



## FACULTAD DE HUMANIDADES

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

“Bienestar psicológico y estrés laboral en el personal administrativo de la  
Municipalidad de Los Olivos, 2016”

TESIS PARA OPTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTORA:

BAZAN ESQUIVEL, Jemima

ASESOR:

Dr. CANDELA AYLLÓN, Víctor Eduardo

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Comportamiento Organizacional

LIMA- PERÚ

2016

PÁGINA DEL JURADO

Dra. CUBAS ROMERO, Taniht

Presidente

Mg. ALTAMIRANO ORTEGA, Livia

Secretario

Mg. CUBAS PETI, Milagros

Vocal

### **Dedicatoria**

A mis padres por su amor incondicional, por su entrega desmedida y por ser la motivación principal para lograr cada meta que se presenta en la vida.

A mis hermanas Merly y Sara, por ser ejemplo de esfuerzo, dedicación y empeño.

## **Agradecimiento**

Mi agradecimiento profundo a Dios quien es el dador de la vida, a quién debo todo lo que soy y todo lo que tengo.

A mis padres, por el gran apoyo que me dieron durante el recorrido de mi formación profesional.

A mis tíos Genoveva, Javier y familia, por sus oraciones y sus consejos que no escatiman la distancia.

A Davi Duarte, por su cariño, por estar presente en mis momentos de mayor dificultad y demostrarme su amor cada día.

Y finalmente agradecer a mis asesores Javier Ruíz y Víctor Candela, quienes me orientaron y apoyaron en la elaboración de este proyecto de investigación.

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Jemima Bazan Esquivel, con DNI N°: 46144258, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, Facultad Humanidades, Escuela de Psicología, declaro bajo juramento que toda la documentación que acompaño es veraz y auténtica.

Asimismo, declaro también bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad César Vallejo.

Lima, 17 de Diciembre del 2016

---

Jemima Bazan Esquivel

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del Jurado: En cumplimiento con las disposiciones vigentes emanadas por el del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, presento ante ustedes la Tesis titulada “Bienestar psicológico y estrés laboral en el personal administrativo de la municipalidad del distrito de Los Olivos, 2016”, la misma que someto a vuestra consideración y espero que cumpla con los requisitos de aprobación para obtener el título Profesional de Licenciado en Psicología.

El presente estudio tuvo como objetivo: Determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estrés laboral en el personal administrativo de la municipalidad de Los Olivos, 2016.

Con la convicción que se le otorgará el valor justo y mostrando apertura a sus observaciones, le agradezco por anticipado por las sugerencias y apreciaciones que se brinden a la investigación.

La Autora

## ÍNDICE

	Pág
Página de jurado	ii
Dedicatoria	lii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Presentación	vi
Índice	vii
Índice de tablas	viii
Resumen	ix
Abstract	x
<b>I.- INTRODUCCIÓN</b>	1
1.1 Realidad problemática	1
1.2 Trabajos previos	4
1.3 Teorías relacionadas al tema	8
Definición de bienestar psicológico	8
Dimensiones	9
Definición de estrés	11
Definición de estrés laboral	13
Dimensiones	13
1.4 Formulación del problema	14
1.5 Justificación	14
1.6 Hipótesis	15
1.7 Objetivos	15
<b>II.- MÉTODO</b>	17
2.1 Diseño de investigación	17
2.2 Variable, operacionalización	17
2.3 Población y muestra	18
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	19
2.5 Método de análisis de datos	23
2.7 Aspectos éticos	23
<b>III.- RESULTADOS</b>	25
<b>IV.- DISCUSIÓN</b>	30
<b>V.- CONCLUSIONES</b>	33
<b>VI.- RECOMENDACIONES</b>	34
<b>VII.- REFERENCIAS</b>	35
<b>ANEXOS</b>	40
✓ Consentimiento informado	40
✓ Instrumentos	41
✓ Validación de los instrumentos	43

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1	
Escala de bienestar psicológico, estadísticos de fiabilidad	21
Tabla 2	
Escala de estrés laboral, estadísticos de fiabilidad	22
Tabla 3	
Normalidad de las variables	25
Tabla 4	
Relación entre bienestar psicológico y estrés laboral	26
Tabla 5	
Nivel de bienestar psicológico	26
Tabla 6	
Nivel de estrés laboral	27
Tabla 7	
Comparación del bienestar psicológico según sexo	27
Tabla 8	
Comparación del bienestar psicológico según tipo de contrato	28
Tabla 9	
Prueba de media de estrés laboral según sexo	28
Tabla 10	
Prueba de medias de estrés laboral según tipo de contrato	29
Tabla 11	
Alfa de Cronbach de la escala de bienestar psicológico	43
Tabla 12	
Correlación ítem – test para la escala de bienestar psicológico	43
Tabla 13	
Alfa de Cronbach para la escala de estrés laboral	44
Tabla 14	
Correlación ítem – test para la escala de estrés laboral	45



## RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue determinar la relación entre la variable de bienestar psicológico y el estrés laboral en el personal administrativo de la municipalidad de Los Olivos. Esta investigación fue de alcance descriptivo-correlacional, cuyo diseño fue no experimental, de corte transversal. La muestra estuvo comprendida por 108 trabajadores administrativos de la municipalidad del distrito de Los Olivos de ambos sexos. Asimismo, los instrumentos utilizados fueron la adaptación de la escala de Bienestar Psicológico de María Casullo y la adaptación de la escala de Estrés Laboral de la OIT-OMS de Ángela Suárez. Los resultados obtenidos nos indican que, existe relación significativa muy baja, a modo de correlación, entre las variables de bienestar psicológico y estrés laboral, en términos generales, cuanto mayor es el nivel de bienestar psicológico en un trabajador, menor será el nivel de estrés laboral, y viceversa.

Palabras claves: Bienestar psicológico, estrés laboral, personal administrativo.

## **ABSTRACT**

The objective of this research was to determine the relationship between psychological well-being and work stress in the administrative staff of a public entity. This research was descriptive-correlational, whose design was non-experimental, cross-sectional. The sample was comprised of 108 administrative workers of the municipality of the district of Los Olivos of both sexes. Also, the instruments used were the adaptation of the scale of Psychological Well-being of María Casullo and the adaptation of the OIT-OMS Occupational Stress Scale of Angela Suarez. The results showed that there is a significant correlation between the variables of psychological well-being and work stress, in general terms, the higher the level of psychological well-being in a worker, the lower the level of work stress, and on the contrary.

Key words: Psychological well-being, work stress, administrative staff.