuvo el objetivo de explorar los impactos de la crisis pandémica de COVID-19 en el aprendizaje y bienestar emocional de los discentes y describe las posibles consideraciones para los sistemas educacionales a medida que apoyan a los discentes durante el período de recuperación y más allá. Nuestro estudio se basa en los hallazgos de nuestra propia encuesta que se administró utilizando una bola de nieve y una muestra conveniente de 1524 encuestados (de 19 a 26 años de edad; 56,2 % mujeres y 43,8 % hombres) de la República Checa (N=804) y Rusia (n=720). Empleamos las mezclas de ANOVA y Proceso de Dirichlet de Modelos Lineales Generalizados (DP-GLM) para explicar las causas del estrés y la ansiedad después de agrupar variables representadas por género y especialidades de estudio. Nuestros hallazgos demuestran que más del 87 % de los discentes de la muestra expresaron una vulnerabilidad media alta al estrés, en tanto que el 58 % de los encuestados se vieron afectados por una ansiedad severa durante su participación en la educación en línea. Las contingencias más importantes que surgieron como significativos fueron el miedo a contagiarse y el distanciamiento social, en tanto que la mejor estrategia para sobrellevar el estrés fue el autocontrol. Estos hallazgos nos permiten brindar recomendaciones prácticas para enfrentar y controlar de manera efectiva el estrés y la ansiedad entre los discentes en la era postpandemia. Además, nuestros hallazgos podrían contribuir considerablemente el estudio del efecto general a largo plazo de la crisis de sanidad en lo discentes de nivel superior en general y el empleo de las TICs en la instrucción superior, así como en la salubridad pública.

Bustos y Vásquez (64) en Ecuador 2022, en el artículo *Autoestima y bienestar psicológico en discentes universitarios*, el estudio buscó determinar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico, además de valorar sus rangos y por último examinar la diferencia de la autoestima en base al sexo. En relación al diseño metodológico, este es de carácter no empírico, con un enfoque basado en datos cuantitativos, un diseño de tipo correlativo y una estructura de corte transversal. La muestra poblacional consistió en 234 discentes universitarios, de los cuales 179 (76.5 %) son mujeres y 55 (23.5 %) son hombres, con edades comprendidas entre los 18 y los 28 años. Se aplicaron la escala de bienestar psíquico de Ryff y la Escala de autovaloración de Rosenberg. Los hallazgos obtenidos revelaron una vinculación directa y moderada entre la autoestima y el bienestar mental. Además, se advirtió una prevalencia de rangos elevados de bienestar mental, en tanto que en lo que respecta a la autoestima, predominaron los rangos medios y altos en igual medida. Por último, se notó una discrepancia en cuanto a la autoestima, siendo esta más favorable en hombres, lo que confirma una mayor autoestima en el género masculino.

Suárez, et al.(2) en México 2022, *El escrito denominado Después de la Pandemia: bienestar mental de los discentes de Medicina*. La meta de este estudio es exponer las vertientes del bienestar psicológico en los discentes de la facultad de medicina y así contrastar las discrepancias entre conjuntos: esto debido a que la crisis sanitaria ocasionó una situación inédita, derivada de la necesidad de aislamiento en distintos ámbitos. Para realizar esta labor, se efectuó una investigación bajo el enfoque post-positivista con un diseño no experimental de enfoque descriptivo y comparativo de naturaleza cuantitativa y de corte transeccional en discentes de primer semestre de la facultad de medicina en un contexto posterior a la pandemia, llegando a la conclusión de que la atención a las áreas de bienestar psicológico debería realizarse mediante planes de atención diferenciados. Los discentes de la facultad de medicina mostraron un 24 % de un alto bienestar mental, un 68 % moderado y un 8 % bajo de bienestar general. El nivel bajo de bienestar podría vincularse con la aparición de la pandemia COVID-19 y el impacto emocional causado por el cambio en el estilo de vida, de la modalidad de clases presenciales a virtuales, añadido a las medidas de confinamiento y restricciones estrictas, lo que posiblemente generó limitaciones en diversos aspectos de su

vida, especialmente en lo social y personal, por lo que las relaciones sociales y las destrezas de interacción han sido claramente afectadas, disminuyendo la presencia de afectos positivos como la alegría, impactando de manera directa su nivel de satisfacción en términos generales.

Gonzales (54) en Guatemala 2021, se realizó el estudio *Bienestar psicológico, resiliencia y ansiedad en discentes universitarios*. Esta investigación tuvo como propósito Establecer la conexión entre el bienestar emocional, capacidad de recuperación y aprensión en discentes universitarios. Las virtudes mentales asisten en enfrentar los desafíos en aumento y promover el bienestar psíquico. El propósito de esta investigación es establecer la relación de aprensión, capacidad de recuperación con el bienestar emocional de discentes universitarios. El planteamiento del estudio fue cuantitativo, no empírico, de naturaleza transeccional y alcance asociativo predictivo. Para el análisis se llevó a cabo una regresión logística binaria. Se empleó la escala de bienestar emocional de Ryff, escala de 10 ítems de Connor, Davidson. Resilience Scale (CD- RISC) y la escala de trastorno de aprensión generalizada (GAD-2). Participaron 378 discentes de la institución educativa pública de Guatemala. La edad $M= 22.2$ ($SD=2,11$), siendo 252 (66,70 %) mujeres. La tasa de posibilidad (OR) para una métrica bajo de trastorno generalizado de aprensión fue de 2.907 (IC 95 % 1,718-4, 922) en tanto que una métrica alto de capacidad de recuperación en 4,816 (IC 95 % 3,052-7,601), los cuales influyen en el bienestar psíquico, con una varianza explicada de 26,20 % (Nagelkerke R²). El patrón fue significativo ($p<0,001$). Los hallazgos sugieren que se debe poner más énfasis en la aprensión y capacidad de recuperación para el desenvolvimiento y la mejora del bienestar y salud mental durante la COVID-19.

Benavides, et al. (28) en Colombia 2018, se realizó el estudio del artículo *Vinculación entre el Burnot Académico y la Autoestima en discentes de pregrado de Medicina de San Juan de Pasto- Colombia*. Fue dirigido por el enfoque numérico de índole asociativo explicativo, participaron 184 discentes de Segundo, cuarto, sexto, octavo y décimo períodos, con edades entre los 17 y 40 años. Se empleó el Cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) y la Escala de autovaloración de Rosenberg. En relación a los hallazgos, se destaca que en las subescalas de Desgaste académico no se evidenciaron

diferencias estadísticamente relevantes según el género; en lo concerniente a la variable de autovaloración, no se encontraron discrepancias por género ni por período. Se notó una conexión indirecta entre autovaloración y las subescalas de agotamiento emocional y cinismo; al mismo tiempo, la relación con desempeño académico fue directa, señalando que los discentes con rangos altos de autovaloración tendrán una menor probabilidad de experimentarlo.

2.1.2 Antecedentes de la pesquisa a nivel nacional

Mamani, et al. (22) en Lima 2021, del artículo titulado *Madurez psicológica y bienestar psicológico en discentes de una Entidad educativa Privada de Juliaca – Perú*. En esta investigación, la finalidad consistió en establecer la conexión entre madurez psicológica y bienestar psicológico en discentes de una Entidad educativa Privada en Juliaca. La metodología empleada se basó en una pesquisacorrelacional con un diseño no experimental y enfoque transversal, implementado en una población de 78 discentes de ambos géneros, pertenecientes al cuarto y quinto grado de secundaria. Se administraron la Escala de Bienestar psicológico de Ryff y el cuestionario de Madurez Psicológica (PSYMAS) a los participantes. Los hallazgos revelaron que el 61.5 % de los encuestados muestra un nivel moderado de madurez psicológica, y el 100 % presenta un bienestar psicológico en un nivel bajo. El análisis inferencial señaló vinculaciones significativas entre madurez psicológica y bienestar psicológico ($Rho=0,289$, $p<0,05$). La conclusión extraída fue que a medida que los adolescentes desarrollan madurez psicológica, aumenta la probabilidad de experimentar sensaciones placenteras a lo largo de la vida y satisfacer sus deseos personales.

Sharma, et al. (33) en Lima 2014, del artículo titulado *Role of gender, family, lifestyle and psychological factors in self-rated health among health among urban adolescents in Perú: a school-based cross-based cross-sectional survey*. (Papel del género, la familia, el estilo de vida y las contingencias psicológicas en la salubridad auto percibida entre los adolescentes urbanos de Perú: una encuesta transeccional basada en la escuela). En la cual el objetivo fue examinar el papel del género, la familia, el estilo de vida y las contingencias psicológico en la autoevaluación de la salud, el diseño fue una pesquisatransversal, la

población fue de 970 discentes seleccionados al azar de 11 escuelas secundarias de Lima y Callao, Perú. La salubridad autoevaluada se midió con un solo ítem: “En general, ¿cómo calificaría su salud? Las respuestas se organizaron con una escala tipo Likert de cinco puntos: “excelente”, “muy buena”, “buena”, “regular” y “mala”. La variable de resultado se dicotomizó como “buena” (excelente, muy buena o buena) o “mala/regular” (mala o regular). El método calculamos los OR ajustado (AOR) y los IC del 95 % para la salubridad autoevaluada deficiente/regular mediante análisis de regresión logística multivariante en rangos de 3 grados. Los hallazgos dieron que el 32,5 % de los encuestados tenía una salud autoevaluada regular/mala, el 23,7 % del total de hombres y el 40,0 % del total de muestras de mujeres. Los hombres tenían menos probabilidades de tener salud autoevaluada deficiente regular; apoyo bajo. Las otras variables asociadas fueron comidas omitidas debido a una escasez de alimentos, ver televisión durante el tiempo libre, actividad física baja, absentismo escolar y satisfacción con la vida percibida. Las conclusiones fueron que el género, la falta de comidas por escasez de alimentos, el apoyo familiar, la actividad física y la satisfacción con la vida influyeron en la autoevaluación de la salubridad de los adolescentes peruanos.

Ames, et al. (34) en Lima 2021, del artículo titulado “*Self-reported psychological problems and coping strategies: a web-based study in Peruvian population during COVID-19 pandemic*” (Problemas psicológicos autodeclarados y líneas de actividad de afrontamiento: una investigación basada en la web en población peruana durante la crisis pandémica del COVID-19). Este estudio de tipo transeccional se basa en una encuesta en línea mediante muestreo de bola de nieve, llevada a cabo después de la declaración del estado de urgencia en Perú. Se empleó el Cuestionario de Salud General (GHQ-28) para detectar sintomatología somática, la prevalencia de ansiedad/insomnio, disfunción social y depresión, en tanto que el Cuestionario de Líneas de actividad de enfrentamiento (COPE-28) mapeó las líneas de actividad personales para abordar el estrés reciente. Se seleccionaron 434 participantes autoseleccionados con edades comprendidas entre los 18 y los 68 años, quienes completaron la encuesta. La mayoría de los participantes eran mujeres (61,30 %), con edades de 18 a 28 años (41,70 %), con educación superior ($\geq 85,00$ %), de nacionalidad peruana (94,20 %), empleados (57,40 %) y solteros (71,20 %). Un 40.8% reportó angustia,

manifestando temor a la infección por coronavirus (71,43 %). El análisis de regresión revela que los hombres presentaban síntomas más bajos relacionados con lo somático y síntomas de ansiedad/insomnio en contraste con las mujeres. La probabilidad de depresión y disfunción social es menos frecuente con el aumento de la edad. El nivel educacional actúa como factor protector contra el desenvolvimiento de condiciones psicológicas ($p < 0,05$). En conclusión, el estudio ofrece una mejor comprensión del impacto en la salubridad mental durante la pandemia de COVID-19 en la población peruana, con aproximadamente la mitad de los encuestados informando angustia psicológica y respuestas de enfrentamiento deficientes.

Korn A, et. al. (35) en Lima, del artículo titulado *Psysical and mental health impacts of household gardens in an urban slum in Lima, Perú* (Impactos en la salubridad psíquica y mental de los huertos domésticos en una barriada urbana de Lima, Perú). Este estudio longitudinal de medidas repetidas utilizando métodos de diseño participativo se llevó a cabo en Lima entre septiembre de 2013 y septiembre de 2014 para determinar la factibilidad de implementar huertos familiares y el impacto subsiguiente del aumento de los espacios verdes en el bienestar. Se recopilaron datos antropométricos y una combinación de cinco encuestas de satisfacción emocional validadas al inicio, 6 meses y 12 meses después de la construcción del jardín. Incrementos significativos desde el inicio en la totalidad de dominios de vida, incluyendo: físico ($p=0,02$) y capital social general ($p < 0,01$), psicológico ($p=0,05$), social ($p=0,02$), ambiental ($p=0,02$) y capital social general ($p < 0,01$) se identificaron 12 meses después de la construcción del jardín. Las experiencias potencialmente mortales disminuyeron significativamente, en contraste la línea de base ($p= 0,02$), social ($p=0,02$), ambiental y capital social general ($p < 0,01$) se identificaron 12 meses después de la construcción del jardín. Un mejor acceso a espacios verdes en forma de huerto doméstico puede optimizar significativamente la satisfacción emocional en un entorno urbano de tugurios.

2.1.3 Antecedentes de la pesquisa a nivel regional

Suricallo, N. y Ticona, D. (56) con el título "*Calidad de vida laboral y bienestar psicológico en el individual sanitario y administrativo de un establecimiento de sanidad en Tacna-2021*". El propósito de esta pesquisa fue analizar la vinculación existente entre la cualificación existencial laboral y la satisfacción psicológica en el individual sanitario y administrativo de un establecimiento de sanidad en Tacna en el año 2021. La muestra incluyó a 110 empleados, abarcando tanto al individual sanitario (como enfermeras, técnicas de enfermería, técnicos de laboratorios, asistentes de consultorio, entre otros) como al individual administrativo. Se utilizaron la Escala Abreviada de Calidad de Vida Laboral (WRQoL) y el Cuestionario de Satisfacción psicológica (BIEPS-A). El enfoque de la pesquisa fue de tipo básica-descriptiva, con un diseño no experimental, descriptivo correlacional y transversal. En cuanto a los hallazgos, se advirtió una vinculación relevante entre la cualificación existencial laboral y las dimensiones de la satisfacción psicológica. Se obtuvieron los siguientes valores en las diferentes dimensiones: en la dimensión de Satisfacción General (Rho: 0,666) se encontró una vinculación alta y directa, en la intervinculación Trabajo-Hogar (Rho: 0,602) se identificó una vinculación mediano y directa, en Trabajo y Satisfacción (Rho: 0,754) se evidenció una vinculación directa y alta, en Condiciones Laborales (Rho: 0,539) se constató una vinculación directa y mediano, y en Control en el Trabajo (Rho: 0,594) se identificó una vinculación directa y mediano. En suma, se determina que hay una relación intermedia y evidente entre la competencia existencial laboral y el bienestar psicológico del equipo médico y administrativo de un centro de salud en Tacna en 2021, dado que el nivel de importancia fue de $p=0,000$.

2.1 BASES TEÓRICAS

2.1.1 Autoestima

El autoconcepto simboliza un sistema complicado y cambiante de percepciones, convicciones y disposiciones que un sujeto sostiene sobre sí mismo. Esta característica engloba una serie de disposiciones que confieren al individuo la capacidad de enrostrar con coraje y resolución los retos de la existencia. Quienes cuentan con una autoevaluación alta

suelen tener mayores posibilidades de triunfo y, en líneas generales, experimentan una mayor sensación de bienestar. La influencia de la autoestima se refleja en el estado de ánimo, el compromiso y la iniciativa que una persona asume al realizar diversas actividades que son necesarias o deseadas (39).

Desde una perspectiva sociocultural, la autoestima, según la definición de Rosenberg, se puede entender como "una actitud, ya sea positiva o negativa, que las personas mantienen hacia sí mismas" (p.3). Este enfoque engloba que la autoestima no es simplemente un rasgo innato, sino que es moldeada por una variedad de influencias, como la cultura en la que se desarrolla el individuo, las normas sociales, la dinámica familiar y las vinculaciones inter pares (40).

La conceptualización de Roa (43) añade una capa adicional al comprender la autoestima como algo dinámico. Esta perspectiva engloba que la autoestima no es estática ni fija, sino que puede experimentar cambios a lo largo del tiempo. Puede crecer, arraigarse más profundamente a medida que una persona se desarrolla y madura, conectarse con otras actitudes y perspectivas, o, en contraste, debilitarse y empobrecerse debido a diversas experiencias de vida y contingencias externas.

La dinámica de la autoestima sugiere que no solo es una característica intrínseca, sino también un flujo en constante evolución. Contingencias como los logros personales, las relaciones sociales, los desafíos enfrentados y las experiencias emocionales desempeñan un papel crucial en la perfilación y evolución de la autoestima a lo largo de la vida en el desenvolvimiento humano de una persona. Asimismo, la autoestima puede influir en la forma en que una persona aborda situaciones cotidianas, se vincula con los demás y se percibe a sí misma en el contexto más amplio de su vida.

La autoestima, según la definición de Coopersmith (46), se entiende como la evaluación que realiza un individuo acerca de sí mismo, y esta evaluación se encuentra intrínsecamente vinculada a la satisfacción individual y al funcionamiento afectivo. En este sentido, la autoestima se concibe como un juicio vinculado a la aceptación o el desistimiento

hacia uno mismo, una forma fundamental en la que las personas internalizan y reflexionan sobre su valía, sus logros y su identidad.

El concepto de autoconcepto, abordado por los científicos sociales, agrega otra capa a esta comprensión. El autoconcepto se puede definir como la identificación de las características que conforman a cada individuo. En otras palabras, se refiere a la idea que cada persona tiene de sí misma, una percepción que puede ser tanto adaptativa como desadaptativa/disfuncional en función de la valoración que realiza sobre los datos percibidos de su propia persona.

La autoestima y el autoconcepto son componentes cruciales en la construcción de la identidad de un individuo. Estas nociones inciden en la forma en que las personas se ven a sí mismas, en cómo interactúan con el mundo que las rodea y en la manera en que afrontan los desafíos y las alegrías de la vida cotidiana. Además, ambas ideas son moldeadas por una variedad de factores, como las experiencias personales, las interacciones sociales, los logros alcanzados y los desafíos superados. Es un flujo altamente discontinuo y discontinuo en el que la autoevaluación y la percepción de uno mismo se entrelazan en la construcción de una identidad única y en constante evolución.

2.1.1.1 Las fases de la autoestima

Según Seminario (42), el desenvolvimiento de la autoestima puede compararse con una "escalera" que se va ascendiendo a medida que se sortean las vivencias y experiencias a lo largo de la vida. Esta metáfora sugiere que la autoestima no es estática, sino que evoluciona gradualmente a medida que una persona enfrenta distintas situaciones y desafíos.

Cada peldaño de esta "escalera" representa una etapa en la que se construye y fortalece la autoestima. Las vivencias positivas, los logros alcanzados y las relaciones significativas pueden actuar como escalones que elevan la autoevaluación y la percepción positiva de uno mismo. En contraste, las experiencias difíciles, los fracasos y los desafíos pueden representar obstáculos en la escalera, pero también ofrecen oportunidades.

Autoconocimiento:

El autoconocimiento engloba un profundo entendimiento de las diversas facetas que conforman la identidad de un individuo. Este flujo va más allá de reconocer simplemente la existencia del yo; engloba explorar y comprender las manifestaciones, carencias y destrezas que componen la esencia única de cada persona. Además, abarca la comprensión de los roles que desempeña en la vida, los motivos que impulsan sus acciones y emociones, y la conexión intrincada entre su ser y su manera de interactuar con el mundo. En esencia, el autoconocimiento es un viaje hacia la comprensión profunda de uno mismo, que abarca no solo la identificación de características, sino también la exploración de las motivaciones subyacentes que dan forma a la individualidad.

Autoconcepto:

El autoconcepto va más allá de una simple percepción de uno mismo; es una serie dinámica de creencias arraigadas en la conciencia de la propia identidad. Estas creencias se manifiestan en la conducta de la persona y están intrínsecamente ligadas a su percepción de sí misma en diversos contextos. Comprender el autoconcepto engloba explorar las creencias arraigadas acerca de destrezas, valores, roles y metas personales. El intercambio entre estas creencias da forma a la manera en que una persona se ve a sí misma y se proyecta en el mundo.

Autoevaluación:

La autoevaluación es el flujo interno mediante el cual una persona realiza juicios sobre su propia experiencia, valorando las circunstancias y eventos desde una perspectiva personal. Este flujo refleja la potencialidad de discernir entre lo que es percibido como positivo, satisfactorio, interesante y enriquecedor, frente a lo que se experimenta como negativo, insatisfactorio o perjudicial. La autoevaluación no solo engloba emitir juicios objetivos, sino también reconocer la influencia subjetiva de la experiencia individual en la interpretación de los eventos.

Autoaceptación:

La autoaceptación va más allá de la mera conciencia de las diferentes partes que componen la personalidad de uno. Es el acto de admitir y reconocer cada una de estas partes como una realidad innegable, entendiendo que la transformación solo es posible a través de la aceptación genuina. Este flujo engloba reconciliar las fortalezas y debilidades, virtudes y defectos, construyendo así una relación compasiva consigo mismo.

Autorrespeto:

El autorrespeto es un acto de atención consciente y satisfacción de las propias carencias y valores. Va acompañado de la destreza para expresar y gestionar adecuadamente los sentimientos y emociones, sin causarse daño ni recurrir a la autocrítica destructiva. La búsqueda y apreciación de aquellas experiencias y logros que generan un sentido de orgullo individual también son componentes esenciales del autorrespeto. Este engloba cuidar de uno mismo de manera integral, nutriendo tanto las carencias físicas como emocionales, y reconociendo lo esencial fundamental de valorarse a uno mismo en el viaje de la vida.

2.1.1.2 Tipos de Autoestima

La autoestima se constituye como la culminación de un flujo evolutivo, intrínsecamente vinculado a los pasos anteriores que conforman el viaje de autodescubrimiento y desenvolvimiento personal. Cuando una persona logra un conocimiento profundo de sí misma, se mantiene consciente de las transformaciones que experimenta y construye una escala de valores arraigada en su identidad, se sientan las bases para el florecimiento de la autoestima.

El primer pilar para alcanzar una autoestima saludable es la autoconciencia, que engloba ir más allá de la mera identificación superficial y explorar las capas más profundas de la propia esencia. Esta conciencia permite comprender los cambios que la vida trae consigo y cómo estos moldean la identidad a lo largo del tiempo.

El segundo paso es la creación de una escala de valores personal, que sirve como guía ética y moral. Desarrollar esta escala engloba reflexionar sobre las creencias fundamentales, identificar lo que es genuinamente significativo y alinear acciones con esos valores.

El tercer componente es el desenvolvimiento de destrezas y capacidades. La aceptación de la potencialidad de aprender y crecer, así como la disposición para cultivar nuevas destrezas, amplía las fronteras del potencial personal, contribuyendo así a la construcción de una autoestima robusta.

La autoaceptación y el autorrespeto constituyen el cuarto pilar. Estos aspectos implican un amor propio incondicional y el reconocimiento profundo de cada faceta, incluso aquellas consideradas menos deseables. La aceptación de uno mismo y la atención a las propias carencias son fundamentales para el fortalecimiento de la autoestima.

En contraste, cuando una persona se encuentra desconectada de su verdadero ser, porta un concepto de sí misma empobrecido y no logra aceptarse ni respetarse, se cierra la puerta a la autoestima. Este flujo de autosabotaje emocional y autoevaluación negativa puede impedir el desenvolvimiento de una apreciación saludable de uno mismo.

Autoestima Alta: Un Radiante Despliegue de Fortaleza Personal

Las personas con una autoestima alta se destacan por su energía activa y expresiva en la vida. Triunfan en los ámbitos sociales y académicos, lideran con confianza y no temen enfrentarse a opiniones divergentes. Desde temprana edad, exhiben una baja propensión a la destructividad, sintiéndose inquietas ante la ansiedad, pero manejándola con maestría. Confían en sus percepciones, aguardan el éxito como fruto de sus esfuerzos y abordan las interacciones sociales con la expectativa positiva de ser bien recibidos.

Autoestima Media: Un Equilibrio de Autoafirmación Moderada

Los individuos con una autoestima en un nivel intermedio ofrecen afirmaciones positivas moderadas acerca de sus competencias, significado y expectativas. Sus declaraciones, conclusiones y opiniones se asemejan a menudo a las de aquellos con

autoestima alta, aunque con matices que varían en diferentes contextos y situaciones. Aunque comparten algunas características con los de autoestima alta, su perspectiva general se sitúa en un equilibrio entre la confianza y la autoafirmación.

Autoestima Baja: La Sombra del Desánimo y la Inseguridad

En contraste, aquellos con autoestima baja experimentan desánimo, depresión y aislamiento. Se perciben a sí mismos como poco atractivos y sienten una impotencia para expresarse y defenderse. El temor al desagrado ajeno los inhibe, tejiendo un entramado de inseguridad emocional. Estos individuos a menudo enfrentan dificultades para navegar por la vida social y experimentan una percepción distorsionada de su valía personal.

Estos rangos de autoestima, lejos de ser compartimentos estancos, forman un espectro discontinuo que refleja la complejidad de la experiencia humana. Cada nivel lleva consigo manifestaciones distintivas que inciden en la forma *en que las personas se relacionan consigo mismas y con el mundo que las rodea*.

2.1.1.3 Componentes de la autoestima

Según las reflexiones de Gallegos (43), la autoestima se revela como un altamente discontinuo entramado con dimensiones multifacéticas, cada una contribuyendo de manera única a la construcción del sentido de uno mismo. Estos componentes, a saber, el cognoscitivo, el emocional y el conductual, forman la tela tejida con los hilos de la autoconciencia y el intercambio con el mundo.

Componente Cognoscitivo: Entre Esquemas y Percepciones

El componente cognoscitivo emerge como el tejido de autoesquemas que organiza las experiencias pasadas, desempeñando un papel crucial en el reconocimiento e interpretación de estímulos sociales en el entorno. Estas autopercepciones engloban la representación cognitiva que cada persona construye de sí misma, abarcando conocimientos, impresiones, convicciones y puntos de vista sobre distintos aspectos de su personalidad. Constituyen el relato interno que configura la percepción de la propia identidad.

Componente Emocional: La Danza de los Sentimientos

El componente emocional se erige como el alma vibrante de la autoestima, albergando todos los sentimientos relacionados con uno mismo. Estos sentimientos, que conforman la autovaloración y el autoaprecio, son los cimientos sobre los cuales se construye la aspiración de autorrealización de cada individuo. Es en este espacio emocional donde se gesta la conexión íntima entre el sentirse consigo mismo y el impulso hacia la plenitud Person.

Componente Conductual: La Autoestima en Acción

Desde la premisa fundamental de que la autoestima involucra el conocimiento, la evaluación y la aceptación de uno mismo, el componente conductual emerge como la expresión tangible de este flujo interno. Implica la acción hacia el exterior, el intercambio activa con el marco y la manifestación de la autoconciencia en comportamientos concretos. En otras palabras, la autoestima se desdobra en la manera en que una persona se vincula y participa en el mundo que la rodea.

En conjunto, estos componentes arrojan luz sobre la rica complejidad de la autoestima, delineando sus matices y texturas. Al entender la interconexión de estos elementos, se revela un panorama más completo de cómo la autoestima impacta y es moldeada por la experiencia humana.

2.1.1.4 Dimensiones de la autoestima

Desde la perspectiva que ha adoptado, Coopersmith (2010), señala que la autoestima posee según las perspectivas profundas presentadas por (44), se abre ante nosotros un vasto paisaje de autoconocimiento que abarca tres dimensiones de gran alcance, sumergiéndonos en una travesía hacia el entendimiento más profundo de la autoestima. Estas dimensiones, que se extienden como brazos robustos hacia diferentes aspectos de la vida, nos guían a través de la complejidad de la autopercepción.

Autoestima de Sí Mismo General

Adentrándonos en la primera dimensión, nos sumergimos en la compleja trama de la autoestima de sí mismo general. Este intrincado tejido es un reflejo fiel de las actitudes que un individuo acoge en relación con su autopercepción y su evaluación individual de las características que conforman su ser, tanto desde una óptica corporal como dentro de la esfera de las emociones.

Este espejo interno, iluminado por la luz de la autoexploración, revela una conexión profunda e intrínseca que se va desarrollando a lo largo de la vida del sujeto. Desde los primeros destellos de aceptación, donde se aprende a reconocer las propias peculiaridades, hasta los momentos de valoración, donde se aprecian y celebran los aspectos más profundos de la identidad.

La autoestima de sí mismo general se constituye como un viaje en constante evolución, donde cada reflexión en el espejo interno contribuye a esculpir la narrativa única de la propia identidad. Desde los desafíos hasta los triunfos, este flujo refleja la danza constante entre la aceptación de uno mismo y la valoración de la esencia más auténtica.

En este viaje al interior, el individuo aprende a navegar por los recovecos de sus pensamientos, reconociendo la belleza en la amplitud de sus características. La autoestima de sí mismo general se convierte así en un lienzo en el que se pinta la historia de la autoaceptación y el aprecio hacia la propia esencia. Cada actitud, cada reflexión en este espejo interno, contribuye a la construcción de un autorretrato emocionalmente rico y profundamente auténtico.

Autoestima en el Área Social

La segunda dimensión nos invita a sumergirnos en las profundidades de la autoestima, donde las aguas sociales se agitan con las actitudes del individuo. Este océano de interacciones se teje en el entramado de relaciones con compañeros, amigos y en los corredores de instituciones educativas y formativas.

En este vasto mar social, las percepciones sobre el desempeño académico o profesional se entrelazan con las expectativas, creando un tapiz altamente discontinuo que influye de manera significativa en la satisfacción del individuo en su entorno social. Las corrientes de las vinculaciones interpares, ya sean amistosas o académicas, ejercen su influencia en la percepción que cada uno tiene de sí mismo.

Las actitudes que emergen en este contexto social son como olas que danzan en respuesta a las experiencias compartidas y las dinámicas grupales. La autoestima en el ámbito social se convierte en un espejo reflejo de cómo el individuo se sitúa en relación con los demás, cómo se percibe en la sinfonía de la comunidad que lo rodea.

Desde los primeros encuentros con la amistad hasta las complejidades de las interacciones académicas, la autoestima en el ámbito social se forja en el crisol de las relaciones humanas. Cada actitud y percepción se entrelaza en este tejido social, influyendo en la narrativa única de la autovaloración en el contexto colectivo. En este viaje, el individuo aprende a navegar las mareas sociales con una brújula interna, buscando equilibrio entre la autenticidad individual y la subsunción armoniosa en el entorno social.

Autoestima en el Área Familiar

La tercera dimensión nos invita a adentrarnos en el santuario de la familia, un espacio donde las actitudes y experiencias se entrelazan con la autoestima de manera única. Aquí, la convivencia no solo es un hecho cotidiano, sino un elemento crucial que moldea las percepciones y afectos del individuo en el núcleo familiar.

En este sagrado santuario, las relaciones familiares se convierten en el telar que teje la trama de la autoestima. Cada interacción, cada momento compartido y cada vivencia contribuyen a la construcción de la autoimagen en este espacio íntimo. La calidad de las relaciones familiares se convierte en el cimiento sobre el cual se erige la autovaloración del individuo.

Las actitudes que emergen en este entorno familiar actúan como semillas que germinan en el jardín de la autoestima. Las experiencias compartidas, las risas que resuenan

en los pasillos familiares, así como los desafíos superados en conjunto, todo contribuye a la narrativa única de la autovaloración en el ámbito familiar.

En este santuario, el individuo aprende sobre el amor incondicional, la aceptación y lo esencial de ser parte de algo más grande que uno mismo. Las raíces de la autoestima se hunden en la tierra fértil de las relaciones familiares, creciendo en la seguridad y el afecto que este espacio proporciona.

La percepción de sí dentro del grupo de la familia se convierte en un espejo que refleja la conexión profunda entre las experiencias compartidas y la percepción del individuo sobre su propio valor. Aquí, en este rincón sagrado, los afectos florecen y las actitudes se entrelazan para dar forma a una autoimagen arraigada en el contexto más íntimo y cercano de la vida.

En cada dimensión, se revelan capas más profundas de la autoestima, desentrañando su complejidad y destacando la intrincada red de conexiones que forman el tejido de la identidad. Este enfoque detallado nos invita a explorar no solo la superficie, sino también las profundidades, ofreciendo una visión más completa de cómo la autoestima se entrelaza con la riqueza de la experiencia humana.

2.1.2 Bienestar psicológico

A lo largo de la historia, se ha buscado encuadrar el bienestar psicológico como un conjunto de características que permiten al individuo desenvolverse de manera saludable en las diversas áreas de su vida, estableciendo un vínculo incluso con la psicología positiva (45).

El bienestar psicológico se manifiesta en cómo las personas logran superar los obstáculos que la vida les presenta, transformando su forma de pensar para adoptar una perspectiva positiva (37). Dentro de la tradición de la satisfacción psicológica (BP), se destaca la conexión con el funcionamiento positivo del individuo.

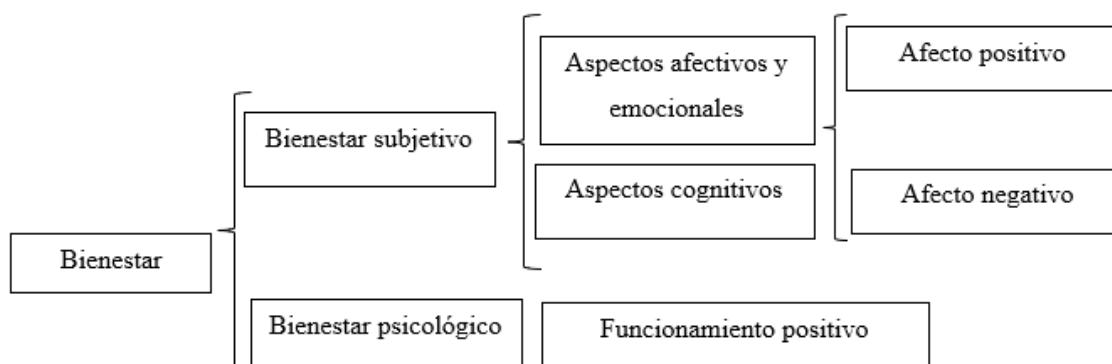
Desde las raíces históricas, se ha intentado definir y comprender el bienestar psicológico como un estado integral que supera la falta de trastornos mentales. Este enfoque

ha evolucionado a lo largo del tiempo, influenciado por diversas corrientes de pensamiento y disciplinas que han contribuido a la conceptualización y estudio de este constructo.

La psicología positiva, en particular, ha arrojado luz sobre lo esencial de cultivar aspectos positivos de la experiencia humana y promover el florecimiento personal. En este contexto, la satisfacción psicológica se entiende como un fenómeno multidimensional que abarca no solo la ausencia de malestar, sino también la presencia de aspectos positivos, como la satisfacción con la vida, el sentido de propósito y el desenvolvimiento de fortalezas personales.

La potencialidad de adaptarse a los desafíos, cambiar patrones de pensamiento para abrazar la positividad y cultivar un funcionamiento positivo son elementos fundamentales en la comprensión de la satisfacción psicológica. A medida que la psicología evoluciona, la exploración de estas dimensiones se vuelve esencial para capturar la complejidad de la experiencia humana y proporcionar herramientas para optimizar la cualificación existencial mental y emocional.

Figura 1. Red conceptual del constructo bienestar psicológica.



2.1.2.1 Modelos de bienestar psicológico

Modelo de Bienestar Psicológico de Ryff

Explorando el Modelo de Bienestar Psicológico de Ryff: Equilibrio y Dimensiones Fundamentales

El Modelo de Bienestar Psicológico de Ryff, propuesto por la psicóloga Carol Ryff, proporciona una perspectiva integral sobre la satisfacción psicológica, destacando la complejidad y la interconexión de diferentes dimensiones que contribuyen a la experiencia global de una vida plena y significativa. Este modelo sugiere que el equilibrio entre los afectos positivos y negativos es independiente de las experiencias específicas de afectos que una persona pueda tener, lo que engloba que la satisfacción psicológica va más allá de la simple presencia de afectos adaptativos y la falta de afectos disfuncionales.

Aspectos del Modelo de Bienestar Psicológico de Ryff:

a. La Autoaceptación: La autoaceptación engloba la potencialidad de reconocer y aceptar todas las partes de uno mismo, incluyendo aquellas que podrían percibirse como menos favorables. Se trata de adoptar una actitud positiva hacia la propia identidad y cultivar la aceptación incondicional.

b. La Autonomía: La autonomía se refiere a la potencialidad de actuar de acuerdo con las propias creencias, valores y metas, independientemente de las presiones externas. Implica un sentido de autorregulación y toma de líneas de actividad fundamentadas en la autenticidad personal.

c. Las Relaciones Positivas: Este aspecto destaca lo esencial de fijar y mantener vinculaciones significativas y saludables con otros. Las conexiones sociales positivas contribuyen significativamente al bienestar psicológico, proporcionando apoyo emocional y un sentido de pertenencia.

d. El Dominio de su Entorno: Se refiere a la potencialidad de manejar eficazmente el entorno y los desafíos que la vida presenta. Implica sentirse competente en la gestión de situaciones y tener un sentido de control sobre las circunstancias.

e. El Propósito en la Vida: La finalidad vital engloba tener metas claras, un sentido de dirección y un significado en la propia existencia. La identificación y búsqueda de un propósito contribuyen al sentido de orientación y satisfacción en la vida.

f. El Desarrollo individual: El crecimiento como persona engloba la disposición y la potencialidad para desarrollarse y evolucionar a lo largo del tiempo. Incluye la apertura a nuevas experiencias, el rastreo de aprendizaje continuo y la adaptación a los cambios.

Cada una de estas dimensiones no solo contribuye individualmente al bienestar psicológico, sino que también interactúan entre sí, creando un tejido altamente discontinuo que refleja la riqueza de la experiencia humana. Este modelo sugiere que alcanzar una satisfacción psicológica plena engloba el desarrollo armonioso de estas diversas dimensiones, promoviendo así una vida más íntegra y significativa.

Modelo de Bienestar SPIRE

El Modelo Bienestar SPIRE, desarrollado por Tal Ben-Shahar y su equipo del Wholebeing Institute, ofrece una perspectiva holística de la satisfacción que abarca cinco dimensiones clave. Este enfoque va más allá de la psicología convencional, centrándose en aspectos que constituyen una experiencia integral y completa del ser humano. El término "SPIRE" es un acrónimo que representa las siguientes dimensiones:

S: Bienestar Espiritual (Spiritual): La dimensión espiritual del bienestar engloba encontrar un propósito más profundo y significativo en la vida. Se trata de cultivar una conexión con algo más grande que uno mismo, ya sea a través de prácticas espirituales, la reflexión sobre el propósito de la vida o la apreciación del momento presente. Involucrarse en actividades que proporcionen un sentido de significado y trascendencia contribuye a esta dimensión.

P: Bienestar Físico (Physical): El bienestar físico se centra en el cuidado del cuerpo y la comprensión de la conexión mente-cuerpo. Incluye prácticas como la actividad física

regular, una nutrición adecuada y el descanso reparador. La conciencia de cómo nuestras elecciones diarias afectan nuestra salud física y mental es esencial para esta dimensión.

I: Bienestar Intelectual (Intellectual): La dimensión intelectual del bienestar engloba comprometerse en aprendizajes profundos y estar abiertos a nuevas experiencias. Fomentar la curiosidad, buscar el conocimiento y participar en actividades que desafíen y estimulen la mente contribuyen a la satisfacción intelectual. El crecimiento continuo y la exploración de nuevas ideas son aspectos clave en esta área.

R: Bienestar Relacional (Relational): El bienestar emocional se refiere a cultivar relaciones constructivas tanto con los demás como consigo mismo. Implica desenvolver destrezas de comunicación efectiva, practicar la empatía y construir conexiones significativas. La calidad de las vinculaciones interpersonales y la potencialidad de fijar vínculos positivos contribuyen a esta dimensión.

E: Bienestar Emocional (Emotional): La dimensión emocional del bienestar engloba la potencialidad de sentir todos los afectos y orientarse hacia la resiliencia y el optimismo. Se trata de cultivar la inteligencia emocional, reconocer y gestionar los afectos de manera saludable, y desenvolver líneas de actividad para enrostrar los desafíos emocionales. La aceptación y la potencialidad de adaptarse a las situaciones son elementos cruciales aquí.

En conjunto, el Modelo de Bienestar SPIRE destaca lo esencial de equilibrar estas cinco dimensiones para lograr un bienestar integral y holístico. Cada una de ellas contribuye de manera única a la experiencia total del bienestar.

2.1.2.2 Dimensiones del bienestar psicológico

La perspectiva de Carol Ryff sobre el bienestar psicológico ha enriquecido la comprensión de cómo las personas experimentan y buscan la realización en sus vidas. Ryff propuso seis dimensiones que operacionalizan este concepto altamente discontinuo y multifacético, destacando aspectos cruciales para una existencia plena (46).

- 1) Autoaceptación: Explorando los Límites y las Fortalezas Personales

La autoaceptación es el arte de sentirse bien consigo mismo, incluso en la conciencia de las propias limitaciones. Esta dimensión engloba la potencialidad de abrazar tanto las virtudes como las imperfecciones, fomentando la construcción de una relación positiva y compasiva con uno mismo. Enfrentar las limitaciones sin perder la estima individual es clave para desenvolver una autoaceptación genuina.

La autoaceptación engloba construir una relación interna positiva y compasiva. Este flujo engloba el cultivo de un diálogo interno amable y alentador, donde la autocrítica cede espacio a la autocompasión. En lugar de juzgarse de manera severa, se fomenta una conexión interna basada en el entendimiento, la paciencia y el apoyo incondicional.

2) Relaciones Positivas con Otras Personas: Tejiendo Redes de Conexiones Significativas

El bienestar emocional se nutre de vinculaciones favorables y estables con otras personas. Cultivar amistades confiables y mantener conexiones sociales saludables contribuye significativamente a esta dimensión. La confianza, el apoyo mutuo y la sensación de pertenencia son elementos fundamentales para construir relaciones significativas que enriquezcan la vida emocional.

3) Autonomía: Forjando la Identidad en un Mundo Social

La autonomía engloba la potencialidad de mantener la individualidad en diversos contextos sociales. Gozar de autodeterminación y preservar la independencia son esenciales para resistir la presión social y autorregular el comportamiento. Esta dimensión refleja la potencialidad de tomar líneas de actividad alineadas con los valores personales y mantener una identidad sólida en el intercambio con la sociedad.

4) Dominio del Entorno: Creando Espacios de Influencia y Control

La destreza individual para elegir o crear entornos que satisfagan las carencias y deseos individuales es fundamental para el dominio del entorno. Sentir control sobre el

mundo y ejercer influencia sobre el contexto son elementos que contribuyen a una sensación de potencialidad y empoderamiento personal.

5) Propósito en la Vida: Tejiendo la Trama de Metas y Significado

El propósito en la vida se vincula con establecer metas y objetivos que otorguen sentido y dirección. Esta dimensión impulsa a las personas a buscar significado más allá de las experiencias diarias, proporcionando un marco que dota de sentido a las acciones y líneas de actividad. El establecimiento de metas significativas contribuye a la construcción de una narrativa individual en constante evolución.

6) Desarrollo individual: La Búsqueda Perpetua de Potencialidades

La dimensión del desarrollo individual refleja el interés por desarrollar potencialidades, incrementar los rangos de conciencia de sí y maximizar las destrezas individuales. Está arraigada en la motivación intrínseca de aprender, evolucionar y enfrentar desafíos que fomenten el desarrollo personal. La búsqueda constante de auto optimización y el aprovechamiento máximo de las destrezas personales son elementos centrales de esta dimensión.

2.1.2.3 Importancia del bienestar psicológico

El bienestar emocional emerge como un pilar fundamental en la estructura integral del ser humano, sosteniendo no solo su salud mental, sino también resonando en diversas esferas de su existencia. Este análisis profundo revela la magnitud de lo esencial que es el bienestar psicológico y que se encuentra íntimamente alineado al desarrollo humano, su concepción engloba la conjunción de conceptos de felicidad y el desarrollo del potencial humano (2).

En el corazón del bienestar psicológico yace la esencia misma de la salubridad mental. Se erige como el cimiento que sostiene el equilibrio emocional de un individuo, proporcionándole las herramientas necesarias para enrostrar las barreras vitales con resiliencia y fortaleza. Una mente en equilibrio es un faro que guía a través de las tormentas emocionales, permitiendo que el individuo navegue las aguas vitales con serenidad.

El bienestar psicológico se convierte en el arquitecto de relaciones significativas y saludables. Una mente equilibrada es capaz de cultivar conexiones auténticas, tejiendo lazos emocionales que nutren el alma. Lo esencial de esta dimensión se revela en la potencialidad de fijar vínculos profundos y enriquecedores, forjando una red de apoyo que se erige como un baluarte en los momentos cruciales de la vida.

El bienestar psicológico actúa como un catalizador para la productividad y la creatividad. Una mente en equilibrio es un terreno fértil para la gestación de ideas innovadoras y la ejecución de tareas con eficiencia. Lo esencial de esta dimensión se manifiesta en la potencialidad del individuo para desplegar su potencial creativo y alcanzar rangos óptimos de desempeño en sus actividades profesionales y personales.

Enfrentarse a la adversidad es una realidad inherente a la vida, y el bienestar psicológico se convierte en la armadura que protege al individuo en tales momentos. La resiliencia, esa potencialidad de sobreponerse a las dificultades, encuentra su origen en una mente psicológicamente equilibrada. Lo esencial de esta dimensión radica en su potencialidad para convertir los desafíos en oportunidades de crecimiento y aprendizaje.

El bienestar psicológico se revela como el maestro que guía al individuo hacia la construcción de un propósito vital significativo. Lo esencial de esta dimensión se manifiesta en la potencialidad del individuo para establecer metas y objetivos que doten de sentido su existencia, transformando cada paso en un viaje significativo y gratificante.

En conclusión, lo esencial del bienestar psicológico trasciende las barreras de la salubridad mental para convertirse en el pilar maestro que sustenta una vida plena y significativa. Desde su función como fundamento de la salubridad mental hasta su papel como forjador de relaciones y motor de la productividad, la satisfacción psicológica se establece como un faro que ilumina los senderos de la vida humana. Su trascendental influencia resonando en cada aspecto de la existencia, subraya su condición como un imperativo ineludible en el rastreo de una vida plena y equilibrada.

2.1.2.4 Teoría Abraham Maslow

La Teoría de la Jerarquía de las Necesidades de Maslow, entre 1954 y 1975, es una estructura conceptual que ha dejado una marca indeleble en la comprensión de las motivaciones humanas y el rastreo de bienestar psicológico. Este análisis profundo explora detalladamente los cinco rangos de carencias propuestos por Maslow y su impacto en la motivación y el desenvolvimiento personal.

1. Necesidades Fisiológicas

En el nivel más básico de la jerarquía, Maslow identifica las carencias fisiológicas, fundamentales para la supervivencia. Estas incluyen el rastreo de alimentos, líquidos, refugio y otras demandas corporales esenciales. La satisfacción de estas carencias actúa como el fundamento sobre el cual se construye todo el edificio de la autorrealización. Sin la satisfacción de estas carencias básicas, la motivación se centra en su consecución, eclipsando otras aspiraciones más elevadas.

2. Necesidades de Seguridad

El segundo nivel de la jerarquía aborda las carencias de seguridad, abarcando la protección contra amenazas y el rastreo de estabilidad en la vida. Esta etapa impulsa a los individuos a crear entornos seguros y predecibles, estableciendo cimientos emocionales que les permitan concentrarse en carencias más complejas.

3. Falencia de Amor y Pertenencia

Las carencias sociales emergen como protagonistas en el tercer nivel, donde el afecto, el cariño, la sensación de pertenencia, la aceptación y la amistad adquieren prominencia. La conexión emocional con otros se convierte en un imperativo, y la motivación se orienta hacia la construcción y el mantenimiento de relaciones significativas.

4. Falencia de Estima

Maslow postula que, una vez satisfechas las carencias sociales, surge la falencia de estima. Esta etapa abarca el reconocimiento propio, la autoconfianza y la potencialidad de

ser útil y necesario en el mundo. La motivación se centra en logros, autonomía, estatus y prestigio, marcando una transición hacia la realización personal.

5. Falencia de Autorrealización

En la cúspide de la jerarquía se encuentra la falencia de autorrealización, donde la motivación se dirige hacia el crecimiento y el desenvolvimiento personal. Este nivel engloba el deseo de llegar a desenvolver el máximo potencial que reside en cada individuo. La búsqueda de ser todo aquello en lo que uno es capaz de convertirse se convierte en el motor que impulsa la autorrealización.

2.2 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

a) Autoestima

El amor propio es la apreciación de sí, el enjuiciamiento y aprecio que es la representación de las propias destrezas, potencialidades y competencias. Además, indica que las personas presentan diferentes rangos perceptivos. De tal manera que, el amor propio incluye áreas dimensionales que lo caracterizan (47).

b) Bienestar psicológico

Se manifiesta cuando existe un adecuado funcionamiento de destrezas personales, como el sentirse bien con uno mismo, posibilitando así su desenvolvimiento individual (16). Es una percepción individual que se va construyendo a través del conjunto de vivencias positivas o negativas del individuo, lo que incluye la cualificación en las vinculaciones inter pares y la disponibilidad de fuentes de apoyo (2).

CAPÍTULO III

MARCO FILOSÓFICO

Este estudio abraza una perspectiva positivista como su marco metodológico fundamental, con la intención de generar conocimiento científico de manera objetiva y empírica (49). El positivismo, como corriente filosófica, postula que el conocimiento sobre hechos se construye a partir de datos "positivos" derivados de la experiencia, y que más allá de los hechos, se encuentran los dominios de la lógica pura y las matemáticas puras.

En el contexto de esta investigación, el positivismo sirve como guía para aplicar métodos científicos rigurosos, basados en observaciones y datos medibles. La elección de este enfoque engloba una búsqueda de objetividad y la aplicación de procedimientos que permitan recopilar data de manera sistemática.

Además, es relevante señalar que este estudio se fundamenta en el respaldo teórico proporcionado por investigaciones previas a nivel global (50). Al aprovechar los conocimientos acumulados en estudios anteriores, se enriquece la comprensión del fenómeno en estudio y se establece una conexión sólida con la investigación científica existente. Esta conexión con la literatura previa no solo valida la relevancia de la investigación, sino que también contribuye a la construcción de un marco teórico robusto y contextualizado. En este sentido, la subsunción de investigaciones anteriores fortalece la base conceptual sobre la cual se construirán las conclusiones y recomendaciones de esta pesquisa específico.

Este enfoque positivista, alineado con el modelo hipotético-deductivo de la ciencia, se despliega como un flujo cíclico que se origina en la teoría de la literatura. Inicia con la tarea de construir hipótesis verificables, las cuales guían el diseño de un experimento que opera la identificación y medición de variables a través de asignaciones grupales. La fase subsiguiente involucra la ejecución de una pesquisa empírico fundamentado en la experimentación.

La operacionalización de variables, es decir, la identificación y definición precisa de las variables a manipular y medir, se erige como un componente esencial de este proceso. Este paso no solo establece las bases para la recopilación de datos, sino que también garantiza que las variables sean manipuladas de manera controlada para probar las hipótesis formuladas.

La realización del estudio empírico engloba la aplicación de métodos científicos para recopilar y analizar datos. Este flujo riguroso y sistemático contribuye a obtener resultados cuantificables y verificables. Los hallazgos de esta pesquisa no solo se interpretan en el contexto de las hipótesis originales, sino que también se utilizan para informar y enriquecer la teoría subyacente. Este ciclo continuo de teorización, experimentación y retroalimentación teórica destaca la naturaleza dinámica y progresiva de la investigación científica.

En la visión más pura, el positivismo se basa en los siguientes principios (18).

- **Objetivos de la ciencia:** Las ciencias sociales y naturales deben centrarse en el descubrimiento de leyes que faciliten la explicación y la predicción.
- **Metodología:** Las ciencias sociales y naturales deben utilizar la misma metodología basada en el modelo hipotético- deductivo de la ciencia (teoría, hipótesis, operacionalización, experimentación).
- **Leyes de la naturaleza:** Las leyes básicas de la naturaleza, formadas a través de la replicación y síntesis de descubrimientos y teorías científicas, afirman la existencia de una única realidad verdadera e identificable.
- **Evidencia de derecho:** las leyes de la naturaleza se derivan de datos empíricos.
- **Muestreo e inferencia:** las muestras más grandes son favorables sobre las muestras idiosincrásicas más pequeñas, muestras más grandes revelan tendencias, causas y naturaleza de la realidad generalizables.

CAPÍTULO IV

MARCO METODOLÓGICO

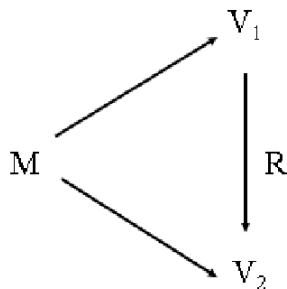
4.1 Tipo y diseño de la investigación

El presente trabajo adopta un diseño correlacional, lo cual engloba la investigación de la vinculación relevante entre las variables de estudio en el mismo sujeto de exploración (32). Este enfoque resulta idóneo para examinar la conexión y la fuerza de las relaciones entre diferentes variables, proporcionando una comprensión detallada de cómo estas se interrelacionan en el contexto de la pesquisa.

Además, se adscribe a un diseño no experimental, caracterizado por la ausencia de manipulación deliberada de las variables bajo escrutinio. Este enfoque respeta la observación de los fenómenos en su ambiente natural, sin intervenciones directas que puedan alterar el curso natural de los eventos. Al prescindir de la manipulación intencional, se busca capturar de manera auténtica la dinámica y el intercambio de las variables en condiciones reales.

Este diseño se categoriza como transversal, ya que se centra en describir la relación entre variables en un momento específico en el tiempo (33). Este enfoque temporal permite analizar y comprender las asociaciones entre las variables en un contexto específico, ofreciendo una instantánea de la relación en el momento exacto de la investigación. De esta manera, el diseño transeccional se alinea con la naturaleza dinámica de las relaciones entre variables en un punto específico del tiempo.

El esquema de la investigación es:



Donde:

M= Muestra

X= Variable relacional 1: Autoestima

Y= Variable relacional 2: Bienestar psicológico

R= Relación de las variables de estudio

4.2 Población y muestra

En la presente investigación, la población de estudio se conformó de 141 discentes de la Facultad de Educación de la carrera de Lengua y Literatura de la Universidad Jorge Basadre Grohmann 2023, quienes vienen estudiando de forma regular.

Para efectos del estudio, por ser el tamaño de la población susceptible de medición en su integridad, se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia de tipo censal para muestras finitas. El tamaño de población de la muestra fue sacado del archivo de datos de los discentes de la mencionada carrera y especialidad.

La población de estudio son todos los discentes de la mencionada carrera y especialidad.

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

n= número de unidades por determinar

N= número de unidades de la población universo

Z = Perímetro estadístico

e= error de estimación máximo aceptado

p= probabilidad de éxito

q= (1- p) probabilidad de fracaso

Reemplazando:

$$N = 141$$

$$Z = 1.96$$

$$e = 5\%$$

$$p = 50\%$$

$$q = (1 - 0.5) = 0.5$$

$$n = \frac{262 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2 * (262 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = 141$$

El tamaño muestral ajustado en pérdidas:

Proporción esperada de pérdidas = 15%

$$n = 141$$

Criterios de inclusión

- Discentes de ambos sexos con edades igual o mayor a 16 años.

Criterios de exclusión

- Personas que no deseen participar de la encuesta.

4.3 Operacionalización de variables

Variables	Dimensiones	Indicadores	Categorías	Ítems	Técnica o instrumentos	Escalas
Autoestima	Si mismo general	Refiere a las actitudes del sujeto frente a su autopercepción y propia experiencia valorativa.		1,3,4,7,10,12,13,15,18, 19,23,24,25.		
	Social	Las actitudes del sujeto en el medio social frente a sus compañeros o amigos. Así como sus referentes a las vivencias en el interior de instituciones formativas.	Bajo Medio bajo Medio alto Alto	2,5,8,14,17,21	Técnica: Entrevista Instrumento: Escala Test de Autoestima de Stanley Coopersmith para adulto	Ordinal
	Familiar	Actividades en el medio familiar con relación a la convivencia.		6,9,11,16,20,22		

Bienestar psicológico	Control de situaciones/aceptación de sí mismo	Posee una sensación de dominio y competencia personal. Puede generar o modificar entornos para adaptarlos a sus propias carencias e intereses.	Muy bajo Bajo Medio Alto Muy alto	2, 11 y 13	Test de Bienestar Psicológico para adultos	Ordinal
	Vínculos sociales	Es afectuoso. Deposita confianza en los demás. Puede establecer relaciones sólidas.		5, 7 y 8		
	Autonomía	Tiene capacidad empática y afectuosa.		4, 9 y 12		
	Proyectos	Tiene objetivos y planes para su vida.		1, 3, 6 y 10		

4.4 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

Instrumentos

Los instrumentos son las herramientas que llevaron a cabo la técnica. Los instrumentos serán los siguientes:

4.4.1 Primer instrumento: Escala de Autoestima de Coopersmith versión adultos

a. Ficha técnica

Dominio	Descripción
Nombre original	Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI) versión adultos.
Objetivo	Medición de autoestima en discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la carrera de Educación de la Universidad Jorge Basadre Grohmann, 2023.
Tiempo	15 minutos
Año	2022
Autores	Stanley Coopersmith
Materiales	Cuadernillo de preguntas Lapiceros

b. Descripción de la prueba

Este instrumento se compone de 25 ítems, excluyendo la escala de mentiras, y se organiza en tres áreas fundamentales: "Sí mismo general", "Social" y "Familiar".

En relación a la estructura, el inventario ha modificado los reactivos compatibles al área "Hogar Padres" por los de "Familiar" (06 reactivos), y ha consolidado los ítems de "Social Pares Escolar" en una única categoría denominada "área social" (07 reactivos). No obstante, el contenido de los ítems mantiene similitudes con la versión original del inventario.

La administración del inventario puede llevarse a cabo tanto de forma individual como grupal, con un tiempo aproximado de 20 minutos. La evaluación se realiza a través de respuestas verdadero o falso, donde el sujeto indica su identificación con cada afirmación.

El puntaje total del inventario se obtiene sumando los puntos asignados a cada respuesta correcta, multiplicando este total por cuatro (4) para obtener una puntuación máxima de 100 puntos. La calificación se realiza mediante una clave de respuestas, donde se determina la correspondencia entre las respuestas del sujeto y la identificación de las afirmaciones como verdadero o falso.

Es importante destacar que JOSUE TEST ha desarrollado una plantilla y protocolo para facilitar la calificación, ya sea de manera individual o grupal. Este flujo proporciona una medida directa de la autoestima del sujeto, brindando data valiosa sobre su percepción y evaluación de sí mismo en las áreas: de sí mismo, general, social y familiar.

La clave de respuesta proporciona una guía esencial para la calificación del Inventario de Autoestima de Coopersmith para Adultos. Los ítems verdaderos y falsos están claramente identificados, permitiendo una evaluación precisa de las respuestas proporcionadas por el sujeto. A continuación, se detallan las subescalas compatibles a cada ítem y las categorías de autoestima establecidas para la interpretación de los puntajes totales.

Clave de Respuesta:

- Ítems Verdaderos: 1, 4, 5, 8, 9, 14, 19, 20
- Ítems Falsos: 2, 3, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 25

Subescalas: I. Sí Mismo General (13 ítems): 1, 3, 4, 7, 10, 12, 13, 15, 18, 19, 23, 24 y 25

II. Social (6 ítems): 2, 5, 8, 14, 17, 21

III. Familiar (6 ítems): 6, 9, 11, 16, 20, 22

Además, se establecen categorías específicas para interpretar los puntajes totales y clasificar el nivel de autoestima del individuo:

- De 0 a 24: Nivel de Autoestima Bajo
- 25 a 49: Nivel de Autoestima Medio Bajo
- 50 a 74: Nivel de Autoestima Medio Alto
- 75 a 100: Nivel de Autoestima Alto

En cuanto a la administración, se especifica que la prueba está diseñada para un margen de aplicación de 141 discentes de Lengua y Literatura de la Carrera profesional de Educación de la Universidad Jorge Basadre Grohmann- 2023. Por lo que se recomienda la aplicación del cuestionario de forma grupal. La puntuación total se obtiene directamente sumando los puntos asignados a cada respuesta correcta, facilitando así una evaluación eficiente de la autoestima del individuo.

d. Validez y Confiabilidad:

En el flujo de elaboración del presente Manual, se ha llevado a cabo una exhaustiva revisión de la literatura, y hasta el momento, no se han identificado antecedentes relacionados con la aplicación de la prueba en el contexto local que proporcionen data sobre su validez o confiabilidad. Sin embargo, es relevante destacar que actualmente se está llevando a cabo una pesquisa en la Universidad de Lima que involucra muestras significativas, lo que contribuirá a la generación de datos adicionales sobre la aplicación y utilidad de la prueba en el ámbito local.

En cuanto a la confiabilidad y validez del instrumento empleado para evaluar la autoestima, se han hallado datos significativos que respaldan su eficacia. Tarazona (54) reportó un coeficiente alfa de Cronbach de 0,79 para la escala global, indicando una consistencia interna adecuada que fortalece su fiabilidad para medir la autoestima en el contexto específico para el cual fue diseñado.

El Inventario de Autoestima de Coopersmith, en su forma original, presenta una fiabilidad que oscila entre 0,78 y 0,92 en diversos estudios que utilizaron métodos como el test-retest y la división en dos mitades, lo que indica una fiabilidad satisfactoria (Coopersmith, 1959). En nuestra región, varios investigadores han empleado este inventario con resultados consistentes. Por ejemplo, Tarazona (2013) informó un coeficiente Kuder-Richardson 20 de 0,61, concluyendo que las puntuaciones obtenidas eran adecuadamente fiables, y un alfa de Cronbach de 0,79. Asimismo, Lachira (2013) reportó una fiabilidad de 0,60 según el método de Kuder-Richardson, demostrando así una fiabilidad estadísticamente aceptable.

En el contexto peruano, se han aportado evidencias de validez basadas en el contenido. Un estudio realizado por Tarazona (2013) utilizó el criterio de jueces, logrando índices de concordancia superiores a 0,80, lo que indica que los ítems del instrumento mostraron una concordancia significativa entre los expertos consultados. De manera similar, Lachira (2013) sometió el instrumento a la evaluación de expertos en psicología, medicina, enfermería e investigación, cuyas sugerencias ayudaron a optimizar el instrumento. Los puntajes obtenidos se sometieron a la prueba binomial, resultando en un puntaje de 0,012 ($p < 0,05$), confirmando así la concordancia estadísticamente significativa entre los jueces.

Estos estudios proporcionan una base sólida para la utilización del Inventario de Autoestima de Coopersmith en diversas investigaciones y contextos. La consistencia interna y la fiabilidad del instrumento han sido corroboradas por múltiples estudios a lo largo del tiempo, tanto a nivel internacional como en el contexto latinoamericano. La validez del contenido ha sido respaldada por la concordancia entre expertos, reforzando la precisión y relevancia de los ítems incluidos en el instrumento.

Es esencial destacar que la alta fiabilidad y validez del Inventario de Autoestima de Coopersmith lo convierten en una herramienta valiosa para evaluar la autoestima en diferentes poblaciones. La robustez de sus propiedades psicométricas asegura que los resultados obtenidos sean consistentes y reflejen con precisión los rangos de autoestima de los individuos evaluados. Esta confiabilidad permite a los investigadores y profesionales de

la salud mental utilizar el inventario para desarrollar intervenciones y estrategias dirigidas a optimizar la autoestima y, en consecuencia, el bienestar general de las personas.

En cuanto al método utilizado para evaluar la validez, se empleó el análisis de contenido a través de jueces expertos. Este enfoque respalda la validez del instrumento al incorporar la evaluación de expertos en el campo, quienes aportan su juicio profesional sobre la adecuación y relevancia de los ítems que componen la prueba.

4.4.2 Segundo instrumento: Escala de Bienestar Psicológico

a. Ficha técnica

Dominio	Descripción
Nombre original	La escala de Bienestar Psicológico de Ryff
Objetivo	Evaluar los rangos de bienestar psicológico del buen funcionamiento.
Tiempo	8 minutos
Año	2021
Autores	Casullo 2002 a partir de la propuesta teórica de Ryff y Keyes (1995)
Materiales	Cuadro de enunciados Lapiceros

b. Descripción de la prueba

El cuestionario tipo escala Likert, diseñado bajo la modalidad de escala ordinal, tiene como propósito evaluar seis dimensiones o atributos positivos del bienestar psicológico. Esta estructura conceptual fue establecida por Casullo, quien se fundamentó en los postulados teóricos relacionados con las carencias satisfechas, motivos y atributos que caracterizan a una persona con plena salud mental. Dichos postulados se inspiraron en el trabajo de autores destacados como Freud, Marie Jahoda, entre otros.

La escala Likert consta de 13 ítems, cada uno de los cuales presenta tres proposiciones de tipo Likert. Este enfoque permite a los participantes expresar su grado de acuerdo o desacuerdo con afirmaciones específicas relacionadas con las dimensiones y atributos identificados como relevantes para evaluar el bienestar psicológico. La estructura de tres opciones en la escala Likert proporciona un rango de respuestas que abarca desde la concordancia hasta la discordancia, permitiendo una captura más matizada de las percepciones y evaluaciones de los participantes en relación con cada ítem.

Al abordar las dimensiones del bienestar psicológico, este cuestionario busca proporcionar una evaluación integral que refleje no solo la ausencia de trastornos mentales, sino también la presencia de aspectos positivos que contribuyen a una salud mental óptima.

Valoración de respuestas

La evaluación de las respuestas en la Escala de Bienestar Psicológico versión Adultos (BIEPS-A) se realiza mediante un formato de respuesta tipo Likert, donde "En desacuerdo" se traduce en "1 punto", "Ni acuerdo ni en desacuerdo" corresponde a "2 puntos" y "De acuerdo" se asocia con "3 puntos".

Dimensiones

Esta escala valora diversas dimensiones que reflejan aspectos clave del bienestar psicológico en adultos. Estas dimensiones y los ítems asociados son los siguientes:

Aceptación/Control: Incluye los ítems 2, 11 y 13. Evalúa la potencialidad del individuo para aceptarse a sí mismo y manejar situaciones de manera efectiva.

Autonomía: Compuesta por los ítems 4, 9 y 12. Se enfoca en la evaluación de la autonomía personal, la potencialidad de toma de líneas de actividad y la independencia emocional.

Vínculos: Integrada por los ítems 5, 7 y 8. Evalúa la cualificación de las relaciones sociales, la conexión emocional con los demás y la satisfacción en las interacciones sociales.

Proyectos: Incluye los ítems 1, 3, 6 y 10. Se centra en la evaluación de la potencialidad del individuo para establecer y perseguir metas personales, así como su sentido de dirección en la vida.

Cada ítem de la escala contribuye a la puntuación total en función de la respuesta dada por el evaluado, permitiendo una evaluación integral del bienestar psicológico en diferentes dimensiones clave. Este enfoque multidimensional proporciona una visión más completa y detallada del estado psicológico de los adultos evaluados.

Dimensiones	Ítems	Categorías	Nivel de medición
Control de situaciones/Aceptación de sí mismo	2, 11 y 13	<ul style="list-style-type: none"> • Muy bajo • Bajo 	Escala Likert de 3 puntuaciones.
Vínculos sociales	5, 7 y 8	<ul style="list-style-type: none"> • Medio 	
Autonomía	4, 9 y 12	<ul style="list-style-type: none"> • Alto 	
Proyectos	1, 3, 6 y 10	<ul style="list-style-type: none"> • Muy alto 	

Interpretación:

- En la interpretación de la escala, se establece que puntuaciones por debajo del percentil 25 sugieren un bajo nivel de bienestar psicológico, afectando diversas áreas vitales del individuo. Aquellas puntuaciones superiores al percentil 50 indican un bienestar psicológico mediano, denotando satisfacción en diversos aspectos de la vida. Por otro lado, las puntuaciones compatibles a los percentiles 75 a 95 señalan un alto nivel de bienestar psicológico, revelando una gran satisfacción general en la vida del sujeto.

En cuanto a las dimensiones evaluadas:

- Control de situaciones: Puntuaciones elevadas indican que el individuo experimenta sensación de control y competencia personal, siendo capaz de adaptar su entorno según sus carencias. En contraste, puntuaciones bajas sugieren dificultades para manejar asuntos diarios, falta de percepción de oportunidades y creencia en la **incompetencia** para modificar el ambiente.

- **Aceptación de sí mismo:** Aquellos con puntuaciones altas pueden aceptar todos los aspectos de sí mismos, incluso los menos favorables, y se sienten bien respecto al pasado. Puntuaciones bajas reflejan desilusión con la vida pasada, el deseo de ser diferente y la insatisfacción consigo mismo.
- **Vínculos psicosociales:** Puntuaciones altas indican calidez, confianza, destreza para establecer relaciones y empatía. Por el contrario, puntuaciones bajas revelan aislamiento, frustración en relaciones y dificultad para comprometerse con los demás.
- **Autonomía:** Puntuaciones elevadas sugieren la potencialidad de tomar líneas de actividad de manera independiente, asertiva y confianza en el juicio propio. Puntuaciones bajas sugieren inestabilidad emocional, dependencia de otros para la adopción de líneas de actividad y preocupación por la opinión de los demás.
- **Proyectos:** Indica la presencia de metas y proyectos de vida, así como la percepción de significado y valores. Puntuaciones bajas sugieren una vida carente de sentido y propósito, con escasas metas y proyectos.

Esta detallada evaluación proporciona una comprensión integral del bienestar psicológico, permitiendo identificar áreas específicas de fortaleza o debilidad en la vida del individuo.

c. Administración

Margen de aplicación: Estudiantes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Jorge Basadre Grohmann (n=141)

Tipo de aplicación: Grupal

Puntuación total: Puntuaciones directas

d. Validez y Confiabilidad

Fiabilidad: Las subescalas tienen una fiabilidad superior a 0.90

Validez convergente: La validez convergente del bienestar psicológico se manifiesta en sus vinculaciones significativas con diversas medidas relacionadas con la salubridad mental y la cualificación de vida. En este contexto, se observa que las dimensiones del bienestar psicológico están positivamente relacionadas con altos rangos de afecto positivo y satisfacción con la vida, en tanto que presentan vinculaciones negativas con afecto negativo y síntomas depresivos.

Para respaldar esta afirmación, se destaca que la puntuación del bienestar psicológico mostró vinculaciones sustanciales en varios estudios. Por ejemplo, se encontró una vinculación significativa de 0.66 con la balanza de afectivo de Bradburn, indicando una fuerte conexión con la medida de afecto positivo. Asimismo, se observaron vinculaciones significativas de 0.51 con una escala de felicidad, 0.72 con la escala de madurez o autonomía de Heath, 0.66 con la escala de Dureza o control de Kobasa, 0.77 con la escala de Coherencia o sentido y propósito de Antonovsky, 0.58 con la escala de optimismo LOT 0.68 con la escala de autoestima de Rosenberg, y 0.53 con la escala de calidad existencial que evalúa la satisfacción e importancia de las relaciones con otros y familiares (Compton et al., 1996).

Estas correlaciones favorables y sustanciales refuerzan la validez convergente del bienestar psicológico al mostrar su consistencia y asociación positiva con diversas medidas de satisfacción emocional y calidad de vida.

4.5 Análisis de datos

Se obtuvo la autorización del director de la Escuela Profesional de Educación de la Universidad Jorge Basadre Grohmann para llevar a cabo el estudio. Se coordinó con los responsables para programar la aplicación de los instrumentos, siguiendo el horario especificado en la solicitud y utilizando una muestra representativa tipo censal.

Antes de enviar las encuestas, se enfatizó lo esencial de la veracidad en las respuestas y se garantizó la confidencialidad para salvaguardar la autenticidad de los datos recopilados. Se proporcionaron instrucciones detalladas y se entregaron los cuestionarios para su cumplimentación dentro del plazo acordado.

En relación con las tareas logísticas, se gestionó la documentación necesaria, incluyendo los cuestionarios y los consentimientos informados. Se coordinó eficientemente la distribución y recolección de estos documentos.

Ulteriormente, se llevó a cabo el análisis de datos y el análisis de la data utilizando herramientas como Excel y SPSS versión 27. Se procedió a la creación de una matriz de datos y se cargó la data recopilada. En una primera etapa, se aplicó la estadística descriptiva para calcular las frecuencias y porcentajes de las características de la muestra y de las dos variables en estudio. Luego, se realizó la estadística inferencial, que incluyó el cruce y la comparación de datos mediante la prueba estadística de vinculación de Chi Cuadrado.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1 PRESENTACION

En el transcurso de este capítulo, nos sumergimos en una detallada evaluación de los hallazgos obtenidos a partir del flujo metódico de recopilación de datos. Para este propósito, empleamos la estadística descriptiva como herramienta principal, con el objetivo de delinear con precisión las frecuencias y porcentajes asociados a cada variable de interés. Este análisis exhaustivo se desarrolla mediante una minuciosa interpretación de las respuestas recabadas, las cuales se disponen de manera sistemática y estructurada, organizadas según las distintas variables y dimensiones específicas que han sido objeto de estudio.

Cada respuesta se convierte en un punto de datos valioso que, al ser analizada de manera contextualizada, nos proporciona una visión más profunda y significativa de los patrones y tendencias que subyacen en la data recopilada. La presentación ordenada de estos resultados permite una comprensión clara y detallada de cómo las distintas variables se entrelazan y afectan entre sí, brindando así una panorámica comprensiva de los hallazgos.

Este enfoque sistemático no solo resalta la magnitud de los hallazgos, sino que también pone de manifiesto las conexiones y vinculaciones entre las diversas dimensiones evaluadas. En última instancia, este capítulo sirve como un elemento crucial para contextualizar y dar significado a la data recolectada, proporcionando una base sólida para la adopción de líneas de actividad informada y la formulación de conclusiones pertinentes.

5.1.1 Análisis estadístico de las características sociodemográficas

Tabla 1

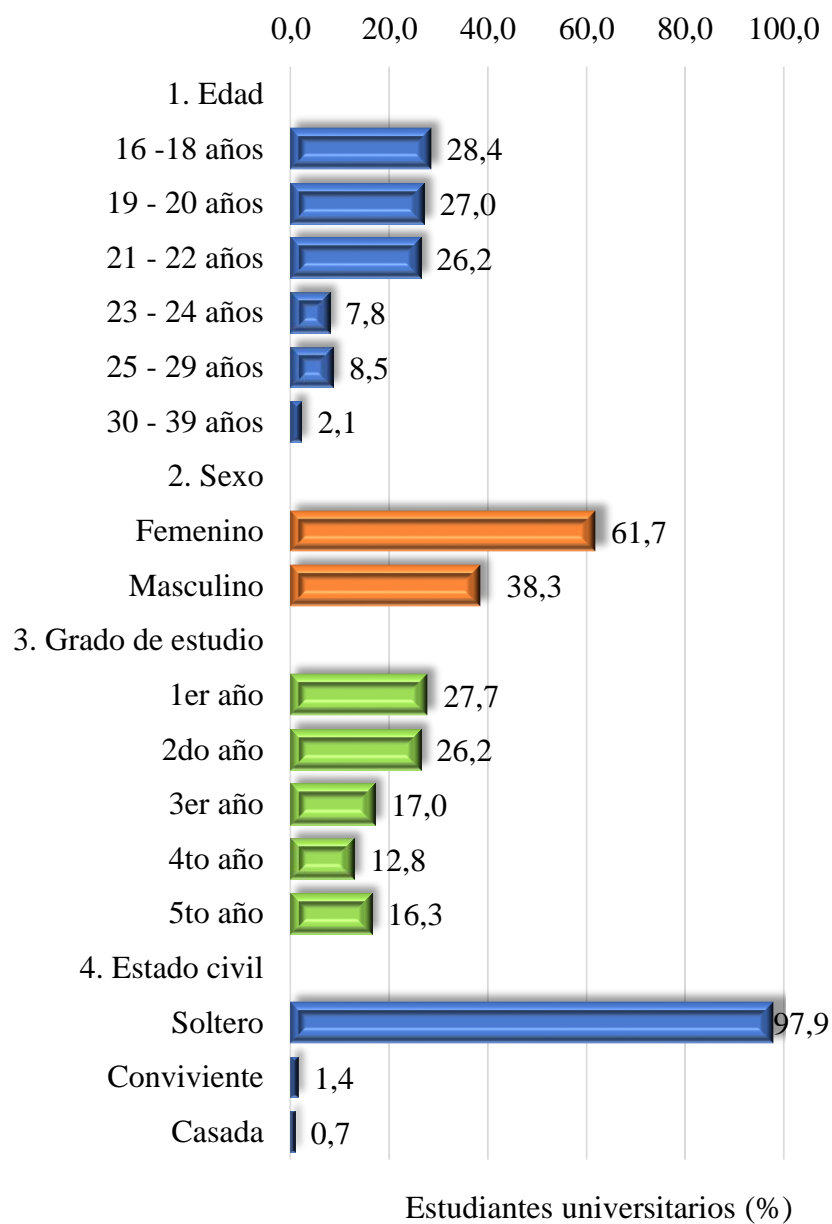
Características sociodemográficas de los de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023

Características sociodemográficas	Estudiantes universitarios	
	Nº	%
1. Edad		
16 -18 años	40	28,4
19 - 20 años	38	27,0
21 - 22 años	37	26,2
23 - 24 años	11	7,8
25 - 29 años	12	8,5
30 - 39 años	3	2,1
2. Sexo		
Femenino	87	61,7
Masculino	54	38,3
3. Grado de estudio		
1er año	39	27,7
2do año	37	26,2
3er año	24	17,0
4to año	18	12,8
5to año	23	16,3
4. Estado civil		
Soltero	138	97,9
Conviviente	2	1,4
Casada	1	0,7
Total	141	100,0

Fuente: Elaboración por autor.

Figura 1

Características sociodemográficas de los de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023.



Fuente: Tabla 1.

Interpretación

En la tabla N.º 01 se observa las características sociodemográficas de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura; con respecto a sus edades un mayor porcentaje 28,4 % tienen edades de 16 a 18 años, un porcentaje similar del 27 % tienen edades de 19 a 20 años y un porcentaje del 26,2 % tienen edades de 21 a 22 años entre los más representativos, luego respecto al género en un mayor porcentaje con un 61,7 % son de género femenino, en tanto que el menor porcentaje con un 38,3 % son de género masculino.

Seguidamente con respecto a los años de estudio en primer lugar un 27,7 % son de primer año, 26,2 % de segundo año; 17,0 % de tercer año, 12,8 % de cuarto año y 16,3 % de tercer año.

Finalmente, con respecto a su estado civil en su mayoría con un 97,9 % son solteros, seguido de un 1,4 % convivientes y un 0,75 % es casado.

5.1.2 Análisis estadístico de la variable nivel de autoestima

Tabla 2

Nivel de autoestima según la percepción de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023

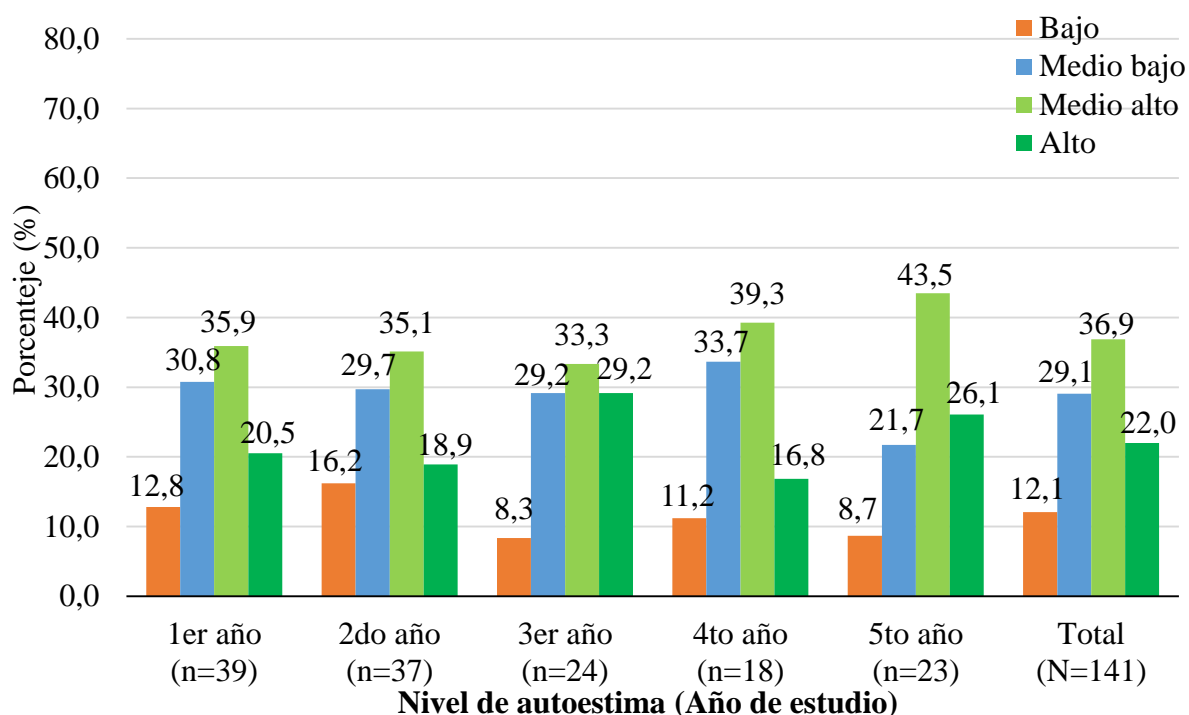
Nivel de autoestima	Estudiantes universitarios										Total	
	1er año		2do año		3er año		4to año		5to año			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo (0-24)	5	12,8	6	16,2	2	8,3	2	11,1	2	8,7	17	12,1
Medio bajo (25-49)	12	30,8	11	29,7	7	29,2	6	33,3	5	21,7	41	29,1
Medio alto (50-74)	14	35,9	13	35,1	8	33,3	7	38,9	10	43,5	52	36,9
Alto (75-100)	8	20,5	7	18,9	7	29,2	3	16,7	6	26,1	31	22,0
Total	39	100,0	37	100,0	24	100,0	18	100,0	23	100,0	141	100,0

$X^2=3,218$ GL = 12 P valor = 0,994 >0,05 No existe diferencia

Fuente: Elaboración por autor.

Figura 2

Nivel de autoestima según la percepción de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023



Fuente: Tabla 2.

Interpretación

En la tabla 2, se describe el nivel de autoestima desde la perspectiva de estudiante de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura, una mayoría del 36,9 % tienen nivel medio alto de autoestima, el 29,1 % tiene autoestima de nivel medio bajo, el 22 % tienen un nivel alto y el 12,1 % presentaron un nivel bajo de autoestima; con toda claridad, el nivel medio alto de autoestima es el nivel representativo de la muestra en estudio. De aquí se infiere que los discentes aún no han consolidado bien su autoestima.

De los hallazgos obtenidos, se advirtió una similitud entre los cinco años de estudio, es decir solo en discentes de primer año se puede apreciar en primer lugar el 35,9 % tienen

nivel medio alto de autoestima, el 30,8 % tiene autoestima de nivel medio bajo, el 20,5 % tienen un nivel alto de autoestima y finalmente el 12,8 % presentaron un nivel bajo de autoestima. Lo cual es muy similar a la proporción de discentes de segundo año (35,1%; 29,7 %; 18,9 %; 16,2 %), tercer año (33,3 %; 29,2 %; 29,2 %; 8,3 %); cuarto año (39,3 %; 33,7 %; 16,8 %; 11,2 %) y finalmente quinto año (43,5 %; 21,7 %; 26,1 %; 8,7 %).

Aplicada la prueba estadística Chi cuadrada de homogeneidad y con un nivel de confianza del 95 % ($p\text{-valor}>0,05$), podemos concluir que el nivel de autoestima es de nivel medio alto, además estos resultados son muy similares según los años de estudio a las que pertenecen.

Tabla 3

Nivel de autoestima según sus dimensiones, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023

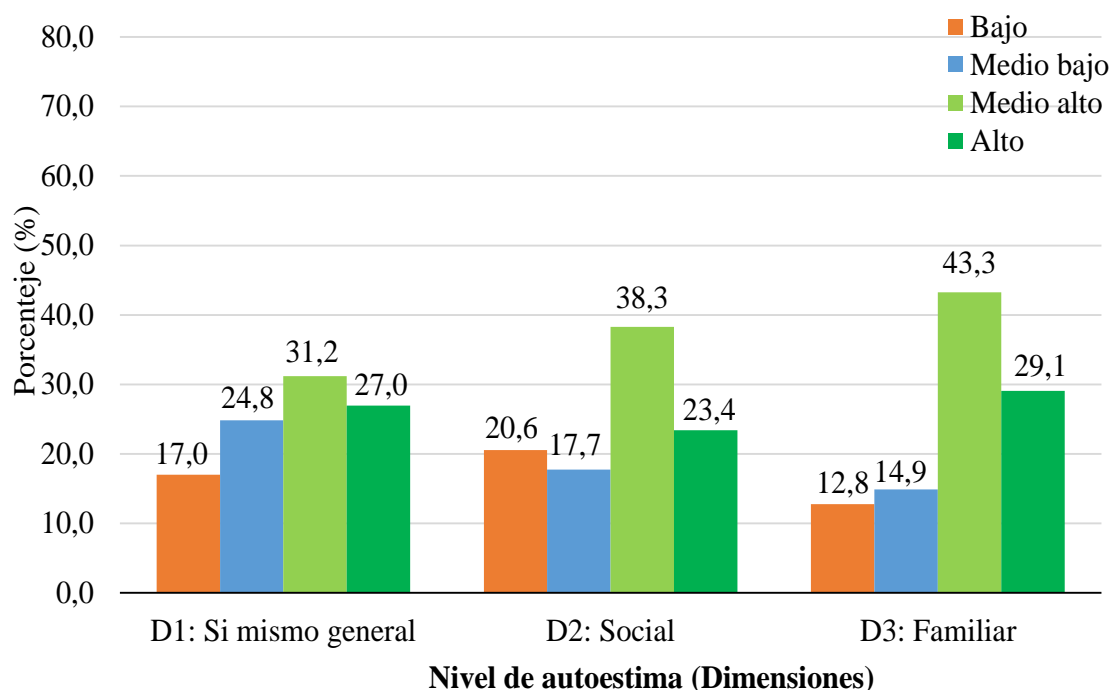
Nivel de autoestima	Estudiantes universitarios	
	N°	%
D1: Si mismo general		
Bajo (0-12)	24	17,0
Medio bajo (13-25)	35	24,8
Medio alto (26-38)	44	31,2
Alto (39-52)	38	27,0
D2: Social		
Bajo (0-5)	29	20,6
Medio bajo (6-11)	25	17,7
Medio alto (12-17)	54	38,3
Alto (18-24)	33	23,4
D3: Familiar		
Bajo (0-5)	18	12,8
Medio bajo (6-11)	21	14,9
Medio alto (12-17)	61	43,3
Alto (18-24)	41	29,1
Total	141	100,0

Fuente: Ficha de recolección de datos dirigida a discentes universitarios.

Fuente: Elaboración por autor.

Figura 3

Nivel de autoestima según sus dimensiones, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023



Fuente: Tabla 3.

Interpretación

En la detallada tabla 3, se desglosa de manera minuciosa el nivel de autoestima en sus diversas dimensiones. En la dimensión "Sí mismo general", observamos que un significativo 31,2 % exhibe un nivel medio alto, indicando un sentido positivo y equilibrado de autoevaluación. A continuación, el nivel medio bajo se posiciona en un 24,8 %, seguido de cerca por un respetable 27 % que muestra un nivel alto de autoestima. Por último, el 17 % se encuentra en el nivel bajo, indicando un ámbito donde podría ser beneficioso abordar aspectos específicos para fortalecer la autoimagen.

Al explorar la dimensión social, se destaca que el nivel medio alto es predominante, abarcando un notable 38,3 % de la muestra. Le sigue el nivel alto con un 23,4 %, evidenciando una percepción positiva en el ámbito social. En contraparte a estos rangos positivos, el nivel bajo y el nivel medio bajo representan el 20,6 % y el 17,7 %, señalando áreas donde podrían existir oportunidades para fortalecer las interacciones sociales.

En lo que respecta a la dimensión familiar, se revela que el nivel medio alto es el más prevalente, alcanzando un destacado 43,3 %. Este hallazgo sugiere una percepción generalmente positiva en el ámbito familiar. A continuación, el nivel alto se posiciona en un 29,1 %, en tanto que el nivel medio bajo y el nivel bajo representan el 14,9 % y el 12,8 %, respectivamente. Estos resultados brindan una visión completa de cómo la autoestima se manifiesta en el contexto familiar, destacando áreas de fortaleza y posibles puntos de intervención para optimizar la percepción en esta dimensión específica.

5.1.3 Análisis estadístico de la variable bienestar psicológico

Tabla 4

Bienestar psicológico según la percepción de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023

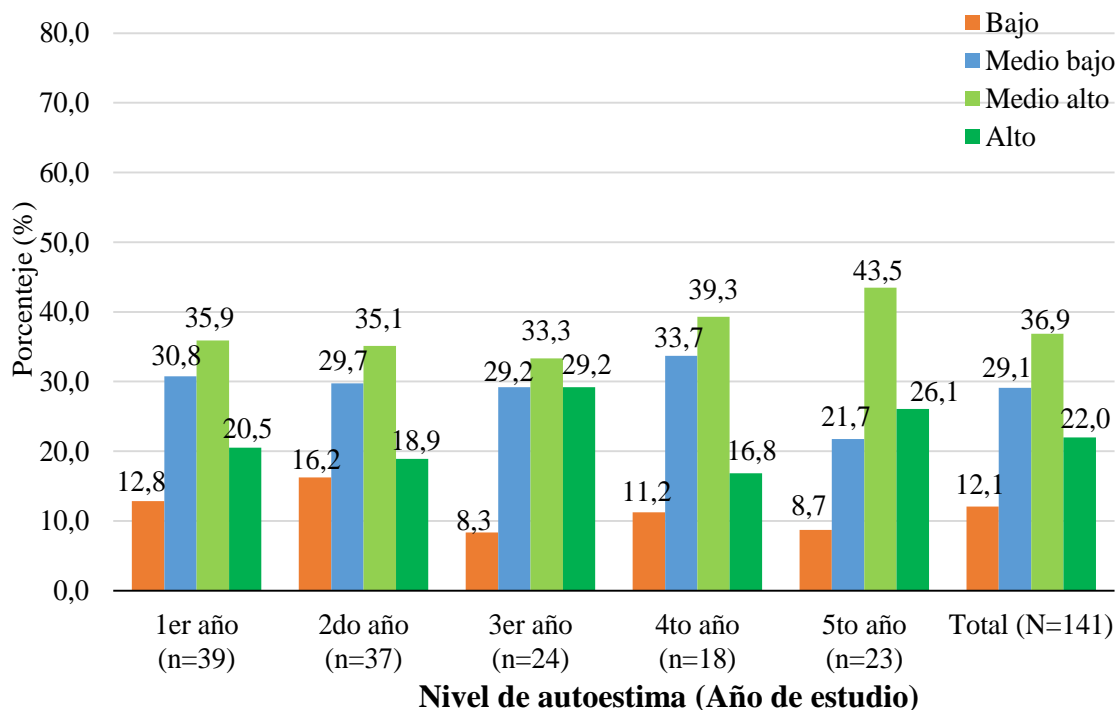
Bienestar psicológico	Estudiantes universitarios										Total	
	1er año		2do año		3er año		4to año		5to año			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Muy bajo (28)	6	15,4	7	18,9	2	8,3	2	11,1	4	17,4	21	14,9
Bajo (29-33)	12	30,8	12	32,4	6	25,0	7	38,9	7	30,4	44	31,2
Medio (34-35)	9	23,1	10	27,0	8	33,3	4	22,2	3	13,0	34	24,1
Alto (36-38)	8	20,5	5	13,5	7	29,2	4	22,2	9	39,1	33	23,4
Muy alto (39)	4	10,3	3	8,1	1	4,2	1	5,6	0	0,0	9	6,4
Total	39	100,0	37	100,0	24	100,0	18	100,0	23	100,0	141	100,0

$X^2=3,218$ GL = 12 P valor = 0,994 >0,05 No existe diferencia

Fuente: Elaboración por autor.

Figura 4

Bienestar psicológico según la percepción de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023



Fuente: Tabla 4

Interpretación

En la tabla 4, se describe el bienestar psicológico desde la perspectiva de estudiante de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura, una mayoría del 31,2 % tienen un bienestar psicológico bajo, seguidamente el 24,1 % tienen bienestar psicológico medio, el 23,4 % tienen bienestar psicológico alto, el 14,9 % tienen un bienestar psicológico muy bajo y finalmente el 6,4 % presentaron un bienestar psicológico muy alto; con toda claridad, el bienestar psicológico por los discentes es bajo con tendencia a medio. De aquí se infiere que una gran mayoría de los discentes aún no han consolidado bien su potencialidad de conservar

buenos lazos interpersonales, como tener control del entorno, tener metas y una autoaceptación de sí mismo.

De los hallazgos obtenidos, se advirtió una similitud entre los cinco años de estudio, es decir solo en discentes de primer año se puede apreciar en primer lugar el 30,8 % un bienestar psicológico bajo, el 23,1 % dio una valoración de medio, el 20,5 % manifestó una valoración de nivel alto, el 15,4 % dio una valoración de nivel muy bajo y finalmente el 10,3% presentaron un nivel muy alto de bienestar psicológico. Lo cual es muy similar al porcentaje de discentes de segundo año (32,4 %; 27 %; 13,5 %; 18,9 %; 8.1 %), tercer año (25 %; 33,3 %; 29,2 %; 8,3 %; 4,2 %); cuarto año (38,9 %; 22,2 %; 22,2 %; 11,2 %; 5,6 %) y finalmente quinto año (30,4 %; 13 %; 39,1 %; 17,4 %; 0,0 %).

Aplicada la prueba estadística Chi cuadrada de homogeneidad y con un nivel de confianza del 95 % ($p\text{-valor}>0,05$), podemos concluir que el bienestar psicológico es bajo, con tendencia a medio, además estas son muy similares según los años de estudio a las que pertenecen.

Tabla 5

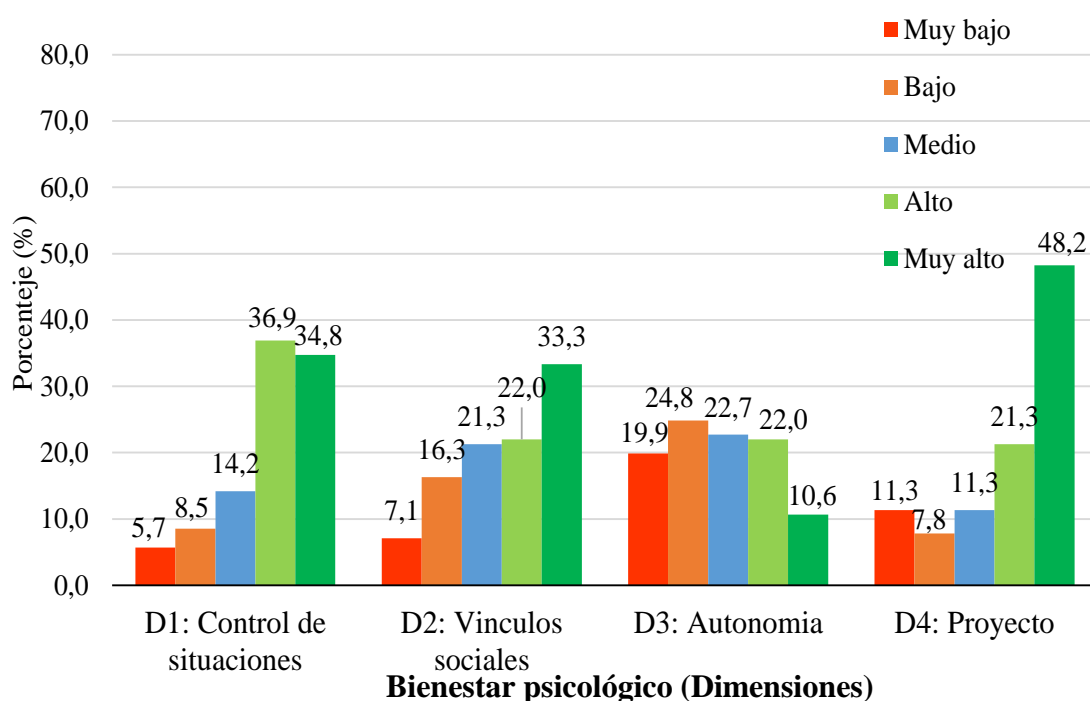
Bienestar psicológico según sus dimensiones, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023

Bienestar psicológico	Estudiantes universitarios	
	Nº	%
D1: Control de situaciones		
Muy bajo (3-5)	8	5,7
Bajo (6)	12	8,5
Medio (7)	20	14,2
Alto (8)	52	36,9
Muy alto (9)	49	34,8
D2: Vínculos sociales		
Muy bajo (3-5)	10	7,1
Bajo (6)	23	16,3
Medio (7)	30	21,3
Alto (8)	31	22,0
Muy alto (9)	47	33,3
D3: Autonomía		
Muy bajo (3-5)	28	19,9
Bajo (6)	35	24,8
Medio (7)	32	22,7
Alto (8)	31	22,0
Muy alto (9)	15	10,6
D4: Proyecto		
Muy bajo (4-8)	16	11,3
Bajo (9)	11	7,8
Medio (10)	16	11,3
Alto (11)	30	21,3
Muy alto (12)	68	48,2
Total	141	100,0

Fuente: Elaboración por autor.

Figura 5

Bienestar psicológico según sus dimensiones, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023



Fuente: Tabla 5

Interpretación

En la tabla 5, se describe el nivel de bienestar psicológico, en su dimensión “Control de situaciones” el 36,9 % de los discentes tienen un nivel alto; el 34,8 % poseen un nivel muy alto, el 14,2 % presentan un nivel medio, el 8,5 % un nivel bajo y el 5,7 % muy bajo.

Luego, en su dimensión “Vínculos Sociales”, el 33,3 % (47) presentan un nivel muy alto; el 22,0 % (31) poseen un nivel de alto, un nivel medio 21,3 %, un nivel bajo 16,3 % y un nivel muy bajo 7,1 %.

Así mismo, en la dimensión “Autonomía” el 24,8 % presenta un nivel bajo, seguido del 22,7 % que es el nivel medio, seguido del 22 % un nivel alto, un nivel muy bajo con un 19,9 % y un 10,6 % un nivel muy alto.

Finalmente, en su dimensión “Proyecto” el 48,2 % presentan un nivel alto, seguido del 21,3 % alto, el 11,3 % un nivel medio, el nivel muy bajo 11,3 % y un nivel bajo 7,8 %.

5.1.4 Análisis de la relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico

Tabla 6

Relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023

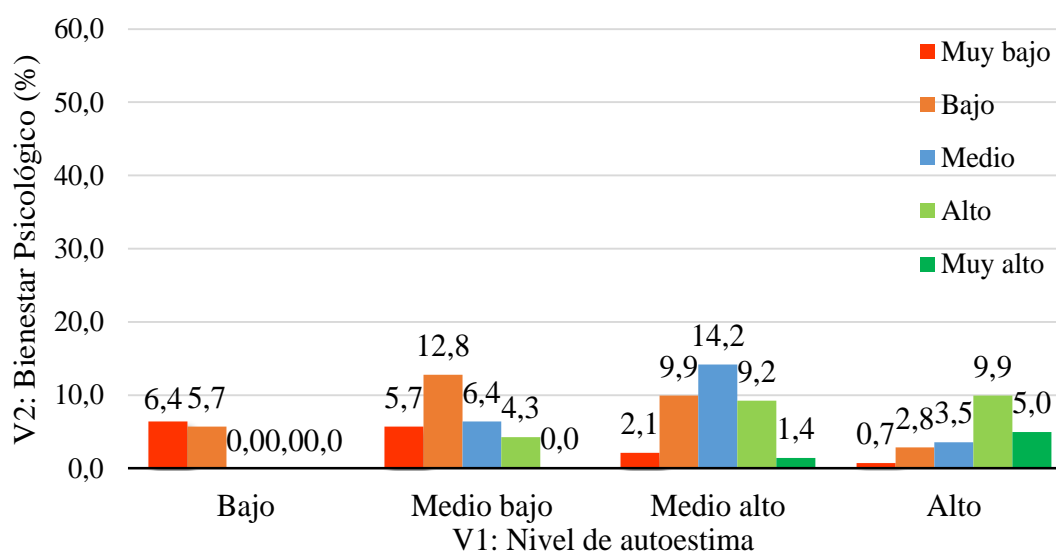
Nivel de autoestima	Bienestar psicológico										Total	
	Muy bajo		Bajo		Medio		Alto		Muy alto			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	9	6,4	8	5,7	0	0,0	0	0,0	0	0,0	17	12,1
Medio bajo	8	5,7	18	12,8	9	6,4	6	4,3	0	0,0	41	29,1
Medio alto	3	2,1	14	9,9	20	14,2	13	9,2	2	1,4	52	36,9
Alto	1	0,7	4	2,8	5	3,5	14	9,9	7	5,0	31	22,0
Total	21	14,9	44	31,2	34	24,1	33	23,4	9	6,4	141	100,0

$X^2=14,1878$ GL = 4 P valor = 0,005 < 0,05 Si existe relación.

Fuente: Elaboración por autor.

Figura 6

Relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico, de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna, 2023



Fuente: Tabla 6.

Interpretación

En la detallada tabla 6, se destaca un grupo significativo que merece atención particular: el 6,4 % del total de discentes encuestados presenta no solo un nivel bajo de autoestima, sino también un bienestar psicológico muy bajo. Esta observación pone de manifiesto una conexión directa entre la autoestima y el bienestar psicológico, evidenciando que rangos más bajos de autoestima están asociados con un bienestar psicológico disminuido.

Asimismo, el 12,8 % de los discentes exhibe un nivel medio bajo de autoestima, coincidiendo con un nivel bajo de bienestar psicológico. Esta relación sugiere que hay una correspondencia entre la percepción de uno mismo y el estado general de bienestar psicológico. El 14,2 % que presenta un nivel medio bajo de autoestima y un bienestar psicológico medio, refuerza la idea de que existe una relación intermedia entre estos dos aspectos.

Por otro lado, el 9,9 % de los discentes que exhiben un nivel alto de autoestima también experimentan un bienestar psicológico alto, indicando que rangos más elevados de autoestima están asociados positivamente con un bienestar psicológico más alto. Además, el 5% que muestra tanto un nivel alto de autoestima como un bienestar psicológico muy alto refuerza esta conexión, señalando que una autoimagen positiva se vincula con un bienestar psicológico aún más elevado.

Los hallazgos descriptivos obtenidos permiten concluir que existe suficiente evidencia para sostener que hay una relación clara y significativa entre la autoestima y el bienestar psicológico de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la UNJBG de Tacna en el año 2023. En resumen, una autoestima más sólida se asocia con un mejor bienestar psicológico, en tanto que una autoestima más baja se vincula con un bienestar psicológico más bajo o muy bajo. Estos hallazgos proporcionan una valiosa comprensión para abordar líneas de actividad de apoyo y promoción del bienestar psicológico en el contexto académico.

5.2 CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

5.2.1 Hipótesis General

Para la comprobación de la hipótesis general se utilizará una prueba estadística no paramétrica chi cuadrada de independencia, la cual su función es buscar la relación entre dos variables cualitativas o categóricas de tipo ordinal y a partir de esta prueba estadística decidir si existe relación significativa a un 95 % de confianza.

a) Formulación de Hipótesis:

Ho: No existe relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

Hi: Existe relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

b) Establecer un nivel de significancia

Nivel de Significancia (alfa) $\alpha = 5 \%$

c) Estadístico de Prueba: Se resolvió emplear un análisis estadístico de comprobación no paramétrica “Chi cuadrada de independencia”.

Tabla 7

Relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura, en 2023.

Nivel de autoestima	Bienestar psicológico										Total	
	Muy bajo		Bajo		Medio		Alto		Muy alto			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	9	6,4	8	5,7	0	0,0	0	0,0	0	0,0	17	12,1
Medio bajo	8	5,7	18	12,8	9	6,4	6	4,3	0	0,0	41	29,1
Medio alto	3	2,1	14	9,9	20	14,2	13	9,2	2	1,4	52	36,9
Alto	1	0,7	4	2,8	5	3,5	14	9,9	7	5,0	31	22,0
Total	21	14,9	44	31,2	34	24,1	33	23,4	9	6,4	141	100,0

$X^2=68,031$ GL = 12 P valor = 0,000 < 0,05 Si existe relación
Fuente: Basado en test de desempeño y cuestionario.

Tabla 8

Análisis de la prueba chi cuadrada de Pearson, entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023

Pruebas de Chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	68,031 ^a	12	0,000
Razón de verosimilitud	69,175	12	0,000
Asociación lineal por lineal	48,840	1	0,000
N de casos válidos	141		

a. 8 casillas (40,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,09.

Nota1: P valor = 7,4674E-10 ($p < 0,05$); se concluye que se rechaza la H_0

Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).

Interpretación: Se observa que el coeficiente de consistencia dio un valor de **C = 0,570** que quiere decir que grado de asociación entre las dos variables es **moderada**.

Tabla 9

Presentación de la prueba de hipótesis: Coeficiente de contingencia, según nivel de relación entre autoestima y bienestar psicológico en discentes de la Carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023

Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal	por Coeficiente de	0,570	0,000
Nominal	contingencia		
N de casos válidos		141	

Nota1: P valor = 7,4674E-10 ($p < 0.05$); se concluye que se rechaza la H_0
Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).

Decisión:

Los hallazgos de la tabla anterior muestran un p - valor (0,000) que es menor que el nivel de significancia (0,05). Por lo cual se rechaza H_0 . y se concluye con un nivel de confianza del 95% que existe relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico de los discentes de la carrera profesional de lengua y literatura de la universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

5.2.2 Contrastación de hipótesis específicas**Hipótesis específica N° 01****a) Formulación de Hipótesis:**

H_0 : No existe relación entre el nivel autoestima y el control de situaciones de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

H_1 : Existe relación entre el nivel autoestima y el control de situaciones de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

- b) **Estadístico de Prueba:** Se resolvió emplear un análisis estadístico de comprobación no paramétrica “Chi cuadrada de independencia”.

Tabla 10

Relación del nivel de autoestima y bienestar psicológico en su dimensión control de situaciones

Nivel de autoestima	Bienestar psicológico - Control de situaciones										Total	
	Muy bajo		Bajo		Medio		Alto		Muy alto			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	4	2,8	3	2,1	4	2,8	4	2,8	2	1,4	17	12,1
Medio bajo	4	2,8	2	1,4	8	5,7	19	13,5	8	5,7	41	29,1
Medio alto	0	0,0	4	2,8	7	5,0	19	13,5	22	15,6	52	36,9
Alto	0	0,0	3	2,1	1	0,7	10	7,1	17	12,1	31	22,0
Total	8	5,7	12	8,5	20	14,2	52	36,9	49	34,8	141	100,0

$X^2=34,147$ GL = 12 P valor = 0,001 < 0,05 Si existe relación

Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).

Tabla 11

Análisis de la prueba chi cuadrada de Pearson, entre el nivel de autoestima y Bienestar psicológico en su Dimensión Control de situaciones

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	34,147 ^a	12	0,001
Razón de verosimilitud	35,935	12	0,000
Asociación lineal por lineal	21,460	1	0,000
N de casos válidos	141		

a. 10 casillas (50,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,96.

Nota1: P valor= 0,000639 (p<0.05); se concluye que se rechaza la Ho

Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).

Descripción del grado de relación entre la variable y dimensión

Aplicando la prueba estadística no paramétrica chi cuadrada de Pearson, se observa que se obtuvo un p valor (Sig. = 0,001), cuyo resultado es menor que $\alpha = 0,05$, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se toma la hipótesis alterna (H_1), concluyendo que existe relación entre el nivel autoestima y el control de situaciones de los discentes de la carrera profesional de lengua y literatura de la Universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023, Así como también se presentó un grado de relación inferior a moderado ($C=0.442$).

Hipótesis específica N° 02

a) Formulación de Hipótesis:

H_0 : No relación entre el nivel autoestima y los vínculos sociales de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

H_1 : Existe relación entre el nivel autoestima y los vínculos sociales de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

b) Estadístico de Prueba: Se resolvió emplear un análisis estadístico de comprobación no paramétrica “Chi cuadrada de independencia”.

Tabla 12

Relación del nivel de autoestima y bienestar psicológico en su dimensión vínculos sociales

Nivel de autoestima	Bienestar psicológico - Vínculos sociales										Total	
	Muy bajo		Bajo		Medio		Alto		Muy alto			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	6	4,3	3	2,1	6	4,3	2	1,4	0	0,0	17	12,1
Medio bajo	1	0,7	13	9,2	11	7,8	8	5,7	8	5,7	41	29,1
Medio alto	3	2,1	4	2,8	10	7,1	17	12,1	18	12,8	52	36,9
Alto	0	0,0	3	2,1	3	2,1	4	2,8	21	14,9	31	22,0
Total	10	7,1	23	16,3	30	21,3	31	22,0	47	33,3	141	100,0

$X^2=59,900$ GL = 12 P valor = 0,001 < 0,05 Si existe relación Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).

Tabla 13

Análisis de la prueba chi cuadrada de Pearson, Entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en su dimensión vínculos sociales

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	59,900 ^a	12	0,000
Razón de verosimilitud	56,305	12	0,000
Asociación lineal por lineal	34,663	1	0,000
N de casos válidos	141		

a. 7 casillas (35,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,21.

Nota1: P valor= 2,3545E-8 (p<0.05); se concluye que se rechaza la Ho
Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).

Descripción del grado de relación entre la variable y dimensión

Aplicando la prueba estadística no paramétrica chi cuadrada de Pearson, se observa que se obtuvo un p valor (Sig. = 0,000), cuyo resultado es menor que $\alpha = 0,05$, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se toma la hipótesis alterna (H_1), concluyendo que existe relación entre el nivel autoestima y vínculos sociales de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023, Así como también se presentó un grado de relación moderado ($C=0.546$).

Hipótesis específica N° 03

a) Formulación de Hipótesis:

H_0 : No existe relación entre el nivel autoestima y la autonomía de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

H_1 : Existe relación entre el nivel autoestima y la autonomía de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

b) Estadístico de Prueba: Se resolvió emplear un análisis estadístico de comprobación no paramétrica “Chi cuadrada de independencia”.

Tabla 14

Relación del nivel de autoestima y bienestar psicológico en su dimensión autonomía

Nivel de autoestima	Bienestar psicológico - Autonomía										Total	
	Muy bajo		Bajo		Medio		Alto		Muy alto			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Bajo	9	6,4	6	4,3	1	0,7	1	0,7	0	0,0	17	12,1
Medio bajo	12	8,5	10	7,1	12	8,5	4	2,8	3	2,1	41	29,1
Medio alto	7	5,0	14	9,9	12	8,5	15	10,6	4	2,8	52	36,9
Alto	0	0,0	5	3,5	7	5,0	11	7,8	8	5,7	31	22,0
Total	28	19,9	35	24,8	32	22,7	31	22,0	15	10,6	141	100,0

$X^2=40,956$ GL = 12 P valor = 0,000 < 0,05 Si existe relación Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).

Tabla 15

Análisis de la prueba chi cuadrada de Pearson, entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en su dimensión autonomía

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	40,956 ^a	12	0,000
Razón de verosimilitud	45,966	12	0,000
Asociación lineal por lineal	32,691	1	0,000
N de casos válidos	141		

a. 7 casillas (35,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,81.

Nota1: P valor= 0,000050 (p<0.05); se concluye que se rechaza la Ho
Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).

Descripción del grado de relación entre la variable y dimensión

Aplicando la prueba estadística no paramétrica chi cuadrada de Pearson, se observa que se obtuvo un p valor (Sig. = 0,000), cuyo resultado Nota1: P valor= 0,000050 ($p < 0,05$); se concluye que se rechaza la H_0 es menor que $\alpha = 0,05$, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se toma la hipótesis alterna (H_1), concluyendo que existe relación entre el nivel autoestima y la autonomía de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023, Así como también se presentó un grado de relación moderado ($C=0,474$).

Hipótesis específica N° 4

a) Formulación de Hipótesis:

H_0 : No relación entre el nivel de autoestima y proyectos en los discentes de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

H_1 : Existe relación entre el nivel de autoestima y proyectos en los discentes de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

b) **Estadístico de Prueba:** Se resolvió emplear un análisis estadístico de comprobación no paramétrica “Chi cuadrada de independencia”.

Tabla 16

Relación del nivel de autoestima y bienestar psicológico en su dimensión proyectos

Nivel de autoestima	Bienestar psicológico - Proyectos										Total	
	Muy bajo		Bajo		Medio		Alto		Muy alto			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	6	4,3	3	2,1	1	0,7	5	3,5	2	1,4	17	12,1
Medio bajo	6	4,3	4	2,8	7	5,0	9	6,4	15	10,6	41	29,1
Medio alto	4	2,8	2	1,4	6	4,3	12	8,5	28	19,9	52	36,9

Alto	0	0,0	2	1,4	2	1,4	4	2,8	23	16,3	31	22,0
Total	16	11,3	11	7,8	16	11,3	30	21,3	68	48,2	141	100,0

$X^2=30,979$ GL = 12 P valor = 0,002 < 0,05 Si existe relación Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).

Tabla 17

Análisis de la prueba Chi cuadrada de Pearson, entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en su dimensión proyectos

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	30,979 ^a	12	0,002
Razón de verosimilitud	32,806	12	0,001
Asociación lineal por lineal	23,361	1	0,000
N de casos válidos	141		

Nota1: P valor= 0,001984 (p<0,05); se concluye que se rechaza la Ho

Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).

Descripción del grado de relación entre la variable y dimensión

Aplicando la prueba estadística no paramétrica Chi cuadrada de Pearson, se observa que se obtuvo un p valor (Sig. = 0,002), cuyo resultado es menor que $\alpha = 0,05$, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se toma la hipótesis alterna (H_1), concluyendo que existe evidencias relación entre el nivel autoestima y satisfacción psicológica de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023, así como también se presentó un grado de relación inferior a moderado ($C=0,424$).

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

El presente estudio se centró en el rango de autoestima y bienestar psicológico de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la universidad Jorge Basadre Grohmann, 2023. Hallándose que la autoestima se vincula significativamente con el bienestar psicológico de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura. Asimismo, al contrastar la hipótesis general, se demostró que la autoestima se asocia significativamente con el bienestar psicológico de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura ($p=0,000$; $p<0,05$) es decir, que el bienestar psicológico depende del nivel de autoestima, lo que significa que el nivel bajo medio predominante en el grupo de estudio podría optimizarse al intervenir y optimizar el nivel de autoestima.

En esa dirección, se puede observar que el bienestar emocional de los discentes es, en general, reducido a moderado, lo cual tiene una repercusión directa en una autoestima disminuida y viceversa. Este resultado subraya la importancia de abordar el bajo nivel de bienestar emocional, sugiriendo que una posible solución radica en optimizar la autoestima de los estudiantes. Los datos obtenidos muestran una significancia estadística ($p=0,000$; $p<0,05$), lo que refuerza la validez de esta propuesta.

Estos hallazgos son comparables con los resultados del estudio "Postpandemia: Bienestar Emocional de los discentes de Ciencias Médicas en una población universitaria mexicana". En dicho estudio, se encontró que solo el 24 % de los discentes presentaba un alto nivel de bienestar emocional, en tanto que el 68 % mostraba un nivel moderado y el 8 % tenía un nivel bajo de bienestar general. En el ámbito específico de la autoaceptación, las carreras de medicina, enfermería, obstetricia, odontología, psicología clínica, veterinaria y estética integral presentaron un nivel bajo de bienestar, lo que sugiere una deficiencia significativa en la autoaceptación, la cual está estrechamente relacionada con la autoestima de los estudiantes. Este déficit en autoaceptación puede estar contribuyendo de manera significativa a la percepción general de bajo bienestar emocional entre los discentes de estas disciplinas. Además, se identificó que las relaciones positivas con otros también se

encontraban en un nivel bajo de bienestar emocional. En términos de autonomía, los discentes de estas carreras mostraban un nivel moderado de satisfacción, lo que indica que, aunque no están completamente satisfechos con su grado de independencia, tampoco se encuentran en una situación crítica.

En lo que respecta al dominio del entorno, los resultados indicaron una calificación baja, sugiriendo que los discentes no se sienten completamente competentes para manejar su entorno de manera efectiva. Por otro lado, en las áreas de desenvolvimiento individual y propósito en la vida, los discentes obtuvieron calificaciones moderadas, lo que refleja un nivel intermedio de satisfacción y percepción de logro personal y metas. Estos resultados subrayan la necesidad de intervenciones específicas que apunten a optimizar tanto la autoestima como el bienestar emocional en los estudiantes, particularmente en aquellos que cursan carreras de ciencias médicas y afines. Al abordar estas áreas clave, se puede esperar una mejora significativa en la percepción general del bienestar, lo cual es crucial para el éxito académico y personal de los estudiantes.

De igual manera, en otro documento resume los descubrimientos de una investigación en la que se analizaron a discentes de áreas desfavorecidas con elevado desempeño académico y su desempeño intelectual, capacidad de recuperación, autoestima y bienestar emocional. El objetivo primordial del estudio fue contrastar este conjunto de discentes con el grupo total, en variables vinculadas con la habilidad intelectual, autoestima, capacidad de recuperación y bienestar emocional. Se obtuvo la información a través de diversas escalas, todas ellas mostraron rangos de fiabilidad superiores a 0,40 (alfa de Cronbach). Los hallazgos indicaron que los desempeños en las distintas escalas se sitúan dentro del rango esperado para su edad. No obstante, las discrepancias entre los conjuntos de alto desempeño y desempeño general solo se manifiestan en el desempeño intelectual, medida de autoestima (entorno familiar), capacidad de recuperación (patrones y enseñanza) y bienestar emocional (aceptación y perspectiva).

Estos resultados son coincidentes con los datos presentados por Korneeva et al. (27) en Rusia y la República Checa, recabando que un considerable número de discentes

experimentaba estrés y ansiedad durante la educación en línea. Se identificó el temor al contagio y el distanciamiento social como contingencias significativas, y se consideró que el autocontrol era una estrategia efectiva para manejar el estrés.

En contraste, una pesquisa realizada por Pereira (13) en España no encontró disimilitudes significativas en el bienestar psicológico y la autoestima entre discentes de Psicología y Deporte. Sin embargo, se sugirió que la combinación de conocimientos en ambas áreas podría tener un impacto positivo en el bienestar psicológico general.

Además, una pesquise de Benavides (6) en Colombia reveló una relación inversa entre la autoestima y las subescalas de agotamiento emocional y cinismo, así como una relación directa con la eficacia académica. Esto indica que los discentes con rangos más altos de autoestima tenían menos probabilidades de experimentar síndrome de Burnout académico.

Por otro lado, una pesquisa en India ejecutado por Rajesh (18) mostró un aumento en los rangos de estrés entre las tropas después de un despliegue en áreas de extrema altitud, aunque se mantuvieron por debajo del umbral de "casuística". Se observó que los soldados con puntajes más altos estaban casados y tenían experiencia previa en altitudes elevadas.

En conjunto, estos hallazgos resaltan lo esencial de la autoestima y otras contingencias contextuales en la autoestima y el bienestar psicológico de diversos grupos, como discentes, soldados y profesionales en diferentes campos. También enfatizan la falencia de implementar líneas de actividad efectivas de enfrentamiento del estrés y fomentar un entorno de apoyo para promover la salud mental en diversas circunstancias y contextos.

En cuanto al objetivo específico 1, se halló una vinculación estadísticamente significativa entre el nivel autoestima y el *control de situaciones* de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura, en tal sentido se evidencia que cuando la autoestima es favorable en el estudiante esto repercute a tener una mejor sensación de control y de auto competencia consigo mismo y viceversa. Así como también se presentó un grado de relación *inferior a moderado* ($p=0,001$; $p<0,05$; $C=0,442$).

Estos resultados son coincidentes con los datos presentados por Mamani et al. (22) en Lima en 2021 reveló que la mayoría de los discentes presentaban un nivel moderado de madurez psicológica, en tanto que todos mostraron un bajo nivel de bienestar psicológico. La vinculación significativa identificada entre la madurez psicológica y el bienestar psicológico sugiere que un mayor nivel de madurez psicológica se vincula con un mayor bienestar psicológico. Esta relación plantea lo esencial de la madurez psicológica en la promoción de una mayor satisfacción emocional y psicológico.

Además, el estudio de Sharma et al. (33) en Lima en 2014 señaló la influencia de varios factores, como la nutrición, el tiempo dedicado a ver televisión, la actividad física, el absentismo escolar y la satisfacción con la vida, en la autoevaluación de la salubridad en adolescentes peruanos. Estos hallazgos subrayan la interconexión entre los hábitos de vida y la percepción subjetiva de la salubridad entre los adolescentes.

En el contexto de la pandemia de COVID-19 en Perú, el estudio de Suárez et al. (2) en 2021 informó que un porcentaje significativo de participantes experimentó angustia. Se observó que los hombres presentaban síntomas psicológicos menores en contraste con las mujeres, y se destacó el efecto protector de la educación en el desenvolvimiento de condiciones psicológicas durante la pandemia. Estos resultados resaltan las disparidades de género y la influencia de la educación en la potencialidad de enfrentamiento durante situaciones de crisis como la pandemia.

Por último, el estudio de Korn et al. (35) en Lima demostró que la implementación de huertos familiares en entornos urbanos generó mejoras significativas en múltiples dominios de la vida, incluyendo la satisfacción física, psicológica, social y ambiental. La observación de una disminución en experiencias potencialmente mortales después de la introducción de los huertos sugiere el impacto positivo del acceso mejorado a espacios verdes en la satisfacción emocional en comunidades urbanas de bajos recursos.

En conjunto, estos resultados subrayan lo esencial de una variedad de factores, como la autoestima, la madurez psicológica, los hábitos de vida, las condiciones sociales y la cualificación del entorno, en la promoción de la satisfacción psicológica en distintos

contextos y poblaciones. Además, resaltan la falencia de implementar líneas de actividad efectivas para abordar y optimizar la satisfacción emocional en diversas circunstancias y entornos.

En cuanto al objetivo específico 2, se halló una vinculación estadísticamente significativa entre el nivel autoestima y los *vínculos sociales* de los Estudiantes de la Carrera Profesional de Lengua y literatura, en tal sentido se evidencia que cuando la autoestima es favorable en el estudiante esto repercute a tener una mejor confianza en los demás, estableciendo buenos vínculos, así como una mejor potencialidad de empatía afectiva y viceversa. Así como también se presentó un grado de relación *moderado* ($p=0,000$; $p<0,05$; $C=0,546$).

En otro estudio de Sharma et al. (31) en Lima en 2014, se enfatizó la influencia de diversos factores, como la nutrición, el tiempo dedicado a ver televisión, la actividad física, el absentismo escolar y la satisfacción con la vida, en la autoevaluación de la salubridad en adolescentes peruanos. Estos hallazgos resaltan lo esencial de considerar múltiples aspectos del estilo de vida en la evaluación de la salubridad mental.

Además, una pesquisade Amés et al. (32) en Lima en 2021, realizado por Ames y su equipo, subrayó la prevalencia de angustia durante la pandemia de COVID-19 en Perú, con disimilitudes notables entre hombres y mujeres. La observación de que la educación tuvo un efecto protector en el desenvolvimiento de condiciones psicológicas durante la pandemia destaca la influencia de los contingencias sociales y contextuales en la satisfacción emocional en tiempos de crisis.

En cuanto al objetivo específico 3, se halló una vinculación estadísticamente significativa entre el nivel de autoestima y *la autonomía* de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura, en tal sentido se evidencia que cuando la autoestima es favorable en el estudiante esto repercute a tener una mejor toma de líneas de actividad de forma independiente, logrando ser asertivo y confiando en su propio juicio y viceversa. Así como también se presentó un grado de relación *moderado* ($p=0,000$; $p<0,05$; $C=0,474$).

Por otro lado, el estudio de Suricallo y Ticona (56) en Tacna en 2021 analizó la relación entre la cualificación existencial laboral y la satisfacción psicológica en el individual sanitario y administrativo de una clínica. Los hallazgos destacaron vinculaciones significativas entre la satisfacción psicológica y varias dimensiones de la cualificación existencial laboral, indicando una conexión directa y moderada entre ambos. Esto subraya lo esencial de una calidad existencial laboral satisfactoria en la promoción de la satisfacción psicológica en el entorno laboral.

En cuanto al objetivo específico 4, se halló una vinculación estadísticamente significativa entre el nivel de autoestima y *proyectos* en los discentes de los discentes de la Carrera Profesional de Lengua y Literatura, en tal sentido se evidencia que cuando la autoestima es favorable en el estudiante esto repercute en tener mejores metas, y proyectos en la vida y viceversa. Así como también se presentó un grado de relación *inferior a moderado* ($p=0,002$; $p<0.05$; $C=0,424$).

En comparación, una pesquisa realizada en Rusia y la República Checa destacó que un porcentaje significativo de discentes experimentó altos rangos de estrés y ansiedad durante la educación en línea. Se observó que el miedo a contagiarse y el distanciamiento social fueron contingencias cruciales, en tanto que el uso efectivo del autocontrol se identificó como una estrategia clave para enfrentar el estrés en situaciones desafiantes.

Por otro lado, una pesquisa en España no encontró disimilitudes significativas en la satisfacción psicológica y la autoestima entre los discentes de Psicología y Deporte. Sin embargo, se sugirió que la combinación de conocimientos en ambas áreas podría tener un impacto positivo en la satisfacción psicológica general, resaltando lo esencial de una perfilación interdisciplinaria y diversificada para promover la salubridad mental.

Además, una pesquisa en Colombia reveló una relación inversa entre la autoestima y las subescalas de agotamiento emocional y cinismo, y una relación directa con la eficacia académica. Los discentes con rangos más altos de autoestima presentaron una menor probabilidad de experimentar Síndrome de Burnout Académico, resaltando lo esencial de la autoestima en la prevención del agotamiento emocional y la promoción del desempeño

académico. Resultados que se relacionan con el trabajo de Casas, M. en cuya investigación titulada: “Resiliencia y bienestar psicológico en el individual de tropa servicio militar del “Cuartel Tarapacá- Tacna”, 2021. (58). El muestreo fue no probabilístico por conveniencia y estuvo constituido por 252 miembros del individual de tropa servicio militar del Cuartel Tarapacá, de edades comprendidas entre 18 y 26 años. Los hallazgos obtenidos demuestran que existe relación positiva entre la resiliencia y bienestar psicológico, logrando hallar que el nivel predominante de resiliencia es alto (42,2 %); asimismo el nivel predominante de bienestar psicológico es alto (50,3 %). Concluyendo que existe una relación positiva muy fuerte entre muestreo fue no probabilístico por conveniencia y estuvo constituido por 252 miembros del individual de tropa servicio militar del Cuartel Tarapacá, de edades comprendidas entre 18 y 26 años. Los hallazgos obtenidos demuestran que existe una relación positiva entre la resiliencia y bienestar psicológico; logrando hallar que el nivel predominante de resiliencia es alto (42,2 %); asimismo el nivel predominante de bienestar psicológico es alto (50,4 %). Concluyendo que existe una relación positiva muy fuerte entre la resiliencia y bienestar psicológico ($r=0,86$), es decir, los valores altos de bienestar psicológico tienden a estar acompañados de valores altos de resiliencia en el individual de tropa servicio militar del “Cuartel Tarapacá – Tacna”.

Estos resultados en conjunto enfatizan lo esencial de la autoestima en el bienestar psicológico de los discentes, así como su influencia en la potencialidad para enfrentar desafíos y formular proyectos de vida significativos. Además, subrayan la falencia de líneas de actividad efectivas de enfrentamiento del estrés y lo esencial de un enfoque interdisciplinario para promover la satisfacción emocional en diferentes contextos educacionales y culturales.

CONCLUSIONES

De acuerdo con los datos obtenidos y a la interpretación estadística respectiva, apoyada en la hipótesis planteada, se proponen las conclusiones siguientes:

1. El nivel de autoestima influye significativamente en el bienestar psicológico de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Jorge Basadre Grohmann, 2023. Se observa que el coeficiente de consistencia dio un valor de $C = 0,570$ que quiere decir que hay un grado de asociación entre las dos variables siendo **moderada**. En tal sentido, se evidencia que cuando la autoestima es buena en el estudiante esto repercute a tener un mejor bienestar psicológico y viceversa ($p=0,000$; $p<0,05$).
2. Se encontró una relación estadísticamente significativa entre el nivel autoestima y el *control de situaciones* de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Jorge Basadre Grohmann, 2023. En tal sentido se evidencia que cuando la autoestima es favorable en el estudiante esto repercute a tener una mejor sensación de control y de auto competencia consigo mismo y viceversa. Así como también se presentó un grado de relación *inferior a moderado* ($p=0,001$; $p<0,05$; $C=0,442$).
3. Se halla una relación estadísticamente significativa entre el nivel autoestima y los *vínculos sociales* de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Jorge Basadre Grohmann, 2023. En tal sentido se evidencia que cuando la autoestima es favorable en el estudiante esto repercute a tener una mejor confianza en los demás, estableciendo buenos vínculos, así como una mejor potencialidad de empatía afectiva y viceversa. Así como también se presentó un grado de relación *moderado* ($p=0,000$; $p<0,05$; $C=0,546$).

4. Existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de autoestima y **la autonomía** de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Jorge Basadre Grohmann, 2023. Ya que se presentó un grado de relación *moderado* ($p=0,000$; $p<0,05$; $C=0,474$).

5. Se encontró una relación estadísticamente significativa entre el nivel de autoestima y **proyectos** en los discentes de los discentes de la carrera profesional de Lengua y Literatura de la Universidad Jorge Basadre Grohmann, 2023. Dado que se presentó un grado de relación *inferior a moderado* ($p=0,002$; $p<0,05$; $C=0,424$).

RECOMENDACIONES

Asimismo, con base en los hallazgos, se brindan las siguientes recomendaciones:

1. Se recomienda al área de Tutoría de la Escuela Profesional de Educación, fortalecer las capacitaciones, evaluando la efectividad de los talleres psicólogos, sesiones de asesoramiento o actividades prácticas que fomenten la autoaceptación y la confianza en sí mismos basados en la buena gestión del tiempo de ocio y fomentando estrategias de afrontamiento adecuadas, que favorezcan su salud mental.
2. Se sugiere al Servicio de Psicología del Centro Asistencial en Salud D.B.U.N que brinda el paquete de servicio de salud, evaluar el tema de modos de afrontamiento al estrés, ya que como se ha demostrado en otras poblaciones similares, son factores predictores que intervienen entre las variables estudiadas, y que al reconocerlas permitiría la comprensión de fenómenos que se susciten y un abordaje más preciso para el planteamiento de líneas de actividad, intervenciones, talleres y/o programas destinados a los discentes de cada facultad.
3. Que el Centro de Salud Mental Comunitario Universitario “Jorge Basadre” considere los hallazgos del presente tema de investigación para la aplicación de los instrumentos en los nuevos miembros de la Carrera Profesional de Educación, continuar fomentando la salud mental, manteniendo rangos altos de autoestima y bienestar psicológico.
4. Se recomienda que los profesionales de salud, psicólogos, psiquiatras y docentes promuevan actividades que fomenten el intercambio entre los discentes, facilitando la perfilación de relaciones de confianza y empatía. En ese sentido, se

podrán crear espacios de colaboración y trabajo en equipo que puede resultar especialmente beneficiosa para optimizar las destrezas sociales y motivación.

5. Por último, se sugiere a los investigadores ampliar la muestra de estudio de bienestar psicológico relacionada con el tema de ansiedad, depresión o rasgos de personalidad, para encontrar datos relevantes que favorezcan la investigación del estado emocional de los discentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia. [Online].; 2020. Available from: <https://www.paho.org/es/noticias/11-3-2020-oms-caracteriza-covid-19-como-pandemia>.
2. Suárez, A. P. (2022). Postpandemia: bienestar psicológico de los discentes de Ciencias Médicas. Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores, 1-17.
3. Pastor Alvarez A, Molero A, Moriano L. Influencia del liderazgo auténtico en el estado emocional de militares desplegados en operaciones en el exterior: Estudio de la moral como variable mediadora. Sanid. Mil. 2021;; p. 77(2):73-80.
4. Lozano A. Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del individual de salud y en la población general de China. Revista de neuropsiquiatría. 2020;; p. 51-56.
5. Luna D, Urquiza D, Figuerola R, Carreño C, Meneses F. Predictores académicos y sociodemográficos de ansiedad y bienestar psicológico en discentes mexicanos de medicina. Estudio transversal. Gaceta Médica de México. 2019;; p. 40-46.
6. Benavides C, Segura A, Rojas L. Análisis del bienestar psicológico en policías que laboran en la región Caribe de Colombia. Revista Logos Ciencia & Tecnología. 2020 agosto; 12(3)(8-19).
7. Gómez Borges A, Peñalver J, María Martínez I, Salanova M. Engagement académico en discentes universitarios. El rol mediador del Capital Psicológico como recurso personal. Educación XX1 [Internet]. 2023 Jul [cited 2024 Jan 11];26(2):51–69. Available from:<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,sso&db=fap&AN=164572012&lang=es&site=eds-live&scope=site>
8. Ángel Reyna- Castillo M, Bucio- Gutiérrez D, Calvillo- Villicaña ME, Alberto Cerda-Luque P. Evaluación del bienestar emocional post- confinamiento en universitarios mexicanos del diseño digital: atendiendo los ODS 2 y 4. Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores [Internet]. 2023 Jan [cited 2024 Jan 12];10(2):1-16. Available from:<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,sso&db=fap&AN=163157828&lang=es&site=eds-live&scope=site>
9. Gustavo Estrada- Araoz E, Gallegos Ramos NA, Peralta JNP. Estado emocional de los discentes universitarios al retorno a las clases presenciales. Gaceta Médica de Caracas

- [Internet]. 2023 Apr [cited 2004 Jan 12];131(2):345–353. Available from: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,sso&db=fap&AN=169721478&lang=es&site=eds-live&scope=site>
10. Valdez J, Torres R. La labor del ejército del Perú en el contexto del COVID-19. Dirección del Planeamiento ed. Perú CdEEdEd, editor. Perú: Dirección de Planeamiento del Ejército del Perú (DIPLANE); 2020.
 11. Araoz EGE, Latorre MF, Condori WGL, Aquisé JQ, Bernal LRV, Ramos NAG, et al. Agotamiento emocional y bienestar psicológico en discentes peruanos de Enfermería durante la pospandemia de COVID-19. Revista Cubana de Medicina Familiar [Internet]. 1 de abril del 2023 [consultado el 12 de enero de 2024];52(2). Disponible en: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,sso&db=edselc&AN=edselc.2-52.0-85163523354&lang=es&site=eds-live&scope=site>
 12. Estrada- Araoz E, Farfán- Latorre M, Lavilla- Condori W, Lavilla- Condori W., Quispe- Aquisé J, Velasquez- Bernal L, Velasquez- Giesch L, Gallegos- Ramos N. Cansancio emocional y bienestar psicológico en discentes peruanos de enfermería durante la pospandemia por la COVID-19. Revista Cubana de Medicina Militar [Internet]. 2023 [citado 12 Ene 2024; 52 (2) Disponible en: <https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/2643>
 13. Pereira HP, Lopes DG, Goncalves MC, Vasconcelos- Raposo JJ. Bem- Estar Psicológico E Autoestima E, Estudiante Universtarios. Revista Iberoamericana de Psicologia del Ejercicio y el Deporte [Internet]. 2017 Jul [cited 2024 Jan 12];12(2):297–305. Available from: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,sso&db=asn&AN=123808993&lang=es&site=eds-live&scope=site>
 14. Reig A, Cabrero J, Lizán L. La valoración de la potencialidad funcional, el bienestar psicológico y la salud mental en la atención primaria de salud. Aten Primaria. 2009 octubre; 41(9)(515-519): p. 515-519.
 15. Rodríguez F. Percepción del estrés, afrontamiento y ajuste psicológico en despliegues militares. Tesis de pregrado. Santiago de Compostela: Universidad de Santiago de Compostela, Santiago de Compostela; 2018.
 16. Delfino G, Muratori M, Zubieta E. Bienestar psicosocial y satisfacción con la vida en discentes militares. CONCYTEC.

17. Hernández E, Labrador F, Méndez M. Psychological capital, work satisfaction and health self-perception as predictor of psychological wellbeing in military personnel. *Psicothema*. 2019 abril; 31(3:277-283).
 18. Rajesh YS, Bhat PS, Kalpana S, Kanitkar M. Study of psychological effects of deployment at extreme high altitude area on soldiers. *ElSevier*. 2020 Junio; 30(4 (1-4)).
 19. Shelef L, Garber E, Nirit Y, Ariel BY, Yossi LB. Suicide among Ethiopian origin soldiers in the IDF - A qualitative view of risk factors, triggers, and life circumstances. *ElSevier*. 2020 marzo; 269(125-133).
 20. Mantua J, Pirner M, Doyle S, Bessey A, Naylor J, Ritland B, et al. Sleep and occupational well-being in active duty special operations soldiers: A replication and expansion. *ElSevier*. 2021 agosto; 7(4 (500-503)).
 21. Asghari ebrahimabad M, Mamizade M. Una investigación sobre el papel de la flexibilidad psicológica y la resistencia en la explicación de la satisfacción psicológica de los soldados. *Investigación en Psicología Clínico y Consejería*. 2018; 8(1)(37-51).
 22. Mamani Y, Mamani Y, Aquize E. Madurez psicológica y bienestar psicológico en discentes de una Entidad educativa Privada de Juliaca - Perú. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*. 2021 Mayo; 14 (1)(27-33).
 23. Bernal E, García S, Oliva J, Sánchez F, Ramón J, Peña L, et al. Sistemas sanitarios de transición. *Ministerio de Sanidad, consumo y satisfacción social*. 2018; 20(2).
 24. Zubieta E, Muratori M, Fernandez O. Satisfacción subjetivo psicosocial: Explorando disimilitudes de género. *Salud & Sociedad*. 2012 marzo; 3(1-11).
 25. Matallana S. Bienestar psicológico y calidad existencial en discentes del tercer año de secundaria de una institución educativa Privada de Lima. Tesis. Lima: Universidad Científica del Sur, Lima; 2019.
 26. (OMS) OMDIS. ¿Cómo define la OMS la salud? [Online].; 2021. Available from: <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions>
 27. Korneeva E, SW, KR, & SA. Social Health and Psychological Safety of Students Involved in Online Education during the COVID-19 Pandemic.. *International journal of environmental research and public health*. 2022; 19(21)(1-15).
- Ferrel F, Thomas J, Solano A, Redondo E, Ferrel L. Bienestar psicológico en profesores de una Universidad Privada del Distrito de Santa María. *Cultura, Educación y Sociedad*. 2014 Septiembre; 5(2)(61-76).

28. Benavides- Mora, V.K, Palacios- Díaz, A.J. & Zambrano, C.A. (2020). Relación entre el Burnout Académico y la Autoestima, en discentes de pregrado de Medicina. *Informes Psicológicos*, 20 (1), pp 19-31 <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v20n1a02>
29. Asghari Ebrahimabad, M., manizade, M. Una investigación sobre el papel de la flexibilidad y la resistencias psicologicas en la explicacion del bienestar psicologico de soldados. *Investigación en Psicología Clínica y Consejería*, 2018; 8(1): 37-51. doi: 10.22067/ijap.v8il. 67658
30. Estrada G. Prevalencia del síndrome de Burnout y su efecto en el desempeño laboral de las enfermeras que laboran en una entidad hospitalaria del Cusco-2019. Tesis de posgrado. Cusco: Universidad César Vallejo, Cusco; 2019. Report No.: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/38394/estrada_lg.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Desgaste%20f%C3%ADsico%20y%20psicol%C3%B3gico%20que,as%C3%AD%20como%2C%20sensaci%C3%B3n%20de%20incapacidad.
31. Bernal Torres C. Metodologías de la investigación (Tercera ed.) Educación , editor. Colombia: Pearson Educación; 2010.
32. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación. México: McGrawHill Education. México: McGrawHill Education ; 2014.
33. Sharma B, Nam E, Kim D, Young MJ, Kim Y, Yun Kim H. Role of gender, family, lifestyle and psychological factors in self-rated health among urban adolescent in Peru: a school-based cross-sectional survey. *Bmj Open*. 2016 enero;(1-8).
34. Ames-Guerrero R, Barreda V, Huamani J, Banaszak J. Self-reported psychological problems and coping strategies: a web-based study in Peruvian population during COVID-19 pandemic. *BMC Psychiatry*. 2021; 21(351)(1-17).
35. Korn A BSSBAJALVJ. Physical and Mental Health Impacts of Household Gardens in an Urban Slum in Lima, Peru. *Int J Environ Res Public Health*. 2018 agosto; 15(8)(1-11).
36. Tarazona R. Variables psicológicas asociadas al uso de Facebook: Autoestima y Narcicismo en Universitarios. Informe de tesis. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima; 2013.
37. Herrera JI. Las prácticas contemporáneas. Los retos de sus nuevos planteamientos epistemológicos. *Revista Scientific*. 2018 abril; 3(6-15).

38. Rodríguez ea. Efectos del período de pandemia en el bienestar de adolescentes chilenos. In *Desenvolvimiento Ud*, editor.: Centro de Estudios en Satisfacción y Convivencia Social (CEBCS) p. 223.
39. Infante O, Grau J. La Psicología de la salubridad en el enfrentamiento a la Covid-19 en América Latina. In.: *Asociación Latinoamericana de Psicología de la Salud*; 2020. p. 424.
40. Gaitán L, Bautista P, Vásquez I. Percepción de inseguridad en soldados y oficiales del sur del Cesar: un enfoque institucional bottom-up. *Revista Científica General José María Córdova*. 2020 diciembre; 18(32).
41. Peruano De. Decreto Supremo que prorroga el Estado de Urgencia Nacional declarado por el Decreto Supremo N° 016-2022-PCM, Decreto Supremo que declara Estado de Urgencia Nacional por las circunstancias que afectan la vida y salud de las personas.. 2022 abril: p. 1-3.
42. Ballesteros B, al. e. La satisfacción psicológica definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá, Colombia. *Univ. Psychol*. 2006 mayo-agosto; 5(2)(1-20): p. 1-20.
43. Ruiz Pea. Relación entre autoestima y la satisfacción con la vida en una muestra de discentes universitarios. *Revista de Psicología*. 2018; Monográfico 1(66-76).
44. Barrantes, et al.. Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en discentes de nivel superior costarricenses. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. 2015 enero-junio; 17(101-123).
45. Córdoba D. Autoestima y satisfacción con la vida en personas mayores pertenecientes a dos grupos de la tercera edad del Municipio de Dosquebradas. Tesis de grado. Colombia: Universidad Católica de Pereira, Colombia; 2020.
46. San Martín J, Barra E. Autoestima, Apoyo Social y Satisfacción Vital en Adolescentes. *Terapia psicológica*. 2013 agosto; 31(287-291).
47. Reina ea. Percepciones de autoevaluación: Autoestima, autoeficacia y satisfacción vital en la adolescencia. *Psychology, Society & Education*. 2010 Abril; 2(55-69).
48. Inca L. Rangos de autoestima en los empleados de la empresa Grupo Cabal. Tesis. Lima: Universidad Inca Garcilazo de la Vega, Lima; 2017.

49. García. La instrucción online post pandemia: Nuevos retos. *Holos*. 2021 marzo; 2(1-13).
50. Blanco MA, Blanco ME&VHBT. Actividades de bienestar emocional propuesta para el desenvolvimiento del aprendizaje significativo en tiempos de post pandemia. *Conrado*. 2021 Mayo; 17 (80)(330-338).
51. Suárez A, Porras M&L. Postpandemia: bienestar psicologico de los discentes de Ciencias Médicas. *Dilemas Contemporáneos*. 2022 Diciembre; 14(1-16).
52. Blanco M, Blanco M&VB. Actividades de bienestar emocional propuesta para el desenvolvimiento del aprendizaje significativo en tiempos de pandemia. *Revista Conrado*. 2021 mayo; 17(80)(330-338).
53. Bello I, Martínez A, Peterson P&S. Estrategias de afrontamiento: Efectos en la satisfacción psicológica de universitarios durante la pandemia del COVID-19. *Ciencia y Sociedad*. 2021 octubre; 46(31-48).
54. Gonzáles Aguilar D. Bienestar psicológico, resiliencia y ansiedad en discentes universitarios. *Revista Guatemalteca de Instrucción superior*. 2021 enero; 4(1)(43-58).
55. Delgado Aea. El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en discentes de pregrado. *Propósitos y Representaciones*. 2021 diciembre; 9(1-19).
56. Suricallo, N. & Ticona, D. Calidad de vida laboral y bienestar psicológico en el individual sanitario y administrativo de una clínica en Tacna-2021. [Tesis de licenciatura]. Huaraz: Perú. Universidad César Vallejo 2021.
57. Pereira HP LDGMVRJ. Bienestar psicologico y autoestima en discentes universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*. 2022 diciembre; 12 (2)(297-305).
58. Casas, C. Resiliencia y bienestar psicologico en el individual de tropa servicio militar del “Cuartel Tarapacá”- Tacna, 2021.[Tesis de licenciatura]. Tacna:Perú. Universidad Privada de Tacna 2021.
59. Coopersmith S. Manual de escala de Autoestima de Coopersmith versión adultos. 2010.
60. Apaza, H. Autoestima y desempeño académico de los discentes de la Escuela Profesional de Medicina Humana de la Universidad Privada Arzobispo Loayza- Lima, 2016. [Tesis de maestría]. Lima: Perú. Universidad San Pedro 2018.

61. Rojas,K. Dependencia emocional y autoestima en discentes de las universidad de Lima, Metropolitana. [Tesis de licenciatura]. Lima: Perú. Universidad Privada del Norte 2022.
62. Chambi,M. Influencia de la autoestima sobre el bienestar psicologico en discentes de educacion superior técnica de Lima. [Tesis de licenciatura]. Lima: Perú. Universidad San Ignacio de Loyola 2018.
63. Mario Morales N, Adolfo Gonzáles G. Resilience- Self Esteem- Psychological Well-Being and Intellectual Capacity of senior high school students who have high performances in vulnerable schools. Estudios pedagógicos [Internet]. 2014 Jan 1 [cited 2024 Apr 4]; 40(1):215-228-228. Available from: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,sso&db=edselc&AN=edselc.2-52.0-84907559285&lang=es&site=eds-live&scope=site>
64. Bustos Changoluisa KS, Vásquez de la Bandera Cabezas FA. Autoestima y bienestar psicologico en discentes universitarios. Ciencia Latina [Internet]. 27 de diciembre de 2022 [citado 5 de abril de 2024]; 6(6): 10100-13 Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4121>

ANEXOS

Anexo 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Indicadores	Método	Instrumentos
<p>Problema general</p> <p>¿Existe relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>¿Existe relación entre el nivel de autoestima y el control de situaciones en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023?</p> <p>¿Existe relación entre el nivel autoestima y</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023?</p> <p>Objetivo Específicos</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Existe relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.</p> <p>Hipótesis específica</p> <p>Existe relación</p>	<p>Variable</p> <p>Autoestima</p>	<p>Sí mismo</p> <p>Social</p>	<p>El cual refieren a las actitudes que presenta el sujeto frente a su autopercepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas.</p> <p>Se encuentra construido por ítems que refieren las actitudes del sujeto en el medio social frente a sus compañeros o amigos. Así como sus referentes a la vivencia en el interior de instituciones educativas o</p>	<p>Tipo:</p> <p>El presente trabajo es de diseño correlacional, ya que examina la vinculación relevante entre las variables de estudio en el mismo sujeto de exploración (36)</p> <p>Diseño:</p> <p>Diseño no experimental, porque no se realizará manipulación deliberada de las variables y sólo se observarán los fenómenos en su ambiente natural manipulación deliberada de las variables y sólo se observarán los fenómenos en su ambiente natural. Transversal porque se describirá la relación entre variables en un determinado momento en el tiempo (37).</p> <p>Nivel: El nivel de investigación es correlacional.</p> <p>Muestra: Para efectos del estudio, por ser el tamaño de la población susceptible de medición en su integridad, se consideró el muestreo no probabilístico, por lo que la muestra será censal.</p>	<p>Escala de Autoestima de Coopersmith</p>

<p>los vínculos sociales en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, después de la urgencia sanitaria en Tacna, 2023?</p> <p>¿Existe relación entre el nivel autoestima y la autonomía en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, después de la urgencia sanitaria en Tacna, 2023?</p> <p>¿Existe relación entre el nivel de autoestima y proyectos en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023?</p>	<p>Determinar la relación entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023?</p> <p>Determinar la relación entre el nivel autoestima y el control de situaciones en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad</p>	<p>entre el nivel de autoestima y bienestar psicológico en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.</p> <p>Existe relación entre el nivel autoestima y el control de situaciones en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad</p>			<p>formativas y las expectativas en relación a su satisfacción de su desempeño académico o profesional.</p>	
				Familiar	<p>Expone ítems en los que se hace referencia a las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia.</p>	
			Variable Satisfacción psicológica	Control de situaciones/aceptación de sí	<p>Tienes sentido de control y de auto competencia. Puede crear o manipular contextos para adecuarlo a sus propias carencias e intereses.</p>	
				Autonomía	<p>Puede tomar líneas de actividad de modo</p>	
						<p>Escala de Satisfacción psicológica</p>

	<p>Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.</p> <p>Determinar la relación entre el nivel autoestima y los vínculos sociales en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.</p> <p>Determinar la relación entre el nivel autoestima y la autonomía en los</p>	<p>Basadre Grohmann de Tacna, 2023.</p> <p>Existe relación entre el nivel autoestima y los vínculos sociales en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.</p> <p>Existe relación entre el nivel autoestima y la autonomía en los discentes de la carrera</p>		<p>independiente. Es asertivo. Confía en su propio juicio.</p>		
			Proyectos	<p>Tiene metas y proyectos en la vida. Considera que la vida tiene significado. Tiene valores que hacen que la vida tenga sentido.</p>		
			Vínculos	<p>Es cálido. Confía en los demás. Puede fijar buenos vínculos. Tiene potencialidad empática y afectiva.</p>		

	<p>discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.</p> <p>Determinar la relación entre el nivel de autoestima y proyectos en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023.</p>	<p>profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, después de la urgencia sanitaria en Tacna, 2023.</p> <p>Existe relación entre el nivel de autoestima y proyectos en los discentes de la carrera profesional: Lengua y Literatura de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, después de la urgencia sanitaria en</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--

		Tacna, 2023.					
--	--	-----------------	--	--	--	--	--

Anexo 2. Instrumentos de recolección de datos

Coopersmith Adultos

Nombre			
Edad		Sexo	
Grado de estudio			
Estado civil			

Coloque “X” debajo de la columna V o F, según coincidan sus respuestas con una afirmación o negación del ítem evaluado. Antes de entregar, verifique que no ha dejado de responder algún ítem.

N°	Ítems	V	F
1	Usualmente las cosas no me molestan.		
2	Me resulta difícil hablar frente a un grupo		
3	Hay muchas cosas de mí que cambiaría si pudiese		
4	Puedo tomar líneas de actividad sin mayor dificultad.		
5	Soy muy divertido		
6	Me altero fácilmente en casa.		
7	Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cualquier cosa nueva.		
8	Soy popular entre las personas de mi edad.		
9	Generalmente mi familia considera mis sentimientos.		
10	Me rindo fácilmente.		
11	Mi familia espera mucho de mí.		
12	Es bastante difícil ser “yo mismo”		
13	Me siento muchas veces confundido/a		
14	La gente usualmente sigue mis ideas.		
15	Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo.		
16	Hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa.		
17	Frecuentemente me siento descontento con mi trabajo.		
18	No estoy tan simpático como mucha gente.		
19	Si tengo algo que decir, usualmente lo digo.		
20	Mi familia me comprende.		
21	Muchas personas son más preferidas que yo.		
22	Frecuentemente siento como si mi familia me estuviera presionando		
23	Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago		
24	Frecuentemente desearía ser otra persona		
25	No soy digno de confianza.		

Escala BIEPS –A (adultos)

NOMBRE: _____

EDAD: _____ **SEXO:** _____ **GRADO DE ESTUDIO:** _____

Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ella sobre la base de lo que pensó y sintió el último mes. Las alternativas de respuesta son:

ESTOY DE ACUERDO- NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO- ESTOY ENDESACUERDO

No hay respuestas buenas o malas: Todas son válidas. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con una cruz aspa (X) en uno de los tres espacios.

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

Anexo 3. Evidencias del análisis estadístico

CATEGORIZACIÓN Y BAREMOS DE LAS VARIABLES DE INVESTIGACIÓN

Tabla 1

Escala general de la variable nivel de autoestima

Categoría (Niveles)	Baremo (Rangos)
Bajo	0 a 24
Medio bajo	25 a 49
Medio alto	50 a 74
Alto	75 a 100

Fuente: Escala de Autoestima de Coopersmit; Editado por Josue test. (2006).

Tabla 2

Escala específica de las dimensiones de la variable nivel de autoestima

Niveles	Dimensiones		
	Si mismo general (13)	Social (6)	Familiar (6)
Bajo	0 a 12	0 a 5	0 a 5
Medio bajo	13 a 25	6 a 11	6 a 11
Medio alto	26 a 38	12 a 17	12 a 17
Alto	39 a 52	18 a 24	18 a 24

Fuente: Escala de Autoestima de Coopersmit; Editado por Josue test. (2006).

Tabla 3

Escala general de la variable satisfacción psicológica

Categoría (Niveles)	Baremo (Rango)
Muy bajo (menos a P25)	28
Bajo (P25 – P50)	29 a 33
Medio (P50-P75)	34 a 35
Alto (P75-P95)	36-38
Muy alto (mayores a P95)	39

Fuente: Autor, Casullo 2002 a partir de la propuesta teórica de Ryff y Keyes (1995)

Tabla 4

Escala específica de las dimensiones de la variable satisfacción psicológica

Niveles	Dimensiones			
	Control de situaciones (3)	Vínculos sociales (3)	Autonomía (3)	Proyectos (4)
Muy bajo	3 a 5	3 a 5	3 a 5	4 a 8
Bajo	6	6	6	9
Medio	7	7	7	10
Alto	8	8	8	11
Muy alto	9	9	9	12

Fuente: Autor, Casullo 2002 a partir de la propuesta teórica de Ryff y Keyes (1995)

ANALISIS DE ITEMS DE LAS VARIABLES DE INVESTIGACION

Tabla 1

Distribución de ítems sobre el nivel de autoestima de los discentes de la carrera profesional de lengua y literatura de la universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023

Dim	Items - Autoestima	Respuestas				Total	
		Verdadera		Falso		n	%
		N°	%	N°	%		
D1: Si mismo general	1. Usualmente las cosas no me molestan.	86	59,7	58	40,3	144	100,0
	3. Hay muchas cosas de mí que cambiaría si pudiese	113	80,1	28	19,9	141	100,0
	4. Puedo tomar decisiones sin mayor dificultad.	66	46,8	75	53,2	141	100,0
	7. Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cualquier cosa nueva.	62	44,0	79	56,0	141	100,0
	10. Me rindo fácilmente.	32	22,7	109	77,3	141	100,0
	12. Es bastante difícil ser “yo mismo”	72	51,1	69	48,9	141	100,0
	13. Me siento muchas veces confundido/a	93	66,0	48	34,0	141	100,0
	15. Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo.	58	41,1	83	58,9	141	100,0
	18. No estoy tan simpático como mucha gente.	68	48,2	73	51,8	141	100,0
	19. Si tengo algo que decir, usualmente lo digo.	92	65,2	49	34,8	141	100,0
	23. Frecuentemente me siento desalentado con lo que hago	70	49,6	71	50,4	141	100,0
	24. Frecuentemente desearía ser otra persona	57	40,4	84	59,6	141	100,0
	25. No soy digno de confianza.	23	16,3	118	83,7	141	100,0
D2: Social	2. Me resulta difícil hablar frente a un grupo	61	43,3	80	56,7	141	100,0
	5. Soy muy divertido	88	62,4	53	37,6	141	100,0
	8. Soy popular entre las personas de mi edad.	38	27,0	103	73,0	141	100,0
	14. La gente usualmente sigue mis ideas.	77	54,6	64	45,4	141	100,0
	17. Frecuentemente me siento descontento con mi trabajo.	50	35,5	91	64,5	141	100,0
D3: Familiar	21. Muchas personas son más preferidas que yo.	79	56,0	62	44,0	141	100,0
	6. Me altero fácilmente en casa.	60	42,6	81	57,4	141	100,0
	9. Generalmente mi familia considera mis sentimientos.	88	62,4	53	37,6	141	100,0
	11. Mi familia espera mucho de mí.	120	85,1	21	14,9	141	100,0
	16. Hay muchas ocasiones que me gustaría irme de mi casa.	57	40,4	84	59,6	141	100,0
	20. Mi familia me comprende.	100	70,9	41	29,1	141	100,0
22. Frecuentemente siento como si mi familia me estuviera presionando	42	29,8	99	70,2	141	100,0	

Nota: Ítems verdaderos: 1, 4,5, 8, 9, 14, 19, 20; todos los demás ítems son falsos

Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).

Tabla 2

Distribución de ítems sobre la satisfacción psicológica de los discentes de la carrera profesional de lengua y literatura de la universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna, 2023

Dim	Ítems - Bienestar psicológico	En desacuerdo		Ni de acuerdo ni en desacuerdo		De acuerdo		TOTAL	
		N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
D1: Control de situaciones	2. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.	8	5,7	26	18,4	107	75,9	141	100,0
	11. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.	3	2,1	26	18,4	112	79,4	141	100,0
	13. Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias.	6	4,3	75	53,2	60	42,6	141	100,0
D2: Vinculos sociales	5. Generalmente le caigo bien a la gente.	9	6,4	71	50,4	61	43,3	141	100,0
	7. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.	4	2,8	45	31,9	92	65,2	141	100,0
	8. creo que en general me llevo bien con la gente.	6	4,3	50	35,5	85	60,3	141	100,0
D3: Autonomia	4. Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas	15	10,6	67	47,5	59	41,8	141	100,0
	9. En general hago lo que quiero, soy poco influenciado.	19	13,5	61	43,3	61	43,3	141	100,0
	12. Puedo tomar decisiones sin dudar mucho.	29	20,6	72	51,1	40	28,4	141	100,0
D4: Proyecto	1. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.	10	7,1	35	24,8	96	68,1	141	100,0
	3. Me importa pensar que haré en el futuro.	9	6,4	71	50,4	61	43,3	141	100,0
	6. Siento que podré lograr las metas que me proponga.	4	2,8	45	31,9	92	65,2	141	100,0
	10. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.	6	4,3	50	35,5	85	60,3	141	100,0

Fuente: Elaboración propia (IBM SPSS Statistics v.27).