



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA

**Características del bienestar psicológico en trabajadores de la IE
1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate – 2021**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Yaranga Rodriguez, Herlinda (ORCID: 0000-0002-9156-1270)

ASESOR:

Mg. Bravo Huaynates, Guido Junior (ORCID: 0000-0003-4204-1321)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y aprendizaje

LIMA - PERÚ

2021

Dedicatoria

A mis padres, quienes a lo largo de mi vida velan por mi bienestar y me dan su apoyo en todo momento. A mi esposo Rubén por su apoyo incondicional y a mis hijos Walter, Carlos y Laura quienes son mi motivo para terminar mi proyecto.

Agradecimiento

A los docentes de la maestría en especial a mi asesor Guido Bravo Huaynates, por su motivación permanente y por dar lo mejor de sí.

Al director y docentes de la IE 1260 El Amauta, por las facilidades otorgadas en la aplicación del instrumento de investigación.

Índice de contenidos

	Pág.
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Índice de figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	12
3.1. Tipo y diseño de investigación	12
3.2. Variables y operacionalización	12
3.3. Población	13
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	14
3.5. Procedimientos	14
3.6. Método de análisis de datos	15
3.7. Aspectos éticos	15
IV. RESULTADOS	16
V. DISCUSIÓN	23
VI. CONCLUSIONES	30
VII. RECOMENDACIONES	32
REFERENCIAS	33
ANEXOS	41

Índice de tablas

Tabla 1 Distribución de la muestra de trabajadores según variables sociodemográficos por sexo.....	16
Tabla 2 Nivel de bienestar psicológico según sexo	17
Tabla 3 Rangos de prueba U-Mann Whitney hipótesis general.....	20
Tabla 4 Rangos de prueba U-MannWhitney	21
Tabla 5 Confiabilidad del instrumento Escala de Bienestar psicológico	55
Tabla 6 Resumen de procesamiento de casos.....	64
Tabla 7 Estadísticas de fiabilidad	64

Índice de figuras

Figura 1 Distribución de la población de trabajadores según variables sociodemográficos	16
--	----

Resumen

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar las características del bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021. La metodología de esta investigación fue descriptiva-comparativa, con un enfoque cuantitativo, no experimental y transversal. Se trabajó con una muestra de 65 trabajadores, mediante la técnica de la encuesta y el instrumento del cuestionario de 35 ítems. Los resultados evidenciaron que el nivel de bienestar psicológico presentó un nivel medio para mujeres de 40% en tanto que para hombres fue de 23.10%, mientras que para el nivel alto; en hombres fue de 16.9% y en mujeres de 20.0% mostrándose diferencias más amplias en el nivel medio y en general las mujeres destacaron en cada nivel de bienestar psicológico respecto a los hombres en la I.E. N° 1260 El Amauta del distrito de Ate, Lima, 2021. Por tanto, se concluye que el nivel bienestar psicológico, no hubo diferencias entre esta variable y el sexo, la cual tiene un $(z = -.121)$ y un nivel de significancia $(sig = 0.904 > 0.05)$, lo que indicó que no existen diferencias significativas en el nivel de bienestar psicológico entre varones y damas.

Palabras claves: bienestar psicológico, docentes, trabajadores, I.E. N° 1260 El Amauta, Escala de Ryff.

Abstract

The objective of this research work was to determine the characteristics of psychological well-being according to sex in EI 1260 El Amauta workers in the Covid-19 pandemic, Ate - 2021. The methodology of this research was comparative-descriptive, with a quantitative approach, not experimental and transversal. We worked with a sample of 65 workers, using the survey technique and the 35-item questionnaire instrument. The results showed that the level of psychological well-being presented a medium level for women of 40% while for men it was 23.10%, while for the high level; in men it was 16.9% and in women it was 20.0%, showing broader differences in the medium level and in general women stood out at each level of psychological well-being compared to men in the I.E. N ° 1260 El Amauta of the district of Ate, Lima, 2021. Therefore, it is concluded that the level of psychological well-being, there were no differences between this variable and sex, which has a ($z = -.121$) and a level of significance ($\text{sig} = 0.904 > 0.05$), which indicated that there are no significant differences in the level of psychological well-being between men and women.

Keywords: Psychological well-being, teachers, workers, N° 1260 The Amauta School, Ryff's scale

I. INTRODUCCIÓN

La pandemia del Covid-19 ha ocasionado una crisis inédita en todos los sectores. En el campo educativo, esta situación ha dado lugar a la clausura temporal de las clases presenciales de las diferentes instituciones educativas casi en 190 países, la situación que hoy se confronta el mundo con la Covid-19, ha confinado a millones de personas dentro de sus casas (Unesco, 2020). Asimismo, se señala que esta situación ha cambiado también las emociones por aquellas negativas, como melancolía, miedo, apatía, frustración, aburrimiento, enojo, ganas de llorar o de gritar, también comportamientos y experiencias físicas, estas reacciones emotivas afecta al bienestar psicológico (Morán et al, 2020).

De acuerdo con el informe de la Organización Mundial de la Salud concluyen que los servicios de salud mental esenciales han sufrido graves perturbaciones, el estudio fue llevado a cabo entre junio y agosto de 2020 en 130 países de la OMS con el objetivo de evaluar las alteraciones sufridas por los servicios de salud mental como consecuencia de la Covid-19. Más del 60% de los países mostraron perturbaciones en los servicios de salud mental, siendo el duelo, el aislamiento, la pérdida de ingresos y el miedo, las principales causas de afectación en el bienestar psicológico (OMS, 2020).

La profesión docente ha sido categorizada como una ocupación con alto riesgo de estrés, en comparación con otras profesiones, como administración, enfermería o de servicios comunitarios (Lieny, et., al 2018). También se informó en una encuesta, realizada en Chile a 6064 docentes en un contexto de pandemia, que el 64,7% las docentes mujeres presentan problemas que afectan su bienestar psicológico mientras que los docentes varones en un 53,2% Cabezas (2020) como se observa esta situación no solo afecta a Chile sino que se convierte en un problema de ámbito internacional.

En la última década, en el Perú hay un logro importante en cuanto a la atención educativa, pero no se debe olvidar el rol importante que cumplen los docentes en el sistema educativo, puesto que su labor desarrolla y mejora las diversas áreas del currículo nacional, así mismo, contribuye a potenciar las

competencias de los estudiantes para que puedan adquirir a regular sus emociones, pensamientos, actitudes y el bienestar (Díaz y Ñopo, 2016). Por ello, la importancia del bienestar psicológico del docente en el trabajo que realizan es vital, los docentes constituyen en el para el aprendizaje de los estudiantes.

Con relación a la influencia del bienestar psicológico en el desempeño docente en una institución educativa de Lima evidenció que, en una muestra de 80 docentes que el 42.3% de docentes presentaron un nivel bajo de bienestar psicológico, el 34% mostró un nivel medio y el 23.7% presentó un nivel alto, se evidencia el factor del bienestar psicológico en el desempeño laboral, pues en el trabajo remoto hay un incremento de actividades laborales debido a la emergencia del Covid-19 desde el punto de vista da de entender que la pandemia ha influido de manera negativa en el bienestar psicológico de los docentes (Acevedo, 2020).

En el ámbito local, la problemática de investigación se desarrolla en una I.E. 1260 El Amauta, donde los docentes se encuentran con elevada carga laboral, puesto que tienen que preparar las clases virtuales, lograr conectarse con los estudiantes y revisar las producciones hasta fuera del horario de trabajo, así como lo indica en la normativa RV N° 098-2020 sobre “Disposiciones para el trabajo remoto de los profesores”, dicha norma exige realizar el trabajo desde casa en modo virtual, no obstante ante la situación actual, el docente se ve expuesto a encontrarse con los problemas de pérdida de familiares, la poca accesibilidad a la conectividad con los estudiantes, con lo cual su bienestar psicológico ha sido afectado negativamente.

Por lo tanto, este tema resulta bastante atractivo e interesante y se plantea la interrogante principal de investigación: ¿Qué características presenta el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021? y los problemas específicos son: ¿Qué características presenta el autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021?

La presente investigación tuvo una justificación teórica, porque se desarrolló teniendo en cuenta la teoría de la autora Ryff (1989) que señala el bienestar

psicológico como aquel desarrollo y crecimiento de habilidades personales, en donde un individuo muestra características de lograr la felicidad y una conducta positiva. En esta teoría propone seis dimensiones, con las cuales se logra demostrar la actitud positiva o negativa del ser humano; el autoaceptación, las relaciones positivas, la autonomía, el dominio del entorno, el propósito en la vida y el crecimiento personal. Se busca revalidar la teoría del bienestar propuesta por Ryff en la actualidad.

Asimismo, una justificación práctica porque los resultados obtenidos permitirán conocer las características de los trabajadores de la institución educativa, a partir de ello se tomará acciones encaminadas al fortalecimiento y desarrollo de esta característica. Por último, posee una justificación metodológica, porque a través de técnica y el instrumento basado en una escala se pretende lograr los objetivos de la investigación, se utilizó la técnica; encuesta y una escala empleando las dimensiones de Ryff para la medición del variable bienestar psicológica de los trabajadores de la institución educativa, por consiguiente, esta investigación formará parte como antecedente para estudios en futuros estudios sobre el tema de interés.

Esta investigación tiene como objetivo general determinar las características del bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate – 2021, y como objetivos específicos: Determinar las características del autoconcepción, las relaciones positivas, la autonomía, el dominio del entorno, el propósito en la vida y el crecimiento personal según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.

A continuación se formula la hipótesis general: No existe diferencia en el nivel de bienestar psicológico según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021. Existe diferencia en el nivel de bienestar psicológico según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate – 2021, asimismo la primera hipótesis específica: No existe diferencia en el nivel de auto aceptación según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate – 2021. Existe diferencia en el nivel de auto aceptación según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021

La segunda hipótesis específica: No existe diferencia en el nivel de relaciones positivas según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021. Existe diferencia en el nivel de relaciones positivas según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate – 2021, la tercera hipótesis específica: No existe diferencia en el nivel de autonomía según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate – 2021. Existe diferencia en el nivel de autonomía según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.

La cuarta hipótesis específica: No existe diferencia en el nivel de dominio del entorno según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate – 2021. Existe diferencia en el nivel de dominio del entorno según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate – 2021, la quinta hipótesis específica: No existe diferencia en el nivel de propósito en la vida según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate – 2021. Existe diferencia en el nivel de propósito en la vida según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.

Por último la sexta hipótesis específica: No existe diferencia en el nivel de crecimiento personal según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate – 2021. Existe diferencia en el nivel de crecimiento personal según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate – 2021.

II. MARCO TEÓRICO

Para afianzar la investigación, se proponen estudios nacionales con la variable bienestar psicológico, estudios que buscaron establecer diferencias entre el bienestar psicológico de docentes de instituciones públicas y privadas en los Olivos. Conto con un diseño no experimental, de tipo descriptivo comparativa, nivel aplicado. La muestra fue de 325 docentes de ambas instituciones. Se usó la técnica de la encuesta y la escala de Bienestar Psicológico para adultos (Casullo, 2006, citado en Segura, 2017). Se tiene en resultados que los docentes de institución pública tienen menor bienestar psicológico que los docentes de educación particular, ($p = 0,017$). Como conclusión se evidencia una diferencia cuantiosa pero esos valores dependerán del tipo de colegio, edad y sexo de los participantes, sin embargo; se tiene en cuenta que, las dimensiones aceptación y control tienen un nivel muy alto y proyección tiene un nivel bajo (Segura, 2017).

Asimismo, se realizó una investigación cuyo objetivo general fue determinar la relación de bienestar psicológica y asertividad de los docentes de la “Unidad Educativa Santa Dorotea” de la ciudad Quito, 2019. Para ello, se optó por un enfoque cuantitativo, nivel correlacional, de diseño no experimental, se contó con la participación de los profesores, quienes conformaron la muestra, siendo un total de 100 docentes, se utilizó como instrumento para la recolección de datos la Escala de bienestar psicológico de Ryff, en tanto que, la técnica utilizada fue la encuesta. Los resultados evidenciaron que el bienestar psicológico es elevado en el 1% de los encuestados, en la categoría o nivel alto se encuentra el 56%, mientras que un 32% en el nivel moderado y un 11% en nivel bajo (Castillo, 2018). Se logra mostrar que más de la mitad de los encuestados presenta un bienestar psicológico aceptable. Por último, se concluye que el bienestar psicológico de los docentes benefició a los estudiantes como a la institución educativa en conjunto. La investigación previamente mencionada evidencia el uso de Escalas o Test estandarizados a modo de evaluar posibles acciones de mejora a cargo de las autoridades competentes.

De igual manera, Namay (2019) tuvo como finalidad determinar el nivel de bienestar psicológico en personas que padecen enfermedades no transmisibles en

el Puesto de Salud de Tumbes. Tiene un diseño no experimental, descriptivo. La muestra es de 60 adultos con edades mayores a 26 años. Se aplicó la escala de bienestar psicológico (Sánchez, 2007, citado en Namay, 2019). Como resultado se muestra a la dimensión bienestar psicológico con un nivel alto de 88, 33%, así mismo en bienestar subjetivo con 66.67, en la dimensión bienestar laboral con 85% y, por último, la dimensión bienestar en relación de pareja con 56.67%. Se concluye con un nivel alto y significativo en bienestar psicológico, subjetivo, laboral y de pareja, también que, la última dimensión cuenta con un nivel bajo, demostrando que es el último factor para tomar en cuenta en la estabilidad personal de cada persona.

Por otro lado, Injo (2021) tuvo como objetivo describir el bienestar psicológico en los adultos que residan en Chiclayo – Lambayeque. Conto con un diseño epidemiológico, tipo observacional y descriptivo. La muestra es de 246 participantes. Se aplicó una encuesta y se utilizó la escala de bienestar psicológico BIEPS – A. Los resultados muestran que, los adultos presentan un nivel alto de 55.3%, es decir que tienen buena capacidad para aceptarse mutuamente, desarrollar relaciones interpersonales y establecer un propósito en la vida. Se puede concluir que, la situación laboral y el clima familiar influyen significativamente en el desarrollo del bienestar psicológico.

Según Flores (2018), quien tuvo como objetivo determinar el nivel de bienestar psicológico según el género de los docentes del Instituto María Montessori. Método cuantitativo, diseño correlacional y comparativo, se aplicó el instrumento de bienestar psicológico – EBP. Su muestra fue de 46 docentes, dividido en 27 mujeres y 19 hombres. Como resultado se evidencia que, las mujeres presentan mayor nivel de bienestar que los hombres. Se concluye que las mujeres tienden a manejar sus emociones y trazarse metas a lograr, lo que permite desarrollar una estabilidad plena en su bienestar emocional.

La presente investigación toma como referencia de los siguientes antecedentes internacionales: García (2017), quien hizo un estudio para evaluar el bienestar psicológico de las personas que laboran y realizan sus prácticas en la procuraduría de los derechos Humanos en el área de maltrato. Contó con enfoque cuantitativo, la técnica fue la encuesta para recopilar los datos. La muestra fue 14

estudiantes universitarios y 11 trabajadores de la unidad de maltrato, se evaluó con la prueba de Bienestar Psicológico de adaptación española, los resultados obtenidos fueron; un alto nivel en las dimensiones de auto aceptación, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida, se evidenció un nivel medio en las áreas de autonomía y relaciones positivas. Se concluyó demostrando que los jóvenes y adultos mantienen un nivel por encima del promedio, lo cual significa que tienen un buen bienestar psicológico, logrando apreciar sus metas y objetivos.

Sánchez (2019) en su investigación tuvo como finalidad analizar el grado de bienestar psicológico en docentes de la escuela Preparatoria Oficial Nro.65. Es de tipo descriptivo, transversal. La muestra es de 14 docentes, con edades de 24 a 62 años. Se usó la escala de bienestar psicológico de Ryff (1995) adaptada por Díaz (2006). Los resultados muestran, en la dimensión autoaceptación con un nivel bajo de 42.9%; la dimensión de Relaciones Positivas 35.7% como moderado; en la dimensión de Autonomía con un nivel moderado de 50.0 %; la dimensión del Dominio del entorno con nivel bajo de 42.9%; por su parte la dimensión Crecimiento Personal el 90.7 % presento un nivel alto, y finalmente la dimensión de Propósito en la vida, con un 55.6% en un nivel moderado. Se concluye que, la mayoría de docentes consideran a la dimensión crecimiento personal como la adecuada para su formación, y las actividades que la acompañan, pudiendo ser los juegos de mesa, taller de relajación, o desarrollo de fortalezas, manejo de emociones y resolución de conflictos.

(Moysén, et al., 2018) tuvo como objetivo evaluar el bienestar psicológico de los docentes universitarios. Se contó con un diseño no experimental, tipo cuantitativo. Tiene una muestra de 480 docentes. Se aplicó la escala de bienestar Riff adaptado por (Díaz, 2006). Los resultados muestran diferencias, en cuanto a las dimensiones crecimiento personal y propósito de vida, siendo las mujeres quienes predominan en relación a bienestar del docente. Se concluye que, los docentes argumentan tener gran interés e ilusión por trabajar con los alumnos para conocer los progresos. Se evidencia resultados positivos y significativos, ya que estas experiencias les generan bienestar psicológico.

Cabezas (2020) su objetivo fue a analizar qué características laborales y personales predicen el bienestar docente. Tiene un diseño cuantitativo –

descriptivo, de corte transversal. Se realizó una encuesta a 6064 profesores a nivel nacional, realizada en el contexto de pandemia. Los resultados muestran que, principalmente las docentes mujeres presentan problemas para concentrarse en sus actividades con un 64.7 %, a diferencia de los varones con 53.2% cuentan con mayor nivel en la dimensión autonomía y propósito en la vida. La autora concluye en que los profesores varones predominan en cuanto a la dimensión relaciones interpersonales y estabilidad emocional, a diferencia de las mujeres.

Ryff (1989) define al bienestar psicológico como aquel desarrollo y crecimiento de habilidades personales, en donde un individuo muestra características de lograr la felicidad y una conducta positiva. En esta teoría se propone seis dimensiones, con las cuales se logra demostrar la actitud positiva o negativa del ser humano; Autonomía: como el auto determinismo para resistirse a las presiones externas, pensar y actuar de forma individual, regulando el comportamiento y pensamientos según los propios criterios, se puede adaptar a las presiones sociales. Dominio del entorno, sentido de dominio y competencia, en relación al entorno, controla y hace uso de las oportunidades que lo rodean y sea capaz de elegir. Crecimiento Personal, es una sensación de desarrollo continuo, se conoce a sí mismo y crea nuevas experiencias, con el fin de mejorar su potencial, se sentirá mejor si sigue mejorando y refleje resultados eficaces.

Con respecto a las relaciones positivas con los demás el individuo cuida las relaciones afectivas y calidades con otras personas; desarrolla la empatía, preocupándose en bienestar de los demás, comprende que el dar y recibir son pilar fundamental de las relaciones humanas. Propósito en la vida: presenta objetivos y metas a cumplir, prueba que las experiencias del pasado enseñan y dan un propósito para seguir, se auto motiva con cada logro en su vida y la dimensión Auto aceptación: en donde el individuo posee una actitud positiva sobre sí mismo, reconoce y confía, analiza las cualidades positivas y negativas, asume las situaciones y se muestra positivo ante la vida.

Con relación al bienestar psicológico, en términos generales se define como la situación de encontrarse o estar cómodo, saludable o feliz. Para el caso de los docentes, quienes emplean energía educando a sus estudiantes, son quienes muchas veces destinan su tiempo, esfuerzo y energía, que puede no reflejarse en

el rendimiento de sus alumnos, lo cual impactaría en el bienestar psicológico del propio docente (Holmes, 2020).

De acuerdo con Kinderen (2021) el bienestar psicológico, ha recibido una atención cada vez mayor a medida que los académicos han comenzado a reconocer la necesidad de ampliar la definición de bienestar más allá de solo sentirse bien para incluir el buen funcionamiento integral. Particularmente en el lugar de trabajo, existe un interés creciente en lo que el bienestar eudaimónico puede agregar a un contexto que se enfrenta a los avances tecnológicos en curso y los cambios sociales que afectan la forma en que se trabaja hoy en día.

Asimismo, Pérez (2017) planteó una definición según su adaptación y conceptualizo al bienestar psicológico como, el desarrollo y crecimiento de las capacidades personales de cada persona, la investigadora percibe al individuo como un ser multidimensional, ya que toma más importancia a las respuestas dinámicas y prácticas. Por otro lado, esta posición permite las discrepancias, ya que la edad y la madurez influyen en el bienestar psicológica, y fortalece cada dimensión, contribuyendo de forma paulatina a otras. Por su parte, lo dividió en 6 dimensiones: autonomía, auto aceptación, relaciones positivas, dominio del entorno, propósito de vida y crecimiento personal; con la validación de 35 ítems, según su versión adaptada al contexto peruano. Se relaciona con la psicología positiva, ya que evalúa la formación del pensamiento y actitud de cada individuo, la relación familiar y las variables que pueden influir, pudiendo ser; las amistades, el ámbito laboral, las experiencias negativas y/o positivas, los hábitos en cuanto a lugares o centros de esparcimiento y la aceptación de uno mismo.

Gaxiola y Palomar (2016) el bienestar psicológico se relaciona al bienestar subjetivo, es un tema que estudia otras disciplinas sociológicas y pedagógicas. Cuando se escucha por primera vez, las reacciones más frecuentes son la incredulidad, y que no se pueda medir lo subjetivo. En efecto las emociones como felicidad no se pueden medir, pero tiene una respuesta objetiva, que se puede evaluar. Se cree que el bienestar subjetivo se puede medir mediante las experiencias y comparar con otros métodos de evaluación, el bienestar se presenta como una actividad académica centrada en la investigación, con relación significativa en cuanto a felicidad en diferentes contextos.

Algunas personas presentan bienestar psicológico, al sentirse feliz con uno mismo, pese a ser conscientes de sus límites, mantener relaciones con los demás, individualismo y satisfacción de las necesidades, muestran propósitos que orientan sus esfuerzos, mejorando las dinámicas de aprendizaje y mejora de las capacidades personales. El pensamiento valorativo de bienestar psicológico influye en el desarrollo para afrontar dificultades de la vida y las situaciones estresantes en el transcurso de ésta.

El bienestar psicológico está relacionado netamente con estado mental y emocional que establece la actividad psíquica afectiva de la persona según su modelo individual y la forma de adecuarse a los requerimientos internos y externos del área física y social (Ryff y Keyes, 2012).

A continuación se presentan las dimensiones de la variable: Bienestar psicológico, en primer lugar la auto aceptación, dentro de la posición eudaimónica enraíza también en conocimiento de uno mismo, en descubrir de manera apropiada y muy detallada nuestras actuaciones, estímulos y emociones (Ryff y Keyes 2012)

En segundo lugar, las relaciones positivas con otras personas tienen una gran diversidad de contribuciones teóricas que hablan de la importancia del amor, las relaciones interpersonales y la intimidad. Reconoce que la capacidad de amar es también una parte importante para la salud mental. El hombre necesita mantener las relaciones sociales estables y tener amistades en lo que pueda fiar. La capacidad para amar es un elemento fundamental del bienestar y en consecuencia de la salud mental (Ryff, 1989).

En tercer lugar la autonomía, para poder mantener una propia individualidad en diferentes realidades sociales, las personas tienen que ponerse en sus propias certezas y sostener su independencia y autoridad personal. Las personas que tienen una autonomía alta pueden ser capaces de resistir la presión social y manejar mejor su comportamiento Ryff (1989).

En cuarto lugar está la dimensión del dominio del entorno, está vinculada con el paradigma existencial, en la cual busca el sentido de vivir de los seres humanos, es la habilidad para favorecer ambientes favorables y satisfacer sus

necesidades propias. Las personas con mayor dominio de su entorno tienen la capacidad de aportar en el ambiente de su entorno Ryff (1989).

En quinto lugar se encuentra la dimensión del propósito en la vida que está netamente relacionado con el paradigma existencial. Trata de las expectativas personales, metas, intenciones y busca el sentido de dirección de la persona. Esto implica tener un propósito en la vida y batallar para alcanzarlo Ryff (1989).

Por último, la dimensión de crecimiento personal se refiere a la búsqueda permanente de las habilidades, capacidades, talentos y oportunidades para el desarrollo personal y para desarrollar su potencial. Implica una actividad efectiva y de desarrollo sobresaliente de la potencialidad humana Ryff (1989).

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

La investigación es de enfoque cuantitativo, puesto que en este enfoque se utiliza la recolección de datos y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis formuladas previamente, además confía en la medición de variables e instrumentos de investigación (Ñaupas, et al., 2018).

Asimismo, la investigación es de diseño no experimental dado que los datos que se obtienen no se manipulan. Puesto que se trata de estudios en los que no haces variar en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables. Lo que se efectúa en la investigación no experimental es observar o medir fenómenos y variables tal como se dan en su contexto natural, para analizarlas (Hernández y Mendoza, 2018).

El estudio descriptivo, porque su propósito es describir o caracterizar las propiedades, aspectos, cualidades, componentes del bienestar psicológico en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19. Los estudios descriptivos pretenden especificar las propiedades, características y perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis (Hernández y Mendoza, 2018).

3.2. Variables y operacionalización

La definición conceptual de la variable bienestar psicológico, está dada por su definición o concepción teórica, al respecto, se precisa que el bienestar psicológico está relacionado netamente con estado mental y emocional que establece la actividad psíquica afectiva de la persona según su modelo individual y la forma de adecuarse a los requerimientos internos y externos del área física y social (Ryff y Keyes, 2012).

La definición operacional del variable bienestar psicológico es medida a través de la escala de Ryff, la cual analiza las dimensiones siguientes:

autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, crecimiento personal.

El presente estudio descriptivo, se ha considerado la variable de investigación, bienestar psicológico. Dicha variable considera en primer lugar, la dimensión auto aceptación de la cual se elaboraron los ítems del 1 al 7, siendo a la vez los rangos del baremo, “bajo” de 7 a 15 puntos, nivel “medio” de 16 a 24 puntos y nivel “alto” de 25 a 35 puntos. En cuanto a la segunda dimensión relaciones positivas los ítems considerados fueron de 8 al 13, asimismo el baremo para la interpretación se consideró “bajo” de 7 a 15 puntos, nivel “medio” de 16 a 24 puntos y nivel “alto” de 25 a 35 puntos.

Luego para la tercera dimensión autonomía se ha considerado los ítems de 14 al 17, siendo a la vez los rangos del baremo, “bajo” de 5 a 11 puntos, nivel “medio” de 12 a 18 puntos y nivel “alto” de 19 a 25 puntos. En cuanto a la cuarta dimensión dominio del entorno los ítems considerados fueron de 18 al 23, asimismo el baremo para la interpretación se consideró “bajo” de 7 a 15 puntos, nivel “medio” de 16 a 24 puntos y nivel “alto” de 25 a 35 puntos. En cuanto para la quinta dimensión propósito en la vida los ítems considerados fueron de 24 al 31, asimismo el baremo para la interpretación se consideró “bajo” de 8 a 18 puntos, nivel “medio” de 19 a 29 puntos y nivel “alto” de 30 a 40 puntos.

Finalmente para la dimensión crecimiento personal se ha considerado los ítems de 32 al 35, siendo a la vez los rangos del baremo, “bajo” de 5 a 11 puntos, nivel “medio” de 12 a 18 puntos y nivel “alto” de 19 a 25 puntos, siendo a la vez los rangos del baremo, “bajo” de 5 a 11 puntos, nivel “medio” de 12 a 18 puntos y nivel “alto” de 19 a 25 puntos. Asimismo la escala utilizada fue escala tipo Likert desde: 1 - Totalmente en desacuerdo, 2 - En desacuerdo, 3 - Ni de acuerdo ni en desacuerdo, 4 - De acuerdo y 5 Totalmente de acuerdo (Ver Anexo 3).

3.3. Población

En estadística, la población es la agrupación completa del cual se extraen las muestras estadísticas. La población puede referirse a toda la población, objetos,

eventos, etc. Por lo tanto, es la totalidad que se pretende observar Hernández y Mendoza (2018) la población fue de 65 trabajadores de la IE 1260 El Amauta.

Asimismo, se aplicaron los siguientes criterios de inclusión: docentes, directivos, personal administrativo que mantienen vínculo laboral con la institución educativa (nombrado y contratado, de ambos sexos, con aceptación voluntaria, consentimiento informado de los participantes del presente estudio (Anexo 11).

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Dada las circunstancias la técnica para recolectar los datos fue la encuesta, la misma que fue realizada de manera remota con ayuda de la plataforma Google Forms. Esta técnica es el procedimiento por el cual, el tesista o investigador recopila información o dará, por medio de un cuestionario elaborado, con la finalidad de conocer opiniones sobre un determinado problema (Hinojosa, 2017).

El instrumento para la recolección de datos fue la Escala de Bienestar Psicológica de Ryff, la cual fue adaptada por Pérez (2017), con las adaptaciones que hizo se redujo a 35 ítems, este instrumento de medición que, por definición va a plasmar las interrogantes, los fines y las conjeturas que nos hemos planteado en la formulación de nuestros problemas Hinojosa (2017) fue validado mediante el procedimiento de juicio de expertos, obteniéndose los certificados de validez en el Anexo 7 de la presente investigación.

3.5. Procedimientos

Debido a la pandemia del Covid-19, el proceso de recojo de datos y aplicación de la encuesta se realizó de forma remota, empleando el formulario virtual sobre el Bienestar psicológico, dicho cuestionario constó de 35 ítems, previamente a la aplicación del instrumento se realizaron las coordinaciones con el director de la IE, que fue a través de llamadas y WhatsApp. Por otro lado se tuvo que hacer llamadas a los docentes en la cual se especificó que el estudio considera la participación voluntaria de los docentes, administrativos y directivos, previa aceptación a través de un consentimiento informado (Anexo 10). En el Anexo 9 se encuentra, la autorización de aplicación del instrumento.

3.6. Método de análisis de datos

Para el estudio de datos se consideraron el análisis descriptivo e inferencial, en primera instancia, se organizó la base de datos en Excel según niveles y rangos establecidos en la operacionalización, tabulación y representación gráfica de los resultados, como la contratación de la hipótesis general y específica planteada. Los resultados se presentaron en tablas de frecuencia, tablas cruzadas, gráficos de barras simples, pruebas de hipótesis evaluadas con el criterio de nivel de significancia 5%, empleando el programa informático estadístico SPSS v. 25.

3.7. Aspectos éticos

En el desarrollo de la tesis se consideraron los criterios de respeto a los principios y valores, destacando lo siguiente: el cumplimiento de los lineamientos de investigación presentados por la UCV, asimismo, se registró con la autoría de los textos y otras referencias usadas en la presente investigación, y el respeto al anonimato de los encuestados, además los datos de las encuestas son veraces y confiables. El software antiplagio es menor a 25 (Anexo 8). Finalmente, se ha consideradora el criterio de autenticidad (Anexo 1).

IV. RESULTADOS

4.1 Datos descriptivos de la muestra según factores sociodemográficos por sexo

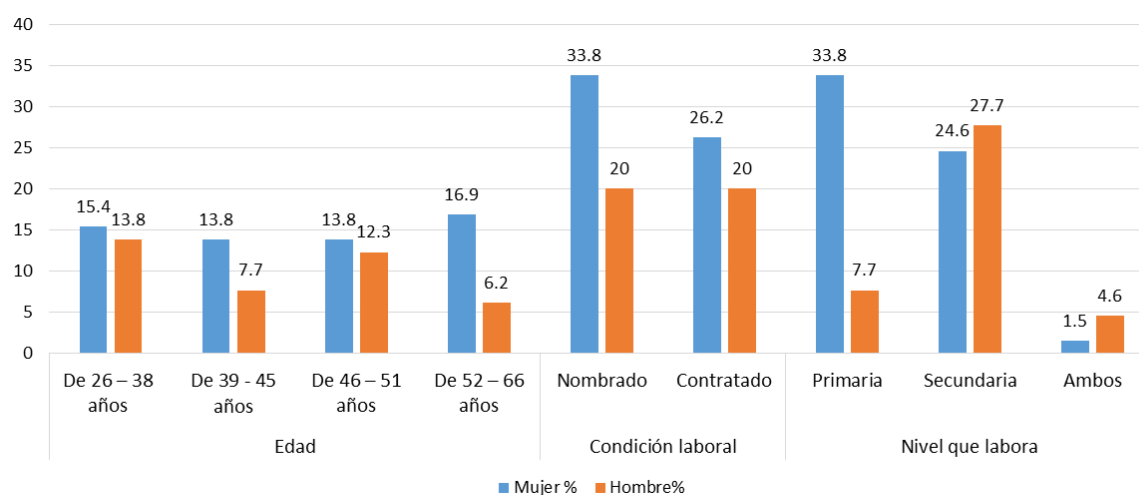
Tabla 1

Distribución de la muestra de trabajadores según variables sociodemográficas por sexo

Datos Sociodemográficos		Mujer		Hombre	
		f	%	f	%
Edad	De 26 – 38 años	10	15.4	9	13.8
	De 39 - 45 años	9	13.8	5	7.7
	De 46 – 51 años	9	13.8	8	12.3
	De 52 – 66 años	11	16.9	4	6.2
Condición laboral	Nombrado	22	33.8	13	20.0
	Contratado	17	26.2	13	20.0
Nivel que labora	Primaria	22	33.8	5	7.7
	Secundaria	16	24.6	18	27.7
	Ambos	1	1.5	3	4.6

Figura 1

Distribución de la población de trabajadores según variables sociodemográficas



En la tabla 1 y la figura 1, se observó que en la muestra predominaron las docentes de sexo femenino con un 59,9% respecto del total de trabajadores, en cuanto la condición laboral de nombrado y contratado predomina el sexo femenino con un 60%, mientras que un 40% de varones en total, con relación a nivel que labora el personal docente, cabe señalar que en nivel primaria la diferencia es marcada con un 33,8% de mujeres respecto a 7.7% de hombres, mientras que en secundaria, es inverso, hubo 27.7% de hombres frente a 24.6% de mujeres y en el caso de ambos niveles de enseñanza, la diferencia es marcada, con un 4.6% de hombres respecto a 1.5% de mujeres.

4.3. Tablas de contingencia

Como parte del análisis descriptivo, a modo de obtener mayor detalle de las posibles relaciones o asociaciones entre variables y dimensiones de estudio, se presenta el análisis de tablas cruzadas o de contingencia para evidenciar las asociaciones o cruces entre variables sociodemográficas, representada por sexo de los trabajadores con las dimensiones del bienestar psicológico, a continuación:

Tabla 2
Nivel de bienestar psicológico según sexo

Dimensiones	Nivel	Rango	Mujer		Hombre	
			f	%	f	%
Bienestar Psicológico	Bajo	[7- 15]	0	0	0	0
	Medio	[16-24]	26	40.0	15	23.1
	Alto	[25-35]	13	20.0	11	16.9
D1. Auto aceptación	Bajo	[7- 15]	f	%	f	%
	Medio	[16-24]	21	32.3	11	16.9
	Alto	[25-35]	18	27.7	15	23.1
D2. Relaciones Positivas	Bajo	[7- 15]	f	%	f	%
	Medio	[16-24]	35	53.8	25	38.5
	Alto	[25-35]	4	6.2	1	1.5
D3. Dominio del entorno	Bajo	[7- 15]	f	%	f	%
	Medio	[16-24]	29	44.6	22	33.8
	Alto	[25-35]	7	10.8	4	6.2

			f	%	f	%
D4. Crecimiento Personal	Bajo	[5 - 11]	4	6.2	3	4.6
	Medio	[12 - 18]	31	47.7	22	33.8
	Alto	[19 - 25]	4	6.2	1	1.5
			f	%	f	%
D5. Autonomía	Bajo	[5 - 11]	5	7.7	1	1.5
	Medio	[12 -18]	32	49.2	25	38.5
	Alto	[19 -25]	2	3.1	0	0
			f	%	f	%
D6. Propósito en la vida	Bajo	[8- 18]	0	0	0	0
	Medio	[19 - 29]	21	32.3	19	29.2
	Alto	[30 - 40]	18	27.7	7	10.8

Como se observa en la tabla, el nivel de bienestar psicológico presenta un nivel medio para mujeres de 40% en tanto que para hombres fue de 23%, mientras que para el nivel alto; en hombres fue de 17% y en mujeres de 2820 mostrándose diferencias más amplias en el nivel medio y en general las mujeres destacaron en cada nivel de bienestar psicológico respecto a los hombres en dicha institución educativa.

Como se muestra en la tabla, respecto al nivel de autoaceptación es medio o regular para mujeres fue de 32% mientras que para hombres fue de 17%, en tanto el nivel alto fue de 28% y el nivel en hombres fue de 23%, mostrándose diferencias donde las mujeres en su mayoría tuvieron mayores niveles de aceptación con relación a su bienestar psicológico.

Como se presenta en la tabla, el nivel de relaciones positivas medio para mujeres fue de 54% mientras que para hombres fue de 38%, en tanto el nivel alto fue de 6% y el nivel en hombres fue de 2%, mostrándose diferencias donde las mujeres en su mayoría tuvieron mayores niveles de relaciones positivas respecto de los hombres en dicha I.E. El Amauta, distrito de Ate, Lima.

Como se visualiza en la tabla, el nivel de dominio del entorno presenta un nivel bajo en mujeres de 5%, mientras que existe también un nivel medio para mujeres de 45% en tanto que para hombres fue de 34%, por otra parte el nivel alto en hombres fue de 6%, mostrándose diferencias donde las mujeres en su mayoría tuvieron mayores niveles de dominio del entorno aun siendo bajo, de 11% respecto de los hombres en dicha institución educativa.

Como es presentada en la tabla, el nivel de crecimiento personal presenta un nivel bajo en mujeres de 6% y en hombres de 5%, mientras que existe también un nivel medio para mujeres de 48% en tanto que para hombres fue de 34%, por otra parte el nivel alto en

hombres fue de 2% y en mujeres de 6%, mostrándose diferencias donde las mujeres destacan en cada nivel respecto de los hombres en dicha institución educativa.

Como se observa en la tabla, el nivel de autonomía presenta un nivel bajo en mujeres de 8% y en hombres de 2%, mientras que existe también un nivel medio para mujeres de 49% en tanto que para hombres fue de 38%, por otra parte el nivel alto en mujeres de 3%, mostrándose diferencias donde las mujeres destacan en cada nivel de autonomía frente a los hombres en dicha institución educativa.

Como se muestra en la tabla, el nivel de propósito en la vida presenta un nivel medio para mujeres de 32% en tanto que para hombres fue de 29%, mientras que para el nivel alto; en hombres fue de 11% y en mujeres de 28%, mostrándose diferencias más amplias en el nivel alto y en general las mujeres destacaron en cada nivel respecto de los hombres en dicha institución educativa.

4.4. Contratación de hipótesis

Prueba de hipótesis general

H0: No existe diferencia en el nivel de bienestar psicológico entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.

H1: Existe diferencia en el nivel de bienestar psicológico entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.

Nivel de confianza: 95%

Regla decisión:

Si p-valor < alfa; se rechaza H0

Si p-valor > alfa; no se rechaza H0

Tabla 3

Rangos de prueba U-Mann Whitney hipótesis general

	Sexo	N	Rango promedio	Suma de rangos	Sig.Asintótica	Z
BIENESTAR PSICOLÓGICO	Mujer	39	32,77	1278,00	U de Mann-Whitney .0.904	-.121
	Hombre	26	33,35	867,00		
	Total	65				

Según los resultados de la prueba U de Mann Whitney mostrados en la tabla anterior, se observó que en la variable bienestar psicológico entre docentes varones y damas de la institución educativa no existe diferencia en el rango promedio (32,77 y 33,35), Tal como se muestra en las tabla anterior se obtuvo un nivel de sig. Asintótica (bilateral) de .904, esto significa que este p-valor es mayor al 0.05 o 5%, por tanto no existe evidencia suficiente para rechazar la hipótesis nula (H0), la cual señala que no existe diferencia en el nivel de bienestar psicológico entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.

Prueba de hipótesis de la diferencia entre varones y damas según dimensiones de la variable bienestar psicológico

Prueba de hipótesis

H0: No existe diferencia en el nivel de aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, crecimiento personal entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.

H1: Existe diferencia en el nivel de aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, crecimiento personal entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.

Nivel de confianza: 95%

Regla decisión:

Si p-valor < alfa; se rechaza H0

Si p-valor > alfa; no se rechaza H0

Tabla 4

Rangos de prueba U-MannWhitney

	Sexo	N	Rango promedio	Suma de rangos	Sig.Asintótica	Z
Aceptación	Mujer	39	32,42	1264,50	U de Mann-Whitney .0.761	-.324
	Hombre	26	33,87	880,50		
	Total	65				
Relaciones positivas	Mujer	39	31,56	1231,00	U de Mann-Whitney .0.450	-.756
	Hombre	26	35,15	914,00		
	Total	65				
Autonomía	Mujer	39	31,68	1235,50	U de Mann-Whitney .0.485	-.698
	Hombre	26	34,98	909,50		
	Total	65				
Dominio del entorno	Mujer	39	31,56	1231,00	U de Mann-Whitney .0.451	-.754
	Hombre	26	35,15	914,00		
	Total	65				

Propósito en la vida	Mujer	39	35,83	1397,50	U de Mann-Whitney .0.137	-1.487
	Hombre	26	28,75	747,50		
	Total	65				
Crecimiento personal	Mujer	39	34,56	1348,00	U de Mann-Whitney .0.410	-.824
	Hombre	26	30,65	797,00		
	Total	65				

Según los resultados de la prueba U de Mann Whitney mostrados en la tabla anterior, se observó que en las dimensiones: nivel de aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, crecimiento personal entre docentes varones y damas de la institución educativa no existe diferencia en el rango promedio (32,42 y 33,87), (31,56 y 35,15), (31,68 y 34,98), (31,56 y 35,15), (35,83 y 28,75) y (34,56 y 30,65), asimismo se obtuvieron las sig. Asintóticas (bilateral) de .761, .450, .485, .451, .137, .410, esto significa que cada p-valor obtenido es mayor al 0.05 o 5%, por tanto no existe evidencia suficiente para rechazar la hipótesis nula (H0), concluyendo que no existe diferencia en las dimensiones de la variable bienestar psicológico entre trabajadores varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.

V. DISCUSIÓN

Los resultados y hallazgos más relevantes sobre el bienestar psicológico en trabajadores son comparados, analizados y presentados a continuación. Destacando los aspectos convergentes y divergentes encontrados con otras investigaciones, a saber:

De acuerdo con Kinderen (2021) el bienestar psicológico, ha recibido una atención cada vez mayor a medida que los académicos han comenzado a reconocer la necesidad de ampliar la definición de bienestar más allá de solo sentirse bien para incluir el buen funcionamiento integral. Particularmente en el lugar de trabajo, existe un interés creciente en lo que el bienestar eudaimónico puede agregar a un contexto que se enfrenta a los avances tecnológicos en curso y los cambios sociales que afectan la forma en que se trabaja hoy en día.

En primer lugar, se realizó un análisis de los datos de la muestra, evidenciando que ciertas características más resaltantes, tales como la predominancia de docentes de sexo masculino con un 62% en las edades 52 a 66 años respecto a 17% de mujeres del mismo rango etario, en cuanto a la condición laboral en la categoría de nombrado existe un 34% de mujeres frente a un 20% de hombres y en condición contratado la proporción es menor de 26% a 20% de sexo masculino, en tanto que, con relación al nivel laboral de los docentes existieron diferencias en primaria, donde un 25% de mujeres frente a 8% de hombres, mientras que en secundaria hubo 25% de mujeres frente a 28% de varones, en el caso de ambos niveles donde laboran los docentes, la diferencia es marcada, con un 46% de hombres respecto a 15% de mujeres. Estos resultados guardan relación, con los hallazgos de Paucar y Pari (2017), cuyos resultados evidenciaron que las mujeres trabajadoras presentaron mayor nivel de bienestar psicológico con un 89% que los varones correspondiente al 21% en la institución donde laboran.

Con relación a la importancia del bienestar psicológico, según Saldaña, Polo-Vargas, Gutiérrez-Carvajal, Madrigal (2020) sostuvieron que el bienestar psicológico se relaciona de manera inversa con factores de riesgo y con el estrés de forma directa, dentro de esos hallazgos se identificó que los factores de características de liderazgo, claridad en las funciones, de relaciones sociales en el trabajo y la violencia, son factores determinantes para evitar el estrés laboral y

mantener el bienestar psicológico de los trabajadores. Al respecto del bienestar psicológico de trabajadores en instituciones, de acuerdo con Suarez (2019) quien manifestó que en general los colaboradores se encuentran en un nivel bueno de bienestar al igual que por sus dimensiones, asimismo cabe precisar que los resultados obtenidos por la variable edad demostraron que los adultos mayores tuvieron mejor bienestar psicológico que los adultos emergentes, en cuanto a los resultados por estado civil, quienes evidenciaron un mayor bienestar psicológico son aquellos en situación de convivencia.

En primer lugar, con relación a la hipótesis general sobre las diferencias entre hombres y mujeres sobre bienestar psicológico se obtuvo que a un nivel medio para mujeres de 40% en tanto que para hombres fue de 23%, mientras que para el nivel alto; en hombres fue de 17% y en mujeres de 20%, mostrándose diferencias más amplias en el nivel medio y en términos generales, las mujeres destacaron en cada nivel de bienestar psicológico respecto a los hombres en dicha institución educativa. De acuerdo con Flores (2018) evidenció que, las mujeres presentaron mayor nivel de bienestar psicológico que los hombres, con respecto a ello se concluye que las mujeres tienden a manejar sus emociones y trazarse metas a lograr, lo que les permitió desarrollar una estabilidad plena en su bienestar emocional.

Por su parte, Shin, Nadya, Hotaka (2017) quienes examinaron la importancia del trabajo en los adultos de mediana edad y cómo se relacionaba ésta con su bienestar psicológico, determinaron que los adultos que son psicológicamente más sanos tenían sus necesidades de supervivencia satisfechas a través de su trabajo, se sentían conectados con las personas en el trabajo y satisfacían sus necesidades de autodeterminación a través de la experiencia de participar en actividades en el trabajo.

A nivel inferencial, según los resultados dada la aplicación de la prueba U de Mann-Whitney mostrados previamente, se observó que en la variable bienestar psicológico entre docentes varones y damas de la institución educativa no existe diferencia en el rango promedio (32,77 y 33,35), Tal como se muestra en las tabla 4, en la cual se obtuvo un nivel de sig. Asintótica (bilateral) de .904, con un p-valor mayor al 0.05 o 5%, por tanto no existe evidencia suficiente para rechazar la

hipótesis nula (H0), la cual señala que no existe diferencia en el nivel de bienestar psicológico entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.

De acuerdo con Matud, López-Curbelo y Fortes (2019), quienes realizaron un estudio cuyo objetivo fue examinar la relevancia del género para el bienestar psicológico de las personas adultas a través de un estudio transversal con una muestra de 1.700 hombres y 1.700 mujeres de la población general española, determinaron que las edades de la muestra oscilaban entre los 21 y los 64 años y se evaluaron con las Escalas de bienestar psicológico de Ryff y el Inventario de roles sexuales. Los resultados evidenciaron que los hombres puntuaron más alto que las mujeres en autoaceptación y autonomía, y las mujeres puntuaron más alto que los hombres en crecimiento personal y relaciones positivas con los demás, en cuanto la adhesión de los roles y ocupaciones tradicionales de género fueron relevantes para el bienestar de las mujeres y los hombres españoles, y las mujeres y hombres, cuyo autoconcepto incluía tanto características masculinas-instrumentales como femeninas-expresivas, las que tuvieron un mayor bienestar psicológico.

Los resultados de este estudio mostraron las implicaciones prácticas y pueden ser útiles para el diseño de políticas y estrategias destinadas a incrementar el bienestar de la población y lograr una mayor igualdad de género dentro de la entidad educativa. Posteriormente, con relación a las hipótesis específicas

Con relación al nivel de bienestar psicológico, éste presentó un nivel medio para mujeres de 40% en tanto que para hombres fue de 23%, mientras que para el nivel alto; en hombres fue de 17% y en mujeres de 28% mostrándose diferencias más amplias en el nivel medio y en general las mujeres destacaron en cada nivel de bienestar psicológico respecto a los hombres en dicha institución educativa.

Respecto al nivel de autoaceptación fue medio o regular para mujeres fue de 32% mientras que para hombres fue de 17%, en tanto el nivel alto fue de 28% y el nivel en hombres fue de 23%, mostrándose diferencias donde las mujeres en su mayoría tuvieron mayores niveles de aceptación con relación a su bienestar psicológico.

Respecto al nivel de relaciones positivas medio para mujeres fue de 54% mientras que para hombres fue de 38%, en tanto el nivel alto fue de 6% y el nivel en hombres fue de 2%, mostrándose diferencias donde las mujeres en su mayoría tuvieron mayores niveles de relaciones positivas respecto de los hombres en dicha I.E. El Amauta, distrito de Ate, Lima.

Con relación al nivel de dominio del entorno presentó un nivel bajo en mujeres de 5%, mientras que existió también un nivel medio para mujeres de 45% en tanto que para hombres fue de 34%, por otra parte el nivel alto en hombres fue de 6%, mostrándose diferencias donde las mujeres en su mayoría tuvieron mayores niveles de dominio del entorno aun siendo bajo, de 11% respecto de los hombres en dicha institución educativa.

Por otro lado, con respecto al nivel de crecimiento personal, este presentó un nivel bajo en mujeres de 6% y en hombres de 5%, mientras que existió también un nivel medio para mujeres de 48% en tanto que para hombres fue de 34%, por otra parte, el nivel alto en hombres fue de 2% y en mujeres de 6%, mostrándose diferencias donde las mujeres destacaron en cada nivel respecto de los hombres en dicha institución educativa.

En tanto que, para el nivel de autonomía, se evidenció un nivel bajo en mujeres de 8% y en hombres de 2%, mientras que existe también un nivel medio para mujeres de 49% en tanto que para hombres fue de 38%, por otra parte el nivel alto en mujeres de 3%, mostrándose diferencias donde las mujeres destacan en cada nivel de autonomía frente a los hombres en dicha institución educativa.

De igual manera, en la investigación realizada por Cabezas (2020) los resultados mostraron que, principalmente las docentes presentaron problemas para concentrarse en sus actividades con un 64.7 %, a diferencia de los varones con 53.2%, quienes contaron con mayor nivel en la dimensión autonomía y propósito en la vida. Siendo así, los varones predominaron en mayor medida dentro de la dimensión relaciones interpersonales y estabilidad emocional, a diferencia de las mujeres de la muestra analizada.

De igual manera, con relación al nivel de propósito en la vida, este presentó un nivel medio para mujeres de 32% en tanto que para hombres fue de 29%, mientras que para el nivel alto; en hombres fue de 11% y en mujeres de 28%,

mostrándose diferencias más amplias en el nivel alto y en general las mujeres destacaron en cada nivel respecto de los hombres en dicha institución educativa. Moysén et al, (2018) los resultados mostraron diferencias por sexo, en cuanto a las dimensiones crecimiento personal y propósito de vida, siendo las mujeres quienes predominaron con relación a bienestar del docente.

De acuerdo con Charry et al,(2020) el constructo de autonomía aparece en la literatura asociado al bienestar psicológico individual. En el modelo de Ryff, la autonomía se presenta como una de las dimensiones del bienestar, junto con la autoaceptación, las relaciones positivas con los demás, el dominio del medio ambiente, el propósito en la vida y el crecimiento personal. Dicho estudio comparó los niveles de autonomía y bienestar psicológico entre jóvenes españoles y colombianos.

En dicha investigación se utilizaron las escalas de Ryff de Bienestar Psicológico y Transición a la Autonomía de la Edad Adulta (BPTAEA) en una muestra de 1.146 jóvenes de entre 16 y 21 años; 506 españoles y 640 colombianos. Los resultados mostraron diferencias en la autonomía y en dos de las cuatro dimensiones propuestas por la BPTAEA: auto organización y pensamiento crítico. Asimismo, se observaron diferencias importantes en las subescalas de relaciones positivas y propósito en la vida. Se discutió sobre la importancia de los factores contextuales en el desarrollo del bienestar psicológico y la autonomía en los jóvenes en transición a la edad adulta.

Cabe esperarse este resultado, de acuerdo con López (2018) puesto que en investigaciones previas realizadas en grupos de adultos, se obtuvo que hay una tendencia a expresar niveles bajos de bienestar psicológico, mientras que, hacia el interior se hallan niveles medios en las dimensiones nivel de aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, crecimiento personal. De igual manera, los resultados evidenciaron la inexistencia de diferencias significativas del bienestar psicológico percibido, en las variables: edad, estado civil, género, ocupación, nivel escolar y cantidad de miembros con los que reside.

Nierenberg et al (2017) investigación la relación entre las características organizacionales y el bienestar psicológico en una muestra de 416 estudiantes de

posgrado, donde los hallazgos demostraron que el bienestar psicológico se correlacionó inversamente con el bienestar organizacional, lo que sugiere que una mayor disfunción en el lugar de trabajo se asociaría con una disminución bienestar psicológico.

Los resultados correspondieron a estudios previos, los mismos que establecieron relaciones entre los factores ambientales del lugar de trabajo y la psicología organizacional. Los resultados obtenidos proporcionaron nuevos hallazgos relacionados con los factores específicos del lugar de trabajo y cómo disminuyen el bienestar psicológico del individuo o colaborador. Asimismo, ocurre en poblaciones adultas jóvenes en Latinoamérica, que también pertenezcan a una institución educativa; no obstante, siendo estudiantes, según Nuñez (2019) donde el bienestar psicológico en estudiantes responde a un nivel promedio en el 45%, seguido de un nivel alto con 44%, lo cual fue positivo, evidenciando que hay una tendencia a la estabilidad emocional mediado por un conjunto de factores, donde destaca principalmente el crecimiento personal como parte de su bienestar psicológico.

Desde otra perspectiva, variables como la presión laboral, el balance de vida-trabajo, afectarían el bienestar psicológico, como lo exponen Saraswati y Lie (2020), quienes estudiaron cómo la presión laboral y el balance de la vida laboral afectarían al bienestar psicológico entre los empleados en una empresa del sector tecnología en Indonesia. Como resultado, este estudio concluyó que el bienestar psicológico fue predominante y significativamente afectado por el balance entre vida y trabajo. Esto probó que los participantes percibían que equilibrar la vida laboral y personal sería un factor esencial para experimentar el bienestar. La presión laboral no fue solo un contribuyente significativo al bienestar psicológico, no condujo o influyó directamente al bienestar, no obstante cuando se combina con el balance entre vida y trabajo, el impacto se volvió mayor.

Según Koburtay (2020), quien buscó enfatizar la importancia teórica que la espiritualidad en el lugar de trabajo puede contribuir a la literatura psicológica. Específicamente, el estudio tuvo como objetivo examinar cómo la espiritualidad Persona-Organización puede mejorar el bienestar psicológico de los empleados, para este caso, los resultados mostraron una congruencia entre la espiritualidad de

los trabajadores y la espiritualidad de su lugar de trabajo, y esta congruencia mejoró significativamente el ajuste de espiritualidad percibido. Los resultados también mostraron que los empleados que experimentaron la espiritualidad en el trabajo tuvieron un mayor bienestar psicológico.

Suleman, et al. (2021), cuyo propósito principal fue examinar el comportamiento de empoderamiento del liderazgo como predictor del bienestar psicológico de los empleados de las instituciones educativas de nivel secundario en la División de Kohat, Pakistán. El estudio confirmó una correlación positiva significativa entre el comportamiento de empoderamiento del liderazgo y el bienestar psicológico de los empleados, en ese sentido, los comportamientos de empoderamiento del liderazgo predicen positivamente el bienestar psicológico de los empleados. Por lo tanto, se recomendó que los líderes escolares adoptasen un comportamiento de empoderamiento para mejorar el bienestar psicológico de los empleados para una mejor productividad organizacional.

Diferentes resultados han sido presentados, en distintos sectores, ámbitos laborales, grupos humanos, principalmente obtenidos de poblaciones adultas. En tanto que, los hallazgos para la presente investigación, desde un análisis estadístico inferencial y de acuerdo con los resultados de la prueba U de Mann Whitney mostrados previamente en el apartado anterior concuerdan con los hallazgos de autores Matud, et al (2019), Lopez(2018), Nuñez (2019), Suarez (2019), Paucar y Pari (2017), se observó que en las dimensiones: nivel de aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, crecimiento personal entre docentes varones y damas de la institución educativa no existe diferencia en el rango promedio (32,42 y 33,87), (31,56 y 35,15), (31,68 y 34,98), (31,56 y 35,15), (35,83 y 28,75) y (34,56 y 30,65), asimismo se obtuvieron las sig. Asintóticas (bilateral) de .761, .450, .485, .451, .137, .410, esto significa que cada p-valor obtenido es mayor al 0.05 o 5%, por tanto no existe evidencia suficiente para rechazar la hipótesis nula (H0), concluyendo que no existe diferencia en las dimensiones de la variable bienestar psicológico entre trabajadores varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.

VI. CONCLUSIONES

- Primero.** El nivel de bienestar psicológico presentó un nivel medio para mujeres de 40% en tanto que para hombres fue de 23.10%, mientras que para el nivel alto; en hombres fue de 16.9% y en mujeres de 20.0% mostrándose diferencias más amplias en el nivel medio y en general las mujeres destacaron en cada nivel de bienestar psicológico respecto a los hombres en la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021. A nivel inferencial, respecto al resultado específico en el nivel bienestar psicológico, no hubo diferencias entre esta variable y el sexo, la cual tiene un ($z = -.121$) y un nivel de significancia ($\text{sig} = 0.904 > 0.05$), lo que indicó que no existen diferencias significativas en el nivel de bienestar psicológico entre docentes varones y damas de la institución educativa en estudio.
- Segundo.** Con relación al resultado específico en el nivel de auto aceptación, no hay diferencias significativas entre el nivel de autoaceptación y el sexo, la cual tiene un ($z = -.324$) y un nivel de significancia ($\text{sig} = 0.761 > 0.05$), lo que indicaría que no existen diferencias significativas en el nivel de aceptación entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.
- Tercero.** Respecto al resultado específico en el nivel de relaciones positivas, no hay diferencias significativas entre el nivel de autoaceptación y el sexo, la cual tiene un ($z = -.756$) y un nivel de significancia ($\text{sig} = 0.450 > 0.05$), lo que indicaría que no existen diferencias significativas en el nivel de relaciones positivas entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.
- Cuarto.** Con relación al resultado específico en el nivel de autonomía, no hay diferencias significativas entre el nivel de autoaceptación y el sexo, la cual tiene un ($z = -.698$) y un nivel de significancia ($\text{sig} = 0.485 > 0.05$), lo que indicaría que no existen diferencias significativas en el nivel de autonomía entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.

- Quinto.** Respecto al resultado específico en el nivel de dominio del entorno, no hay diferencias significativas entre el nivel de autoaceptación y el sexo, la cual tiene un ($z = -.754$) y un nivel de significancia ($\text{sig} = 0.451 > 0.05$), lo que indicaría que no existen diferencias significativas en el nivel de dominio del entorno entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.
- Sexto.** Asimismo, para el resultado específico de nivel de propósito de vida, no hay diferencias significativas entre el nivel de autoaceptación y el sexo, la cual tiene un ($z = -1.487$) y un nivel de significancia ($\text{sig} = 0.137 > 0.05$), lo que indicaría que no existen diferencias significativas en el nivel de propósito de vida entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.
- Séptimo.** Respecto al resultado específico en el nivel de crecimiento personal, no hay diferencias significativas entre el nivel de autoaceptación y el sexo, la cual tiene un ($z = -.824$) y un nivel de significancia ($\text{sig} = 0.0410 > 0.05$), lo que indicaría que no existen diferencias significativas en el nivel de crecimiento personal entre docentes varones y damas de la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.

VII. RECOMENDACIONES

- Primero.** Se sugiere al director de la IE 1260 El Amauta realizar un programa “Valoremos al maestro”, puesto que mostrándose diferencias más amplias en el nivel medio de bienestar psicológico, además donde las mujeres destacaron en cada nivel de bienestar psicológico respecto a los hombres, se hace preciso reforzar conductas, hábitos y fomentar actitudes positivas en los varones para beneficio del grupo y cada trabajador perteneciente a la I.E. N° 1260 EL AMAUTA del distrito de Ate, Lima, 2021.
- Segundo.** Se sugiere al director de la IE 1260 El Amauta realizar actividades recreativas por grupos y en diferentes fechas del año escolar que solo involucre al personal, para fomentar un entorno de bienestar psicológico colectivo e individual, siendo posible a través de actividades calendarizadas o programadas que involucren la participación no solo del personal docente, sino de administrativos, mandos medios y todo el personal que labora en la entidad educativa.
- Tercero.** Se recomienda al psicólogo de la IE 1260 El Amauta llevar a cabo evaluaciones trimestrales sobre el bienestar psicológico de los docentes y del personal administrativo, soporte y demás áreas en la institución a modo de evaluar e ir midiendo los cambios o variaciones para tomar acción sobre ellas de manera oportuna por parte de los responsables de la dirección del colegio.

REFERENCIAS

- Acevedo, A. (2020). *Influencia del bienestar psicológico en el desempeño docente en la Red 13, Ugel 6, Ate, 2020*. Lima, Perú: Universidad Cesar vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/56665/Acevedo_CAS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Alava, A. (2020). *Bienestar psicológico y asertividad de los docentes de la unidad educativa Santa Dorotea ciudad de Quito, 2019*. Quito, Ecuador: Universidad Tecnológica Indoamérica. Obtenido de <http://201.159.222.95/bitstream/123456789/1591/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION%20ALAVA%20MU%C3%91OZ%20ANDREA%20KAROLINA.pdf>
- Braun, S.S., Roeser, R.W., Mashburn, A.J. et al. Middle School Teachers' Mindfulness, Occupational Health and Well-Being, and the Quality of Teacher-Student Interactions. *Mindfulness* 10, 245–255 (2019). <https://doi.org/10.1007/s12671-018-0968-2>
- Cabezas, V. (2020). *Bienestar Docente Durante la apandemia COVID-19 en Chile: Una mirada con enfoque de género*. Chile: Universidad Chile. https://equidaddegenero.mineduc.cl/assets/pdf/Presentaci%C3%B3n_Ver%C3%B3nica_Cabezas.pdf
- Carrasco, S. (2006). *Metodología de la investigación científica*. Perú: San Marcos.
- Castillo, M. (2018). *El bienestar psicológico y su relación on el desempeño laboral de los docentes de la I.E. 40476 Mercedes Manrique Fuentes, Mollendo, 2018*. Arequipa, Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/7653/EDMcacoml.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Charry, C., Goig, R., & Martínez, I. (2020). *Psychological Well-Being and Youth Autonomy: Comparative Analysis of Spain and Colombia*. *Front Psychol.*, 1-11. Obtenido de

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7545337/pdf/fpsyg-11-564232.pdf>

- Cook, C.R., Miller, F.G., Fiat, A., Renshaw, T., Frye, M., Joseph, G. and Decano, P. (2017), promoting secondary teachers' well-being and intentions to implement evidence-based practices: randomized evaluation of the achiever resilience curriculum. *Psychol. Schs.*, 54: 13-28. <https://doi.org/10.1002/pits.21980>
- Díaz, & Ñopo. (2016). *Investigación para el desarrollo en el Perú. Lima, Perú: Ediciones Arteta*. Obtenido de https://www.grade.org.pe/wp-content/uploads/carreradocente/JJDHN_35.pdf
- Dicke, T., Stebner, F., Linninger, C., Kunter, M., & Leutner, D. (2018). A longitudinal study of teachers' occupational well-being: Applying the job demands-resources model. *Journal of Occupational Health Psychology*, 23(2), 262–277. <https://doi.org/10.1037/ocp0000070>
- Fatima, S., Sharif, S., & Khalid, I. (2018). How does religiosity enhance psychological well-being? Roles of self-efficacy and perceived social support. *Psychology of Religion and Spirituality*, 10(2), 119–127. <https://doi.org/10.1037/rel0000168>
- Ford, T.G., Olsen, J., Khojasteh, J., Ware, J. and Urick, A. (2019), "The effects of leader support for teacher psychological needs on teacher burnout, commitment, and intent to leave", *Journal of Educational Administration*, Vol. 57 No. 6, pp. 615-634. <https://doi.org/10.1108/JEA-09-2018-0185>
- Garcia, G. (2017) *Bienestar Psicológico del recurso humano del área del maltrato en la procuraduría de los derechos humanos Guatemala*, Universidad Rafael Landívar. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2017/05/42/Garcia-Gaby.pdf>
- Garrick, A., Mak, A.S., Cathcart, S. et al. Teachers' Priorities for Change in Australian Schools to Support Staff Well-Being. *Asia-Pacific Edu Res* 26, 117–126 (2017). <https://doi.org/10.1007/s40299-017-0332-7>

- Gaxiola, J. y Palomar, J. (2016) *El bienestar psicológico: una mirada desde Latinoamérica*. Sonora, México, Qartuppi.
<http://qartuppi.com/2016/BIENESTAR.pdf>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mexico: Mc Graw Hill.
- Hernández, & Mendoza. (2018). *Metodología de la investigación*. México, México: Mc Graw Hill Education. Obtenido de http://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/wp-content/uploads/2019/02/RUDICSv9n18p92_95.pdf
- Hernández, R. Fernández, P. y Baptista, C. (2018). *Metodología de la investigación*. (sexta ed.). Mexico: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA. Obtenido de https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf
- Hinojosa, J. (2017). *El arte de hacer una tesis*. Lima, Perú: José Adolfo Hinojosa Pérez.
- Holmes, E. (2020). *El bienestar de los docentes: Guía para controlar el estrés y sentirse bien personal y profesionalmente*. Madrid, España: Narcea Ediciones. Obtenido de https://play.google.com/store/books/details/Elizabeth_Holmes_El_bienestar_de_los_docentes?id=IJHmDwAAQBAJ&hl=es_PE&gl=US
- Injo, A. (2021) Bienestar Psicológico en adultos de Chiclayo, Lambayeque. (Tesis de Grado). Chimbote, ULADECH.
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19783/ADULTEZ_BIENESTAR_INJO_ULLOQUE_ANGEL_GABRIEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kinderen, S., & Khapova, S. (2021). *Positive Psychological Well-Being at Work: The Role of Eudaimonia*. In: Dhiman S.K. (eds) *The Palgrave Handbook of Workplace Well-Being*., 1-28. https://doi.org/10.1007/978-3-030-30025-8_79

- Koburtay, T. (2020). *The linkages between person-organization spirituality fit and workers' psychological well-being*. *The Journal of Social Psychology*, 103-118. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00224545.2020.1778618>
- Lieny Jeon, Cynthia K. Buettner & Ashley A. Grant (2018) Early Childhood Teachers' Psychological Well-Being: Exploring Potential Predictors of Depression, Stress, and Emotional Exhaustion, *Early Education and Development*, 29:1, 53-69, DOI: 10.1080/10409289.2017.1341806
- Loera, N., Balcázar, P., Trejo, L., & Peña, M. (2009). *Adaptacion de la escala de bienestar psicologico de Ryff en adolescentes preuniversitarios. Adaptacion de la escala de bienestar psicologico de Ryff*. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revneuneupsi/nnp-2008/nnp083-4b.pdf>
- López, Y. (2018). *Bienestar psicológico en adultos mayores que conviven en familias extensas*. Santa Clara, Cuba: Universidad Central Marta Abreu de Las Villas. <https://dspace.uclv.edu.cu/bitstream/handle/123456789/9433/BIENESTAR%20PSICOL%C3%93GICO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Matud, P., López, M., & Fortes, D. (2019). *Gender and psychological Well-being*. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 1-11. <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/19/3531/htm>
- Mark Loon, Lilian Otaye-Ebede & Jim Stewart (2019) The paradox of employee psychological well-being practices: an integrative literature review and new directions for research, *The International Journal of Human Resource Management*, 30:1, 156-187, DOI: 10.1080/09585192.2018.1479877
- Morán, N., Berdulias-Saunders, S., Fausor, R. (2020). *Bienestar psicológico en tiempos de la Covid-19*. Universidad Complutense de Madrid. Madrid http://www.cop.es/uploads/PDF/sonae_sierra_menteenequilibrio.pdf
- Moysén, A., Estrada, E., Villaveces, M., Gurrola, G., Balcázar, P. y Garay, J. (2018) *Bienestar Psicológico en docentes universitarios*. Universidad Autónoma del Estado de México.

<https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/volumen.php?wurl=bienestar-psicologico-en-docentes-uiversitarios>

- Namay, Y. (2019) *Bienestar Psicológico en personas que padecen enfermedades No Transmisibles (o crónicas) en el P.S. Gerardo Gonzáles Villegas – Tumbes*. Perú, Universidad Nacional de Tumbes. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/UNITUMBES/495/TESES%20-%20NAMAY%20OLIVARES.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Nierenberg, B., Alexakis, G., Preziosi, R., & O'Neill, C. (2017). *Workplace Happiness: An Empirical Study on Well-Being and Its Relationship with. International Leadership Journal*, 2-23. <https://bit.ly/3x5zAQY>
- Núñez, L. (2019). *El bienestar psicológico de los estudiantes del 3er ciclo de la carrera profesional de psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Sede Lima-periodo 2018*. Lima, Perú: Universidad Inca Garcilaso de la Vega. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4179/TRABSUFICIENCIA_NU%C3%91EZDELPRADO_ROXANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, E. (2018). *Metodología de la investigación cuantitativa - cualitativa y redacción de tesis*. Bogotá, Colombia: Ediciones de la U.
- OMS. (2020) *Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países, según un estudio de la OMS*
- Paucar, E., & Pari, O. (2017). *Diferencia de género en el bienestar psicológico en los trabajadores de la microred Yanahuara, Sachaca del MINSA*, Arequipa. Lima, Perú: Universidad Privada Telesup. <https://bit.ly/3rFJWG8>
- Pérez, M. (2017) *Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de Los Olivos*. Lima, Universidad Cesar Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11339/P%ca9rez_BMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Riff, C. (1989) *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57(6), 1069-1081.
<https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.1029.4536&rep=rep1&type=pdf>
- Rodríguez, Y. (2012). *El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios*. *Bienestar psicológico*, 11.
<file:///C:/Users/herli/Downloads/1772-Texto%20del%20art%C3%ADculo-1784-1-10-20160425.pdf>
- Roberts, A. M., Gallagher, K. C., Daro, A. M., Iruka, I. U., & Sarver, S. L. (2017). Workforce well-being: Personal and workplace contributions to early educators' depression across settings. *Journal of Applied Developmental Psychology*. doi:10.1016/j.appdev.2017.09.007
- Saldaña, C., Polo-Vargas, J., Gutiérrez-Carvajal, O., & Madrigal, B. (2020). *Bienestar psicológico, estrés y factores psicosociales en trabajadores de instituciones gubernamentales de Jalisco-México*. *Revista de Ciencias Sociales (RCS)*, 25-37.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7384403>
- Sánchez, J. (2019). *Bienestar Psicológico en docentes de la escuela preparatoria oficial N° 65. Tejupilco, México: Universidad Autónoma del Estado de México*.
<file:///C:/Users/herli/Downloads/JANET%20SANCHEZ%20MERCADO.pdf>
- Sarawasti, K., & Lie, D. (2020). *Psychological Well-Being: The Impact of Work-Life Balance and Work Pressure*. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, volume 478, 580-587. <https://bit.ly/3zGTCTq>
- Satinder K. Dhiman *Bienestar psicológico en el trabajo. El papel de la eudaimonía*. (2021). Suiza: Obtenido de <https://link.springer.com/referencework/10.1007/978-3-030-30025-8#about>
- Segura, K. (2017) *Bienestar psicológico en docentes de las instituciones educativas públicas y particulares de nivel secundario del distrito de los Olivos*. (Tesis

de Licenciatura) Lima, Universidad Cesar Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11359/Segura_OKN.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Skaalvik, E.M., Skaalvik, S. Job demands and job resources as predictors of teacher motivation and well-being. *Soc Psychol Educ* 21, 1251–1275 (2018).
<https://doi.org/10.1007/s11218-018-9464-8>

Shin, K., Nadya, F., Hotaka, M., Hu, X., & Nashriq, N. (2018). *Midlife Work and Psychological Well-Being: A Test of the Psychology of Working Theory. Journal of Career Assessment, Volume: 26 issue: 3,, 413-424.*
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1069072717714538>

Silvestre, I., & Huamán, C. (2019). *Pasos para elaborar la investigación y redacción de la tesis universitaria.* Lima, Perú: San Marcos.

Suarez, K. (2019). *Bienestar psicológico en colaboradores de una empresa intermediadora en el rubro industrial de Chiclayo, agosto-diciembre 2018.* Chiclayo, Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.
https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/2069/1/TL_SuarezSirlopuKarla.pdf

Suleman, Q., Syed, M., Shehzad, S., Hussain, I., Khattak, A., & Khan, I. (2021). *Leadership empowering behaviour as a predictor of employees' psychological well-being: Evidence from a cross-sectional study among secondary school teachers in Kohat Division, Pakistan. PLoS ONE* 16(7): e0254576., 1-23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0254576>

Tamayo, M. (2012). *El proceso de la investigación científica.* México: Limusa.

Ubillos, S., Del líbano, M., & Ambrona, T. (2016). *Manual práctico de análisis estadístico en educación social: Análisis transversales y longitudinales.* Burgos, España: Servicio de publicaciones e imagen institucional.

UNESCO. (2019). *La educación en tiempos de pandemia de COVID-19.* Ginebra, Suiza: Cepal-Unesco.
https://www.cepal.org/sites/default/files/publication/files/45904/S2000510_es.pdf

Valderrama, S. (2019). *Pasos para Elaborar Proyectos de investigación Científica*. Lima: Editorial San Marcos.

Vargas, R. (2020). *Bienestar psicológico y desempeño docente en la I.E. San Luis Gonzaga, SJM, 2019*. Lima, Perú: Universidad César Vallejo. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41160/Vargas_NR.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Zhao, Y. (2020). COVID-19 as a catalyst for educational change. *Perspectivas*. Obtenido de <https://doi.org/10.1007/s11125-020-09477-y>

ANEXOS

Anexo 3: Matriz de operacionalización de la variable Bienestar psicológico

Variabl e	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Niveles y rangos	Escala de Medición	
Bienest ar psicoló gico	El bienestar psicológico está relacionado con el estado mental y emocional que establece la actividad psíquico efectivo de la persona según su modelo individual y la forma de adecuarse a los requerimientos internos y externos área física y social (Ryff y Keyes, 1995).	La variable del bienestar psicológico se va a medir en función a los ítems de cada una de sus dimensiones.	Auto aceptación	Ítems Auto aceptación (1,7,8,11,16,22,30)	Bajo (De 7 a 15) Medio (De 16 – 24) Alto (De 25 – 35)	Ordinal 1.Totalmente en desacuerdo 2.En desacuerdo 3.Ni de acuerdo ni en desacuerdo 4.De acuerdo 5.Totalmente de acuerdo	
			Relaciones positivas	Relaciones positivas (2,13,15,17,27,34)	Bajo (De 7 a 15) Medio (De 16 – 24) Alto (De 25 – 35)		
			Autonomía	Autonomía (3,5,10,23)	Bajo (De 5 a 11) Medio (De 12 a 18) Alto (De 19 a 25)		
			Dominio del entorno	Dominio del entorno (6,18,25,28,32,35)	Bajo (De 7 a 15) Medio (De 16 – 24) Alto (De 25 – 35)		
			Propósito en la vida	Propósito en la vida (9,12,14,19,20,24,29,31)	Bajo (De 8 a 18) Medio (De 19 a 29) Alto (De 30 a 40)		
			Crecimiento personal	Crecimiento personal (4,21,26,33).	Bajo (De 5 a 11) Medio (De 12 a 18) Alto (De 19 a 25)		

Anexo 4: Instrumento de recolección de datos

INDICACIONES: A continuación, se presentan una encuesta. Para cada una se especifica cinco alternativas. Totalmente de acuerdo, En desacuerdo, Ni de acuerdo ni en desacuerdo, De acuerdo y Totalmente de acuerdo.

Descripción (opcional)

1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas. *

- Totalmente en desacuerdo
- En desacuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- De acuerdo
- Totalmente de acuerdo

De acuerdo

Totalmente de acuerdo

35. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento. *

- Totalmente en desacuerdo
- En desacuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- De acuerdo
- Totalmente de acuerdo

Enviar

Página 1 de 1

Anexo 5: Ficha Técnica del instrumento de investigación

Ficha Técnica: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

Técnica : Encuesta

Instrumento : Cuestionario de Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

Autor : Carol Ryff

Año : 1995

Adaptación y validación: PÉREZ BASILIO, Madelinne Ana. (2017)

Objetivo : Adaptar la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

Aplicación : En adultos de ambos sexos de 18 a 60 años con un nivel sociocultural promedio.

Forma de Administración: Directa.

Estructura. Está conformada por 35 ítems. Las dimensiones que mide el instrumento son:

- Dimensión 1: Auto aceptación
- Dimensión 2: Relaciones positivas
- Dimensión 3: Autonomía
- Dimensión 4: Dominio del entorno
- Dimensión 5: Propósito en la vida
- Dimensión 6: Crecimiento personal

Tiempo de aplicación : 20 minutos aproximadamente

Confiabilidad: ,653 (Alpha de Cronbach)

Anexo 6: Matriz de consistencia de la investigación

Título: Características del bienestar psicológico en época de pandemia del Covid-19 en docentes de la I.E 1260 EL Amauta Ate 2021						
Autor: Herlinda Yaranga Rodriguez						
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	Variable: Bienestar psicológico (Ryff)			
			Dimensiones	Ítems	Niveles y rangos	Escala de medición
<p>Problema general ¿Qué características presenta el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021?</p> <p>PE1. ¿Qué características presenta el autoaceptación en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021?</p> <p>PE 2. ¿Qué características presenta las relaciones positivas en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021?</p> <p>PE 3. ¿Qué características presenta la autonomía en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021?</p> <p>PE 4. ¿Qué características</p>	<p>Objetivo General Determinar las características del bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p> <p>OE 1. Determinar las características del autoconcepción en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p> <p>OE 2. Determinar las características de las relaciones positivas en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p> <p>OE 3. Determinar las características de la autonomía en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p>	<p>Hipótesis General H0: No existe diferencia en el nivel de bienestar psicológico según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021. H1: Existe diferencia en el nivel de bienestar psicológico según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021</p> <p>Hipótesis Específicos H0: No existe diferencia en el nivel de auto aceptación según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021 H1: Existe diferencia en el nivel de auto aceptación según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021</p> <p>H0: No existe diferencia en el nivel de relaciones positivas según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021. H1: Existe diferencia en el nivel de relaciones positivas según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p> <p>H0: No existe diferencia en el nivel de autonomía según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021 H1: Existe diferencia en el nivel de autonomía según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021</p>	Auto aceptación	Auto aceptación (1,7,8,11,16,22,30)	Bajo (De 7 a 15) Medio (De 16 – 24) Alto (De 25 – 35)	<p>Ordinal</p> <p>1 Totalmente en Desacuerdo</p> <p>2 En desacuerdo</p> <p>3 Ni de acuerdo ni en desacuerdo</p> <p>4 De acuerdo</p> <p>5 Totalmente de acuerdo</p>
			Relaciones positivas	Relaciones positivas (2,13,15,17,27,34)	Bajo (De 7 a 15) Medio (De 16 – 24) Alto (De 25 – 35)	
			Autonomía	Autonomía (3,5,10,23)	Bajo (De 5 a 11) Medio (De 12 a 18) Alto (De 19 a 25)	
			Dominio del entorno	Dominio del entorno (6,18,25,28,32,35)	Bajo (De 7 a 15) Medio (De 16 – 24) Alto (De 25 – 35)	
			Propósito en la vida	Propósito en la vida (9,12,14,19,20,24,29,31)	Bajo (De 8 a 18) Medio (De 19 a 29) Alto (De 30 a 40)	

<p>presenta el dominio del entorno en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021?</p> <p>PE 5. ¿Qué características presenta el propósito en la vida en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021?</p> <p>PE 6. ¿Qué características presenta el crecimiento personal en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021?</p>	<p>OE 4. Determinar las características del dominio del entorno en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p> <p>OE 5. Determinar las características del propósito en la vida en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p> <p>OE 6. Determinar las características del crecimiento personal en el bienestar psicológico según sexo en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p>	<p>Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p> <p>H0: No existe diferencia en el nivel de dominio del entorno según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021</p> <p>H1: Existe diferencia en el nivel de dominio del entorno según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p> <p>H0: No existe diferencia en el nivel de propósito en la vida según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021</p> <p>H1: Existe diferencia en el nivel de propósito en la vida según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p> <p>H0: No existe diferencia en el nivel de crecimiento personal según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p> <p>H1: Existe diferencia en el nivel de crecimiento personal según sexo entre trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por Covid-19, Ate - 2021.</p>	<p>Crecimiento personal</p>	<p>Crecimiento personal (4,21,26,33).</p>	<p>Bajo (De 5 a 11) Medio (De 12 a 18) Alto (De 19 a 25)</p>	
TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS			MÉTODO DE ANÁLISIS	
<p>Enfoque: Cuantitativo Tipo: Descriptivo comparativo Diseño: No experimental.</p> <p style="text-align: center;">M → O</p> <p>M=muestra O₁ = observaciones en la variable</p>	<p>Población: 65 Tipo de muestra: Muestra no probabilística. Tamaño de muestra: 65</p>	<p>Variable Bienestar psicológico Técnica: Encuesta Adaptado por: PÉREZ BASILIO, Madelinne Ana. Año: 2017. Estructura. 35 ítems distribuidos en tres dimensiones: Auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.</p>			<p>Estadística descriptiva: Se usarán tablas de frecuencias y gráficos estadísticos para mostrar los resultados encontrados.</p>	

Anexo 7: Certificados de validación de los instrumentos.
Certificado de validez de contenido del instrumento que mide el Bienestar Psicológico

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹				Relevancia ²				Claridad ³				Sugerencias
		M	D	A	M	M	D	A	M	M	D	A	M	
DIMENSIÓN 1: Auto aceptación														
1	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.				X				X					X
7	Reconozco que tengo defectos.				X				X					X
8	Reconozco que tengo virtudes.				X				X					X
11	En general, me siento seguro(a) y positivo(a) conmigo mismo(a).				X				X					X
16	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mi mismo que cambiaría.				X				X					X
22	En general, me siento orgulloso(a) de quien soy y la vida que llevo.				X				X					X
30	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.				X				X					X
DIMENSIÓN 2: Relaciones positivas														
2	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas				X				X					X
13	Puedo confiar en mis amigos(as).				X				X					X
15	Mis relaciones amicales son duraderas.				X				X					X
17	Comprendo con facilidad como la gente se siente.				X				X					X
27	Mis amigos(as) pueden confiar en mí.				X				X					X
34	Es importante tener amigos(as).				X				X					X
DIMENSIÓN 3: Autonomía														
3	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.				X				X					X
5	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.				X				X					X
10	Sostengo mis decisiones hasta el final.				X				X					X
23	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros tienen.				X				X					X
DIMENSIÓN 4: Dominio de entorno														
6	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.				X				X					X
18	Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles.				X				X					X
25	Tengo la capacidad de construir mi propio destino.				X				X					X
28	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.				X				X					X
32	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.				X				X					X
35	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.				X				X					X
DIMENSIÓN 5: Propósito en la vida														

9	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.				x				x					x
12	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.				x				x					x
14	Cuando cumpla una meta, me planteo otra.				x				x					x
19	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.				x				x					x
20	Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.				x				x					x
24	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.				x				x					x
29	Tomo acciones ante las metas que me planteo.				x				x					x
31	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.				x				x					x
DIMENSIÓN 6: Crecimiento personal														
4	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo(a).				x				x					x
21	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.				x				x					x
26	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.				x				x					x
33	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.				x				x					x

Observaciones: Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir []** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Guido Junior Bravo Huaynates

DNI: 21134641

Especialidad del validador: Metodología de la investigación

Lima, 10 de Junio del 2021.

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



.....
Mg. Guido J. Bravo Huaynates
 DOCENCIA E INVESTIGACION

Certificado de validez de contenido del instrumento que mide el Bienestar Psicológico


N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹				Relevancia ²				Claridad ³				Sugerencias
		M D	D	A	M A	M D	D	A	M A	M D	D	A	M A	
DIMENSIÓN 1: Auto aceptación														
1	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.				X				X		X			
7	Reconozco que tengo defectos.				X				X					X
8	Reconozco que tengo virtudes.				X				X					X
11	En general, me siento seguro(a) y positivo(a) conmigo mismo(a).				X				X					X
16	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mi mismo que cambiaría.				X				X					X
22	En general, me siento orgulloso(a) de quien soy y la vida que llevo.				X				X					X
30	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.				X				X					X
DIMENSIÓN 2: Relaciones positivas														
2	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas				X				X					X
13	Puedo confiar en mis amigos(as).				X				X					X
15	Mis relaciones amicales son duraderas.				X				X					X
17	Comprendo con facilidad como la gente se siente.				X				X					X
27	Mis amigos(as) pueden confiar en mí.				X			X						X
34	Es importante tener amigos(as).			X				X					X	
DIMENSIÓN 3: Autonomía														
3	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.				X				X					X
5	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.			X					X			X		
10	Sostengo mis decisiones hasta el final.				X				X					X
23	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros tienen.			X				X				X		
DIMENSIÓN 4: Dominio de entorno														
6	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.				X				X					X
18	Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles.				X				X					X
25	Tengo la capacidad de construir mi propio destino.				X				X					X
28	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.				X				X					X
32	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.				X				X					X
35	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.			X				X				X		
DIMENSIÓN 5: Propósito en la vida														
9	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.				X				X					X
12	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.				X				X					X

14	Cuando cumpla una meta, me planteo otra.				X					X					X
19	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.			X					X					X	
20	Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.				X				X					X	
24	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.				X				X					X	
29	Tomo acciones ante las metas que me planteo.				X				X					X	
31	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.				X				X					X	
DIMENSIÓN 6: Crecimiento personal															
4	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo(a).			X					X					X	
21	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.			X					X					X	
26	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.				X				X					X	
33	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.				X				X					X	

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable** **Aplicable después de corregir** [] **No aplicable** []

Apellidos y nombres del juez validador Doctorando: JORGE MALPICA SERRANO DNI: 08110558

Especialidad del validador: Psicología Clínica - Educativa

10 de junio del 2021

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Experto Informante.

Especialidad: Psicología Clínica - Educativa

Certificado de validez de contenido del instrumento que mide el Bienestar Psicológico

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹				Relevancia ²				Claridad ³				Sugerencias
		MD	D	A	MA	MD	D	A	MA	MD	D	A	MA	
DIMENSIÓN 1: Auto aceptación														
1	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.				X				X					X
7	Reconozco que tengo defectos.				X				X					X
8	Reconozco que tengo virtudes.				X				X					X
11	En general, me siento seguro(a) y positivo(a) conmigo mismo(a).				X				X					X
16	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mi mismo que cambiaría.				X				X					X
22	En general, me siento orgulloso(a) de quien soy y la vida que llevo.				X				X					X
30	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.				X				X					X
DIMENSIÓN 2: Relaciones positivas														
2	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas				X				X					X
13	Puedo confiar en mis amigos(as).				X				X					X
15	Mis relaciones amicales son duraderas.				X				X					X
17	Comprendo con facilidad como la gente se siente.				X				X					X
27	Mis amigos(as) pueden confiar en mí.				X				X					X
34	Es importante tener amigos(as).				X				X					X
DIMENSIÓN 3: Autonomía														
3	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.				X				X					X
5	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.				X				X					X
10	Sostengo mis decisiones hasta el final.				X				X					X
23	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros tienen.				X				X					X
DIMENSIÓN 4: Dominio de entorno														
6	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.				X				X					X
18	Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles.				X				X					X
25	Tengo la capacidad de construir mi propio destino.				X				X					X
28	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.				X				X					X
32	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.				X				X					X
35	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.				X				X					X
DIMENSIÓN 5: Propósito en la vida														
9	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.				X				X					X
12	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.				X				X					X

14	Quando cumpro una meta, me planteo otra.				X				X				X
19	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.				X				X				X
20	Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.				X				X				X
24	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.				X				X				X
29	Tomo acciones ante las metas que me planteo.				X				X				X
31	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.				X				X				X
DIMENSION 6: Crecimiento personal													
4	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo(a).				X				X				X
21	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.				X				X				X
26	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.				X				X				X
33	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.				x				x				x

MD: Muy en desacuerdo; D: En desacuerdo; A: De acuerdo y MA: Muy de acuerdo

Observaciones: Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [x]** **Aplicable después de corregir []** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Anicama Romero Liliana Del Pilar DNI: 21492925

Especialidad del validador: Psicología Educativa

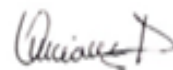
Lima, 10 de junio del 2021.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Mag. Liliana Del Pilar Anicama Romero.
Psicología Educativa
Cód. 034I

Act

Anexo 8: Confiabilidad de los instrumentos.

Tabla 5

Confiabilidad del instrumento Escala de Bienestar psicológico

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	65	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	65	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,653	35

Anexo 9: Autorización de aplicación de los instrumentos.



“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia”.

Huaycán, 14 de junio de 2021

PROVEIDO N° 005 -2021/D. I.E N° 1260-EL AMAUTA

A LA : Lic. Herlinda Yaranga Rodriguez.
Estudiante de la Escuela Profesional de POSGRADO de la
Universidad Privada Cesar Vallejo

DEL : Dr. Juan Edgar Ñahui Cedano
Director de la Institución Educativa N° 1260 El Amauta

Asunto : RESPUESTA A SOLICITUD DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTO DE
INVESTIGACIÓN.

Es grato dirigirme a usted para saludarla cordialmente y a la vez, remitir la respuesta a la solicitud de desarrollar la investigación, titulada: **“Características del bienestar psicológico en trabajadores de la I.E. N° 1260 El Amauta en la pandemia por COVID-19, Ate - 2021”**, lo cual goza de AUTORIZACIÓN para su respectiva aplicación.

Es cuanto puedo comunicarle para su conocimiento

Atentamente.

Dr. Juan Edgar Ñahui Cedano
DIRECTOR

Anexo 10: Formato de Consentimiento informado.

BIENESTAR PSICOLÓGICO

Consentimiento Informado.

El propósito de este formulario de consentimiento es con la finalidad de llevar a cabo el presente estudio sobre el Bienestar Psicológico en la pandemia por Covid-19 en trabajadores de la IE 1260 El Amauta en la pandemia por COVID-19, Ate - 2021, su Institución Educativa ha sido considerada como parte de la muestra. Asimismo, luego de haber realizado las coordinaciones con el Director, se le solicita responder un cuestionario que consta de 35 preguntas.

En este sentido, su participación en este estudio es estrictamente voluntaria. Así mismo, la información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los objetivos de esta investigación. Las respuestas que Ud. dará serán codificadas usando un número de identificación, y codificación, por lo tanto, serán anónimas.

Consentimiento

Acepto

No acepto



BIENESTAR PSICOLÓGICO

Gracias por responder la encuesta.

[Ver respuestas anteriores](#)

[Enviar otra respuesta](#)

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google. [Notificar uso inadecuado](#) - [Términos del Servicio](#) - [Política de Privacidad](#)

<https://docs.google.com/forms/d/15eDpA-IMiUQlxsEjGMbieDygLiNQ4x0EGVAbf9xnmTg/edit>

Anexo 11: Base de datos de la investigación.											
P1	P2 P13 P24 P35	P3 P14 P25	P4 P15 P26	P5 P16 P27	P6 P17 P28	P7 P18 P29	P8 P19 P30	P9 P20 P31	P10 P21 P32	P11 P22 P33	P12 P23 P34
2	4 4 5	2 3 4	5 4 4	4 3 2	5 4 4	3 3 4 4	4 4 2	4 3 4	3 4 3	4 4 4	4 3 3
2	5 5 4	5 2 2	3 3 3	5 3 4	4 3 2	4 4 2	4 2 4	3 4 4	5 2 3	5 4 4	3 2 4
3	4 3 3	4 2 2	4 3 3	2 4 4	2 2 3	4 4 3	4 4 2	2 2 2	4 2 4	3 2 2	4 4 3
3	4 2 3	3 4 3	5 4 4	2 3 2	4 4 4	2 2 4 4	2 3 4	3 3 3	5 3 2	2 4 2	4 2 2
5	3 3 4	2 5 4	3 3 2	4 5 2	5 5 4	5 3 2 4	4 3 2	4 4 3	4 5 4	5 2 2	5 4 5
5	5 4 4	5 2 2	5 4 4	3 3 3	5 4 3	3 5 4 5	4 4 2	3 4 2	4 3 5	2 4 3	4 5 3
3	3 5 2	2 5 5	3 2 4	2 5 4	5 2 3	2 4 5 3	5 2 2	4 5 5	5 5 5	3 3 5	4 4 5
2	4 2 4	4 2 4	2 3 3	4 4 2	4 4 4	2 3 4 4	4 3 2	4 4 4	4 4 4	4 4 3	4 2 4
3	5 5 3	2 2 3	4 2 4	4 2 3	3 2 4	2 2 3 4	4 5 4	3 5 3	2 5 2	4 2 4	5 4 4
4	3 4 4	4 2 4	4 3 2	3 4 4	4 3 2	4 2 4 4	2 4 4	3 2 3	4 4 2	2 3 4	4 2 3
4	2 4 5	5 5 2	4 5 5	4 2 4	5 4 3	3 4 4 5	4 2 5	3 4 2	2 5 5	4 4 5	2 3 2
5	5 5 2	3 4 3	5 2 2	5 5 2	5 2 5	4 5 2 3	3 2 5	4 5 3	5 2 5	5 5 2	2 2 5
4	5 2	2 3	2 5	4 5	2 4	4 5	4 2	2 5	2 2	5 4	5 3

	4	3	4	4	2	5 5	4	4	3	5	4
4	2 5 3	2 4 2	4 4 2	2 4 4	2 3 4	3 4 4 3	3 4 2	4 3 4	4 4 3	4 2 4	3 4 4
4	2 4 4	4 2 4	2 3 3	3 3 3	4 4 3	4 2 4 4	4 4 2	3 4 4	4 2 3	2 3 4	4 3 2
5	2 5 5	5 4 2	5 4 5	4 4 4	4 3 4	2 4 3 5	5 2 2	4 5 5	2 2 5	2 4 5	4 3 4
4	2 4 5	4 2 4	2 2 4	2 4 3	2 2 4	4 4 2 2	2 5 2	3 5 2	4 2 5	5 4 2	5 3 5
4	2 2 4	2 2 4	2 4 2	2 2 4	4 4 2	4 3 4 4	4 4 3	4 3 4	3 4 2	4 3 4	2 2 2
2	4 2 4	5 4 2	4 3 2	2 4 2	4 4 4	2 4 3 4	4 2 4	2 2 2	4 5 2	3 4 2	4 2 4
4	4 2 2	2 2 4	4 4 2	4 5 4	2 5 4	3 2 3 4	2 4 2	2 5 5	2 4 4	4 4 4	4 4 2
2	5 5 2	5 5 2	5 2 4	5 5 2	2 3 4	5 4 5 2	4 4 4	4 4 5	2 5 2	2 2 5	2 4 5
5	5 2 3	3 5 5	5 2 3	3 5 5	3 3 5	5 5 3 5	5 5 2	3 3 5	2 5 5	5 3 3	5 5 5
2	4 4 2	2 2 4	2 4 2	4 2 4	4 2 4	2 2 2 3	4 3 4	2 4 3	4 2 4	2 4 3	2 2 4
4	4 3 3	4 4 3	4 2 4	2 4 3	4 2 4	3 2 4 4	4 2 2	4 3 2	2 4 4	2 2 2	4 4 4
4	3 4 3	4 4 4	4 2 3	2 4 2	3 4 2	4 2 3 2	3 4 2	3 4 4	4 3 2	4 4 3	3 4 2
3	5 3 5	5 4 5	5 5 5	3 5 5	4 3 2	5 2 4 5	4 4 2	4 5 4	3 3 2	2 3 5	4 2 4

4	4	4	5	3	5	4	3	4	3	4	2
	4	2	4	3	4	2	2	5	5	2	5
	2	5	2	4	2	4	5	5	4	2	4
						3					
4	2	5	4	5	4	5	4	4	3	3	2
	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4
	2	4	2	2	4	4	3	4	4	3	2
						4					
2	4	5	4	2	5	4	3	2	3	5	2
	5	3	3	5	2	2	3	5	3	2	2
	4	2	4	4	3	2	4	5	5	5	5
						5					
3	5	5	3	3	3	4	3	3	5	5	5
	4	4	3	4	4	5	4	4	3	4	4
	4	4	3	4	4	4	2	4	2	4	4
						2					
5	2	2	4	4	5	4	4	3	4	2	5
	3	4	4	2	2	5	2	3	5	2	5
	5	2	4	5	5	3	5	5	3	5	2
						5					
4	2	4	5	2	4	4	3	2	4	2	4
	4	2	4	2	5	4	4	4	5	2	2
	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	4
						4					
5	4	5	2	2	2	5	4	4	2	4	5
	2	2	5	4	4	5	5	2	2	4	5
	5	3	4	5	2	5	2	5	5	5	3
						2					
4	2	2	3	3	3	4	2	4	5	3	5
	3	5	5	4	2	5	2	5	5	3	5
	2	2	5	2	3	5	3	3	2	3	2
						2					
2	4	3	5	3	4	4	3	3	4	4	4
	4	2	4	2	4	3	4	4	4	2	2
	4	4	3	4	4	2	2	3	2	3	4
						4					
5	2	5	4	2	5	3	3	4	5	4	3
	4	3	4	3	2	2	4	2	5	5	4
	3	5	4	5	5	3	3	5	3	5	5
						5					
5	5	2	3	5	2	5	3	2	2	2	5
	2	5	3	5	5	2	5	3	2	2	2
	5	3	5	3	3	2	3	5	3	2	3
						2					
2	2	5	3	3	5	4	3	3	2	4	4
	2	4	4	2	4	2	4	2	3	4	4
	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3
						4					
4	3	2	4	4	5	5	4	3	4	3	5
	5	3	5	4	3	4	4	5	4	4	5
	3	5	3	4	5	4	5	2	5	5	3
						3					
5	2	5	5	4	5	3	5	5	2	5	5
	4	3	4	2	2	5	4	4	2	4	5
	4	4	3	4	3	4	4	4	5	4	4
						5					

2	2	4	3	3	4	4	2	3	3	4	2
	3	3	4	4	3	3	3	2	4	2	4
	2	2	3	2	4	3	4	4	3	4	3
						3					
5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5
	2	4	5	2	4	5	4	5	5	5	4
	2	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5
						5					
4	3	3	2	4	3	4	4	2	4	2	4
	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3
	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3
						4					
5	5	5	3	2	3	2	4	3	5	4	5
	5	3	5	4	2	5	3	5	4	4	2
	3	3	3	3	3	3	3	5	5	3	5
						3					
4	2	2	5	4	3	4	3	3	5	4	3
	5	2	3	3	3	4	5	4	2	3	4
	4	3	4	3	4	2	2	4	4	2	4
						4					
2	4	4	2	3	4	2	4	3	4	3	4
	4	4	2	4	2	2	2	4	2	4	4
	3	4	3	3	4	2	3	3	4	2	4
						3					
4	2	5	4	4	3	2	2	3	4	2	4
	5	4	3	4	3	4	4	3	3	4	2
	5	5	5	4	5	5	4	5	2	2	4
						4					
4	4	2	2	4	5	2	4	4	2	5	3
	5	4	4	2	2	3	4	3	5	5	3
	4	3	4	4	2	4	2	4	4	4	3
						3					
5	2	5	2	5	3	5	2	5	5	3	5
	3	2	5	5	3	4	5	4	5	5	4
	2	2	2	2	3	4	5	4	2	5	4
						5					
5	4	5	5	2	4	3	5	3	2	5	5
	5	3	5	3	3	4	4	5	5	4	5
	5	4	5	5	4	2	5	3	5	5	4
						2					
4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3
	4	4	2	4	4	3	4	3	3	4	3
	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3
						4					
4	3	4	4	3	2	4	4	3	2	3	4
	4	3	4	3	4	4	3	4	2	3	4
	4	2	4	2	4	2	4	3	2	4	2
						4					
2	4	2	4	2	4	4	3	2	3	4	3
	4	3	2	3	2	4	4	3	4	3	2
	2	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4
						3					
5	5	4	4	3	4	3	5	5	5	3	4
	5	4	4	2	4	3	3	4	4	4	5
	2	2	2	5	3	4	4	5	2	5	3
						5					

4	4	4	5	2	2	4	3	4	3	4	5
	2	4	3	4	3	4	3	4	5	5	2
	5	5	5	3	3	2	5	5	3	5	2
						2					
2	5	2	2	2	5	5	2	2	5	5	2
	5	5	2	3	5	2	5	3	2	5	4
	3	2	4	2	5	4	5	3	5	2	5
						5					
4	2	3	4	4	4	4	2	2	3	2	4
	3	2	4	2	4	2	4	3	3	4	3
	4	2	2	2	3	2	3	4	2	4	2
						2					
2	4	5	5	2	2	4	3	3	5	4	3
	5	2	3	3	3	4	5	2	4	3	4
	2	4	4	2	4	2	2	4	4	3	4
						4					
4	2	4	4	5	4	4	3	4	5	5	2
	4	4	4	3	2	5	2	4	4	4	3
	5	2	4	4	4	3	4	3	4	4	5
						3					
2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3
	4	4	3	3	4	2	3	3	3	3	4
	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4
						4					
4	4	5	4	3	3	3	4	4	5	5	4
	3	4	3	4	5	4	3	4	3	4	4
	4	3	4	4	5	3	2	4	3	4	5
						3					
4	2	5	4	4	4	3	5	3	4	3	4
	4	3	3	3	4	2	4	4	2	4	5
	5	4	4	4	4	5	3	4	4	3	5
						5					
2	4	2	5	2	5	2	5	4	5	4	2
	5	2	4	5	5	2	5	2	4	5	5
	3	5	3	2	5	5	2	3	5	5	3
						3					
4	2	5	5	3	4	2	4	4	3	2	5
	3	5	2	5	2	5	2	5	5	4	2
	5	5	2	5	4	3	4	3	3	4	5
						5					
3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4
	4	3	3	4	3	4	4	2	4	4	4
	3	3	4	4	2	4	4	2	4	3	4
						4					

Anexo 12: Distribución de la población y muestra de la investigación.

Distribución de la población de trabajadores de la IE 1260 El Amauta

Variables		F	%
Sociodemográficos			
Sexo	Hombre	26	40%
	Mujer	39	60%
Edad	De 26 – 38 años	19	29%
	De 39 - 45 años	14	21%
	De 46 – 51 años	17	27%
	De 52 – 66 años	15	23%
Condición laboral	Nombrado	35	54%
	Contratado	30	46%
Nivel que labora	Primaria	27	42%
	Secundaria	34	52%
	Ambos	4	6%

Anexo 13: Análisis de la confiabilidad o fiabilidad del instrumento de recolección de datos

Se presenta el análisis de confiabilidad del instrumento de recolección de datos, para este caso el cuestionario de bienestar psicológico en trabajadores de la I.E. 1260 EL AMAUTA, se determinó la confiabilidad o fiabilidad, a saber:

Tabla 6

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	65	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	65	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

El estadístico de Alfa de Cronbach aplicado en 35 ítems correspondientes al cuestionario de Bienestar Psicológico obtuvo un valor de .653, esto significa que el instrumento posee una confiabilidad o fiabilidad aceptable para su posterior aplicación.

Tabla 7

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,653	35