

ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE DOCTORADO EN GESTIÓN
PÚBLICA Y GOBERNABILIDAD

Neurociencia para el bienestar integral de los servidores
públicos de una UGEL de la región Piura 2024

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Doctora en Gestión Pública y Gobernabilidad

AUTORA:

Velasco Choquehuanca, Silvia Elena (orcid.org/0000-0003-4548-6625)

ASESORES:

Dra. Carbajal Llauce, Cecilia Teresita De Jesús (orcid.org/0000-0002-1162-8755)

Dr. Tamariz Nunjar, Hildegardo Oclides (orcid.org/0000-0002-4512-6120)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Reforma y Modernización del Estado

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

PIURA – PERÚ

2024

DEDICATORIA

A la memoria de mi querido amigo japonés Yukinori Shimokita, quien, a pesar de su juventud, se entregó con devoción inquebrantable al trabajo constante y a la búsqueda de una cultura de excelencia laboral, sin prever las devastadoras consecuencias para su salud. En su incesante búsqueda del éxito y el servicio a la sociedad, sacrificó su vida, llevándose consigo sueños de realización personal y un profundo compromiso laboral.

A las personas que, en su afán de ofrecer un servicio de calidad al público, se exigen más allá de sus límites, sin considerar las graves consecuencias para su bienestar integral. Que su sacrificio sirva de recordatorio del equilibrio necesario entre el trabajo y la salud, y la importancia de cuidar de uno mismo mientras se busca la excelencia.

A la fuerza de voluntad que tuve para que, habiendo sufrido las consecuencias del burnout, pude investigar, reflexionar y salir adelante; lo que motivó el desarrollo de la presente investigación como aporte académico a la sociedad en general.

AGRADECIMIENTO

A los docentes y compañeros de estudio que, al objetar y dudar de mi talento, me impulsaron a desarrollar la resiliencia y la determinación necesarias para superar los desafíos. Sus críticas me motivaron a fortalecer mis argumentos, apoyándome en los referentes y el marco teórico de la neurociencia, y así enriquecer este estudio de manera sustancial.

A los participantes de esta investigación, sin cuya disposición y colaboración no habría sido posible llevar a cabo este estudio. Su contribución ha sido esencial para la obtención de los resultados presentados.

A mi madre, Rosa Choquehuanca, mis hermanos y familia en general, quienes han sido mis primeros colaboradores para experimentar y poner en práctica los descubrimientos de la neurociencia para su propio bienestar.

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
DOCTORADO EN GESTIÓN PÚBLICA Y GOBERNABILIDAD**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, CARBAJAL LLAUCE CECILIA TERESITA DE JESÚS, docente de la ESCUELA DE POSGRADO DOCTORADO EN GESTIÓN PÚBLICA Y GOBERNABILIDAD de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, asesor de Tesis titulada: "NEUROCIENCIA PARA EL BIENESTAR INTEGRAL DE LOS SERVIDORES PÚBLICOS DE UNA UGEL DE LA REGIÓN PIURA 2024", cuyo autor es VELASCO CHOQUEHUANCA SILVIA ELENA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 10.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

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 vigentes de la Universidad César Vallejo.

PIURA, 14 de Junio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CARBAJAL LLAUCE CECILIA TERESITA DE JESÚS DNI: 42830121 ORCID: 0000-0002-1162-8755	Firmado electrónicamente por: CLLAUCECT el 02- 08-2024 13:15:29

Código documento Trilce: TRI - 0760078



DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
DOCTORADO EN GESTIÓN PÚBLICA Y GOBERNABILIDAD**

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, **VELASCO CHOQUEHUANCA SILVIA ELENA** estudiante de la **ESCUELA DE POSGRADO DOCTORADO EN GESTIÓN PÚBLICA Y GOBERNABILIDAD** de la **UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA**, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: **"NEUROCIENCIA PARA EL BIENESTAR INTEGRAL DE LOS SERVIDORES PÚBLICOS DE UNA UGEL DE LA REGIÓN PIURA 2024"**, es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
SILVIA ELENA VELASCO CHOQUEHUANCA DNI: 03233549 ORCID: 0000-0003-4548-6625	Firmado electrónicamente por: SEVELASCOV el 14- 06-2024 16:49:43

Código documento Trilce: TRI - 0760091

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA _____	i
DEDICATORIA _____	ii
AGRADECIMIENTO _____	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR _____	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR _____	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS _____	vi
ÍNDICE DE TABLAS _____	vii
ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS _____	ix
RESUMEN _____	x
ABSTRACT _____	xi
I. INTRODUCCIÓN _____	1
II. MARCO TEÓRICO _____	6
III. METODOLOGÍA _____	23
3.1. Tipo y diseño de investigación _____	23
3.2. Variables y operacionalización _____	24
3.3. Población (criterios de selección), muestra, muestreo, unidad de análisis.	24
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos: _____	28
3.5. Procedimientos _____	29
3.6. Método de análisis de datos: _____	29
3.7. Aspectos éticos: _____	29
IV. RESULTADOS _____	30
V. DISCUSIÓN _____	42
VI. CONCLUSIONES _____	50
VII. RECOMENDACIONES _____	51
VIII. PROPUESTA _____	52
REFERENCIAS _____	66
ANEXOS _____	72

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Población Seleccionada	25
Tabla 2: Nivel de Confianza	26
Tabla 3: Cálculo del Tamaño de Muestra.	26
Tabla 4: Distribución de la variable independiente y dependiente.	30
Tabla 5: Grado de alfabetización en neurociencia para el bienestar integral.	31
Tabla 6: Aplicación práctica de conocimientos neurocientíficos para el bienestar integral.	33
Tabla 7: Nivel de bienestar integral de los servidores públicos: dimensión emociones positivas.	35
Tabla 8: Nivel de bienestar de los servidores públicos: dimensión compromiso.	36
Tabla 9: Nivel de bienestar de los servidores públicos: dimensión relaciones positivas.	37
Tabla 10: Nivel de bienestar de los servidores públicos: dimensión significado.	38
Tabla 11: Bienestar integral de los servidores públicos: dimensión logro.	39
Tabla 12: Actividades o acciones para mejorar la situación.	53
Tabla 13: Registro de acciones diarias para el bienestar integral.	54
Tabla 14: Bienes de Consumo.	55
Tabla 15: Presupuesto de bienes de servicios.	55

Tabla 16: Servicios de Terceros.	56
Tabla 17: Resumen Del Presupuesto.	56
Tabla 18: Grado de alfabetización en neurociencia para el bienestar integral.	57
Tabla 19: Aplicación práctica de conocimientos neurocientíficos para el bienestar integral.	59
Tabla 20: Nivel de bienestar integral de los servidores públicos: dimensión emociones positivas.	61
Tabla 21: Nivel de bienestar de los servidores públicos: dimensión compromiso.	62
Tabla 22: Nivel de bienestar de los servidores públicos: dimensión relaciones positivas.	63
Tabla 23: Nivel de bienestar de los servidores públicos: dimensión significado.	64
Tabla 24: Bienestar integral de los servidores públicos: dimensión logro.	65

ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS

Figura 1: Esquema del diseño de investigación

24

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo diseñar e implementar un programa basado en neurociencia aplicado al bienestar integral de los servidores públicos en una Unidad de Gestión Educativa Local (UGEL) de Piura. La metodología correspondió a la investigación aplicada aprovechando el conocimiento existente y profundizándolo para resolver la problemática. El diseño del estudio fue experimental con corte preexperimental. Los líderes pedagógicos fueron la muestra seleccionada por conveniencia para participar por un período de veintiuno días. Se utilizó un cuestionario para la evaluación inicial y final, constituidos por sesenta ítems.

El análisis de los resultados mostró que el 95% de los participantes, que inicialmente tenían un conocimiento medio o inferior en neurociencia, alcanzaron niveles satisfactorios y competentes. Además, el 90% tomó conciencia en la aplicación del conocimiento adquirido. Hubo mejoras significativas en todas las dimensiones evaluadas: emociones positivas aumentaron del 79% al 88%, compromiso del 90% al 99%, relaciones positivas del 77% al 95%, significado del 91% al 98%, y logro del 90% al 100%.

En conclusión, la implementación del programa demostró ser eficaz para mejorar el bienestar integral de los servidores públicos, proporcionando una base sólida para futuras intervenciones en este ámbito.

Palabras clave: Neurociencia, bienestar integra, servidores públicos.

ABSTRACT

The objective of this study was to design and implement a program based on neuroscience applied to the comprehensive well-being of public servants in a Local Educational Management Unit (UGEL) in Piura. The methodology corresponded to applied research, taking advantage of existing knowledge and deepening it to solve the problem. The study design was experimental with a pre-experimental section. The pedagogical leaders were the sample selected by convenience to participate for a period of twenty-one days. A questionnaire was used for the initial and final evaluation, composed of sixty items.

The analysis of the results showed that 95% of the participants, who initially had average or lower knowledge in neuroscience, reached satisfactory and competent levels. Furthermore, 90% became aware of the application of the acquired knowledge. There were significant improvements in all dimensions evaluated: positive emotions increased from 79% to 88%, commitment from 90% to 99%, positive relationships from 77% to 95%, meaning from 91% to 98%, and achievement from 90% to 98%. 100%.

In conclusion, the implementation of the program proved to be effective in improving the comprehensive well-being of public servants, providing a solid foundation for future interventions in this area.

Keywords: Neuroscience, comprehensive well-being, public servants.