TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

"BIENESTAR PSICOLÓGICO Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE MAZAMARI – JUNÍN, 2023"

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Presentado por:

Xena Alibeth Zapata Poves (0000-0002-8996-8493)

Estrella Bekiasly Medina Pariona (0000-0002-8620-456X)

Asesor:

Cesar Augusto Eguia Elias (0000-0002-6499-9971)

Lima – Perú

2025

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

"BIENESTAR PSICOLÓGICO Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE MAZAMARI – JUNÍN, 2023"

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Presentado por:

Xena Alibeth Zapata Poves (0000-0002-8996-8493)

Estrella Bekiasly Medina Pariona (0000-0002-8620-456X)

Asesor:

Cesar Augusto Eguia Elias (0000-0002-6499-9971)

Lima – Perú

2025

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 04 de diciembre de 2025.

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente:	Dra. Jenny Raquel Adanaqué Velásquez	☐
Miembro:	Mag. John Omar Espinoza Quiroz	
Miembro:	Mag. Alan Alcides Vega Jacome	

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

"Bienestar psicológico y regulación emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Mazamari – Junín, 2023", con el código de registro PRE-18-2023-00336.

Presentada por los bachilleres:

- Xena Alibeth Zapata Poves
- Estrella Bekiasly Medina Pariona

Para optar el Título Profesional de Licenciadas en Psicología

Asesorados por: Mag. Cesar Augusto Eguia Elias

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de los estudiantes de la carrera de Psicología en la sustentación, concluyen de manera unánime ( ) por mayoría simple () calificar a:

Tesista: Xena Alibeth Zapata Poves			Nota: Cero (15)
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )
Tesista: Estrella Bekiasly Medina Pariona			Nota: Cero (15)
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ( )	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.

Dra. Jenny Raquel Adanaqué Velásquez
Presidente del Jurado

Mag. Cesar Augusto Eguia Elias
Asesor

Mag. John Omar Espinoza Quiroz Aranguri
Miembro 1

Mag. Alan Alcides Vega Jacome
Miembro 2

ANEXO 21: DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE INFORME FINAL DE TESIS

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS / TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 05 de julio del 2025

Señor,
Percy Mayta Tristán

Vicerrectorado de Investigación
Universidad Científica del Sur
Presente. –

De nuestra consideración,

Yo: Xena Alibeth Zapata Poves y Estrella Bekiasly Medina Pariona; egresados de la carrera de Psicología de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con el asesor César Augusto Eguia Elias, declaramos que este informe final de tesis de investigación titulado: Bienestar Psicológico y Regulación Emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Mazamari – Junín, 2023, sustentado para obtener el título/grado de Licenciado (a) En Psicología es original.

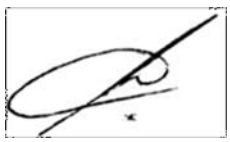
Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero de mi investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de ética en la investigación, Reglamento del Comité de Integridad Científica, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos[14], que afirmamos conocer en su totalidad.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, nos allanamos al proceso de investigación que establezca la Universidad y las posibles sanciones que pudieran surgir.

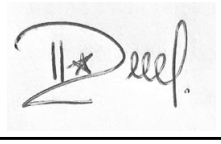
Firmamos en conformidad con lo declarado,



Firma tesista
DNI: 73132958



Firma del asesor de tesis
DNI: 07512106



Firma tesista
DNI: 75550346

13 En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD
14 Los documentos están en: https://investigacion.cientifica.edu.pe/reglamentos/

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Bienestar psicológico y regulación emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Mazamari – Junín, 2023

Autores. Xena Alibeth Zapata Poves; Estrella Bekiasly Medina Pariona

Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 2888536062)

Código de registro. PRE-18-2023-00336

Resultado de la evaluación. 8%

Revisado por. Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras.



TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DEDICATORIA

Estrella

A mí abuelo que está en el cielo, por qué en vida fue la persona que más confío en mí, y me motivo a cumplir mis metas; por darme su gran amor y sus enseñanzas. A mis padres Percy y Mercedes por hacer de mí una gran persona y llenarme de muchos valores; por brindarme su apoyo incondicional. A mis hermanos y sobrinos por ser mi fuente de inspiración para cumplir mis metas. Finalmente dedico mi tesis a todos mis familiares y amigos por impulsarme a cumplir este gran proyecto

Xena

A mi mamá, porque siempre confió en que lograría mis metas; por su entrega en acompañarme de cerquita en mi vida universitaria; por ayudarme a repasar para mis exámenes; por su deliciosa comida, amor, fortaleza y sobre todo, por el soporte que siempre me dio cuando sentía que no podía, y que ahora, desde el cielo guía mis pasos. Así mismo, a mi papá, por apoyarme incondicionalmente; por sus bromas que siempre me sacan una sonrisa; por sus pasos de baile que me encanta ver y que siempre me hacen reír; por su resiliencia, sabiduría y consejos que me ayudan a enfrentar los desafíos de la vida. Los amo infinitamente.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

AGRADECIMIENTO

Estrella

En primer lugar, agradecer a Dios por ser siempre mi fuente de paz y ser el guía de mi camino, gracias a la universidad por haberme formado como profesional, asimismo agradecer a nuestro asesor Cesar Eguía por su apoyo, por último, agradecer a todas las personas que fueron parte de este proyecto.

Xena

Agradezco a Dios por ser mi guía, refugio y fortaleza en mi camino. También agradezco a mi familia: A mis hermanas, por su motivación y apoyo en momentos difíciles; a mi sobrina, por su alegría y cariño; y a mi prima, por su ayuda y aliento. A mi enamorado, por su compañía y orientación en momentos de duda. A mis compañeros peludos, Hachiko, Cala y Peach, por su ternura y amor incondicional. Además, a PRONABEC y la Universidad Científica del Sur, por la oportunidad de crecimiento y educación humanista que me permitió desarrollarme profesionalmente, y a mi asesor, César Eguia, por su enseñanza, paciencia y sabiduría. Gracias por hacer posible este logro.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ÍNDICE

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 3

1.1. Descripción del problema 3

1.2. Problema general 5

ANTECEDENTES Y MARCO TEÓRICO 6

2.1. Antecedentes de investigación 6

2.2. Bases teóricas 10

2.2.1. Bienestar psicológico 10

2.2.2. Regulación emocional 12

2.3. Justificación 15

2.3.1. Aporte teórico 16

2.3.2. Aporte práctico 17

2.3.3. Aporte metodológico 17

2.3.4. Aporte Social 17

OBJETIVOS E HIPÓTESIS 18

3.1. Objetivos 18

3.1.1. Objetivo general 18

3.1.2. Objetivos específicos 18

3.2. Hipótesis 18

3.2.1. Hipótesis general 18

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

3.2.2. Hipótesis específicas 18

METODOLOGÍA 19

4.1. Tipo y diseño de estudio 19

4.2. Población 19

4.3. Muestra 20

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos 20

4.4.1. Instrumentos 20

4.5. Definición de variables 21

4.5.1. Operacionalización de las variables 23

4.6. Procedimiento y análisis de datos 26

4.7. Aspectos éticos 27

RESULTADOS 28

5.1. Descripción de la muestra 28

5.2. Presentación de resultados 28

5.2.1. Análisis descriptivo 28

5.2.2. Análisis inferencial 32

DISCUSIÓN 35

CONCLUSIONES 40

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

RECOMENDACIONES 41

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 43

ANEXOS 51

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1. BIENESTAR PSICOLÓGICO Y DIMENSIONES 30

FIGURA 2. REGULACIÓN EMOCIONAL Y DIMENSIONES 31

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS DE ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE MAZAMARI – JUNÍN (N=220)..... 28

TABLA 2. NIVELES DE BIENESTAR PSICOLÓGICO Y DIMENSIONES DE ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE MAZAMARI – JUNÍN 29

TABLA 3. REGULACIÓN EMOCIONAL Y DIMENSIONES DE ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE MAZAMARI – JUNÍN 31

TABLA 4. PRUEBA DE NORMALIDAD 32

TABLA 5. RELACIÓN ENTRE EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y LA DIMENSIÓN REEVALUACIÓN COGNITIVA DE LA REGULACIÓN EMOCIONAL 33

TABLA 6. RELACIÓN ENTRE EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y LA DIMENSIÓN SUPRESIÓN DE LA REGULACIÓN EMOCIONAL..... 33

TABLA 7. RELACIÓN ENTRE EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE MAZAMARI – JUNÍN 34

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1. CONSENTIMIENTO INFORMADO **51**

ANEXO 2. ASENTIMIENTO INFORMADO **56**

ANEXO 3. MATRIZ DE CONSISTENCIA **61**

ANEXO 4. FICHA SOCIODEMOGRÁFICA **62**

ANEXO 5. INSTRUMENTOS **63**

ANEXO 6. PERMISO PARA UTILIZAR INSTRUMENTOS **66**

ANEXO 7. CONSTANCIA N° 238-CIEI-CIENTÍFICA **67**

ANEXO 8. RESOLUCIÓN DIRECTORAL ACADÉMICA DE CARRERA N°114-DACPSI-DAFCS-U. CIENTÍFICA **68**

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

RESUMEN

El estudio estuvo dirigido a identificar la relación existente entre bienestar psicológico y regulación emocional en escolares del nivel secundario de un centro educativo del distrito de Mazamari, Junín. El estudio se enmarcó en una investigación básica, adoptando un enfoque cuantitativo y sustentándose en un diseño no experimental, de tipo transversal y nivel correlacional. La muestra fueron 220 estudiantes, seleccionados de manera no probabilística y de tipo censal. Se utilizaron la prueba de Bienestar Psicológico (EBP, Ryff) y el instrumento de Regulación Emocional para adolescentes (ERQ-CA, Gross y Jhon). En los análisis se empleó el coeficiente de correlación de Spearman y el 5% de significancia en el análisis inferencial. En cuanto a los hallazgos se encontró en la mayoría de los estudiantes niveles medio 51.8% en bienestar psicológico, en sus componentes autoaceptación 57.7%, relaciones positivas 71.8%, autonomía 55%, dominio del entorno 63.2%, propósito de vida 66.4%, crecimiento personal 51.8%, y 52.7% en regulación emocional, en las dimensiones reevaluación cognitiva 56.8% y supresión 56.8%, habiendo Rho=0.134 positiva débil en bienestar psicológico y regulación emocional, Rho=0.223 positiva débil en bienestar psicológico y reevaluación cognitiva, Rho=-0.047 negativa nula bienestar psicológico y supresión. Se determinó que existe una asociación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y la regulación emocional en los participantes.

Palabras clave: Bienestar psicológico, regulación emocional, reevaluación cognitiva, supresión.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ABSTRACT

This study aimed to identify the relationship between psychological well-being and emotional regulation in secondary school students at a school in the Mazamari district of Junín. The study was framed within basic research, adopting a quantitative approach and employing a non-experimental, cross-sectional, correlational design. The sample consisted of 220 students, selected using a non-probabilistic, census-type sampling method. The Psychological Well-being Scale (EBP, Ryff) and the Emotional Regulation Questionnaire for Adolescents (ERQ-CA, Gross and John) were used. Spearman's rank correlation coefficient was used in the analyses, with a significance level of 5% for inferential analysis. Regarding the findings, the majority of students (51.8%) showed average levels of psychological well-being, specifically in its components of self-acceptance (57.7%), positive relationships (71.8%), autonomy (55%), environmental mastery (63.2%), purpose in life (66.4%), and personal growth (51.8%). Emotional regulation (52.7%) was also found to be at a medium level, specifically in the dimensions of cognitive reappraisal (56.8%) and suppression (56.8%). Rho = 0.134 (weakly positive) was found for psychological well-being and emotional regulation, Rho = 0.223 (weakly positive) for psychological well-being and cognitive reappraisal, and Rho = -0.047 (zero negative) for psychological well-being and suppression, It was determined that there is a statistically significant association between psychological well-being and emotional regulation in the participants.

Keywords: psychological well-being, emotional regulation, cognitive reappraisal, suppression.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema

En base a lo mencionado por la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2022), el bienestar mental es contemplado como un procedimiento dinámico de beneplácito que admite a los sujetos llevar a cabo sus habilidades, enfrentar el estrés particular de la vida, laborar de forma fructífera, este proceso, tiene un valor intrínseco y fundamental; sin embargo, esta se ha visto afectada debido a la coyuntura en que el mundo se encontraba por la pandemia por covid-19, distintas personas han desarrollado diversos problemas de salud mental, debido al distanciamiento social (físico), e incluso a la dificultad económica, que impresiona la disposición de vida de los sujetos (Naciones Unidas, 2021).

El bienestar psicológico puede verse afectado en cualquier momento del ciclo vital; sin embargo, los adolescentes son quienes presentan una mayor vulnerabilidad a desarrollar problemas de salud mental. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2021), se estima que uno de cada seis adolescentes (10-19 años) presentan alteraciones en el funcionamiento psicológico, lo que equivale a cerca del 14% de este grupo etario. Dentro de esta cifra, los cuadros de ansiedad están manifestados 4% en el grupo de adolescentes que se encuentran de 10 a 14 años y 5% de aquellos entre 15-19; asimismo, las alteraciones del comportamiento se evidencian en el 3% del grupo entre 10-14 y en el 2.4% con 15-19 años.

En el Perú, de acuerdo con información del Ministerio de Salud (2021), cerca del 30% de los adolescentes de 12 a 17 años se encuentra en situación de riesgo de presentar dificultades en su salud mental o emocional. Asimismo,

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Vásquez (2020) reporta que un 45% de ellos dejó de participar activamente en las clases remotas durante la pandemia. Frente a esta situación, es posible afirmar que el bienestar psicológico de los estudiantes se ha visto afectado por diversos factores, tales como los cambios propios de la etapa adolescente, el tránsito hacia nuevas experiencias aún desconocidas y la incertidumbre respecto al futuro tras un prolongado contexto de pandemia.

Según Ryff (como se citó en Chale, 2019) una persona se considera satisfecha con su vida cuando experimenta emociones positivas de manera frecuente y sostenida; no obstante, este bienestar también está influido por características personales generales y por el contexto cultural al que pertenece el individuo.

En referencia a la regulación emocional se trata de un proceso complejo que implica supervisar, evaluar y modificar las respuestas emocionales, especialmente en lo relacionado con su intensidad y duración, con el objetivo de alcanzar un propósito determinado (Thompson, citado en Canedo, 2017). En la etapa de la adolescencia, con frecuencia existe dificultad para controlar las emociones, lo que puede llevar a reaccionar de manera impulsiva ante situaciones de enojo.

En el distrito de Mazamari, lugar en el que se desarrolló la investigación, se pudo observar que muchos estudiantes tuvieron complicaciones para realizar sus actividades académicas durante la pandemia, ya sea porque no contaban con un buen dispositivo para entrar a sus clases, no tenían internet en casa, mala señal y por distractores dentro del hogar, generando así estrés y ansiedad en ellos. Por otro lado, el regresar a clases presenciales fue complicado para un porcentaje de los estudiantes, ya que algunos no dejaban

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

los celulares en casa, otros evitaban sacarse la mascarilla por vergüenza o temor, se observó también enfrentamientos entre estudiantes uniformados, dentro y fuera de sus instituciones. Por todo este conjunto de situaciones mencionadas y entre otros, se ha visto alterado el bienestar-psicológico de los estudiantes, aaumentando todavía más sus niveles de estrés y ansiedad, lo cual afecta su control emocional y los lleva a responder de diversas maneras ante situaciones cotidianas.

1.2. Problema general

¿Qué vínculo existe entre el bienestar psicológico y la regulación emocional en escolares del nivel secundario de un centro educativo del distrito de Mazamari – Junín en el año 2023?

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ANTECEDENTES Y MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de investigación

En cuanto a los estudios de otros países, Cordero et al. (2024) llevaron a cabo un estudio en Chile orientado a examinar la influencia del apoyo social y el grado de satisfacción de necesidades psicológicas fundamentales —autonomía, competencia y relaciones interpersonales— sobre el bienestar psicológico en la población adolescente. El grupo muestral estuvo constituido por 544 estudiantes de entre 13 y 18 años, a quienes se les aplicaron instrumentos que evaluaban la salud psicológica, la valoración positiva con la vida y la red de apoyo social. Los hallazgos evidenciaron que tanto la satisfacción con la vida como el apoyo social mantiene una asociación directa y favorable con el bienestar psicológico, mientras que la satisfacción de las necesidades básicas potencia significativamente dicha relación. Los autores concluyen que promover entornos educativos y familiares que favorezcan la satisfacción de estas necesidades y el fortalecimiento de los vínculos sociales contribuye al desarrollo integral y al bienestar emocional de los adolescentes.

Caguana y Ponce (2023) realizaron un trabajo en Paraguay orientado a determinar la relación entre la regulación emocional y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios". Fue un trabajo correlacional, con una muestra de 210 estudiantes de la carrera de Laboratorio Clínico. Los hallazgos mostraron que existe una asociación de carácter positivo y de baja intensidad entre el bienestar psicológico (BP) y la estrategia de reevaluación cognitiva (RC) (Rho = 0.169; p = 0.014). Asimismo, se identificó una relación negativa, igualmente débil, entre el BP y la supresión emocional (SE) (Rho = −2.96; p < .001). En este sentido, se evidenció que los estudiantes que emplean con mayor

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

frecuencia la RC tienden a presentar niveles más elevados de BP, mientras que aquellos que recurren en mayor medida a la SE suelen registrar un menor BP.

Villegas (2023) desarrollo en Ecuador un estudio orientado a determinar el vínculo existente en la RE y el BP en adolescentes. Fue descriptivo correlacional, compuesto por 203 participantes con edades comprometidas entre los 12 y 17 años. El análisis reveló una relación de baja intensidad respecto al control de emociones y el estado de bienestar psicológico, representada por un valor de correlación de 0,250

Castro et al. (2021) ejecutaron un trabajo en Chile con el fin de "evaluar la asociación de los problemas de regulación emocional y del temperamento con la satisfacción". Por ello se realizó un trabajo correlacional y transeccional en 250 estudiantes universitarios. Los resultados indicaron las deficiencias en los mecanismos de regulación afectiva y los patrones personales mantuvieron relaciones significativas con la satisfacción. Sin embargo, se observaron asociaciones más fuertes en dimensiones como el temperamento, el compromiso y el neuroticismo. Asimismo, la falta de atención emocional se presentó como un mejor predictor de la satisfacción, mientras que la responsabilidad y el neuroticismo estuvieron vinculados con una mayor probabilidad de experimentar satisfacción.

Pérez (2020) realizó en Argentina una investigación que tuvo como fin "reconocer la asociación entre la regulación emocional y el estrés académico en participantes". Fue descriptivo correlacional en una muestra 200 alumnos. En los resultados se halló que en general, los participantes presentan niveles moderados de estrés académico y dificultades en la regulación emocional.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Asimismo, se identificaron mayores niveles de estrés y problemas en el control emocional en los estudiantes más jóvenes, en aquellos que no trabajan, en quienes se encuentran a mitad de la carrera y en los que cursan programas con mayor carga de asignaturas.

En cuanto a estudios nacionales, Farfán, et al. (2025) realizaron una investigación que tuvo como finalidad analizar el vínculo existente entre el estado de bienestar psicológico y la convivencia en escolares de educación secundaria del ámbito limeño. La investigación presentó un enfoque cuantitativo de tipo correlacional, participaron 631 de 2° a 5° año de secundaria. Los resultados evidenciaron correlaciones directas de magnitud moderadas en los siguientes componentes: control_rho=.473, vínculos_rho=.451, proyectos_rho=.353 y aceptación_rho =.353, aspecto que confirma que los factores del BP influyen en las dinámicas de la convivencia escolar.

Cruzado y Rivera (2024) efectuaron una investigación orientada a evaluar la asociación existente entre la regulación emocional y la experiencia de soledad en adolescentes que han atravesado situaciones de abandono por parte de sus progenitores. El estudio se desarrolló bajo una perspectiva cuantitativa, un diseño de carácter no experimental y tipo correlacional, aplicando el instrumento de Regulación Emocional (ERQP) y el formulario de Soledad de Jong Gierveld adaptada al contexto peruano. Los resultados revelaron una relación positiva entre la supresión emocional y la soledad, indicando que quienes reprimen sus emociones presentan mayor aislamiento. Asimismo, la reevaluación cognitiva mostró asociación con dimensiones de soledad, lo que evidencia dificultades en la gestión emocional. Los autores

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

concluyeron que la regulación emocional incide en la percepción de soledad, recomendando intervenciones psicológicas preventivas para adolescentes en situación de vulnerabilidad emocional.

Gonzales Salazar–Calderón (2023) llevó a cabo la investigación, cuyo objetivo fue identificar el vínculo existente entre manejo de emociones y la agresividad en la población adolescente. El trabajo se caracterizó por ser cuantitativa, diseño con carácter no experimental, tipo transversal y alcance correlacional. El grupo muestral se conformó con un total de 112 escolares de nivel secundario, a quienes se les aplicaron el instrumento de Regulación Emocional (ERQ) y la evaluación de agresividad de Buss y Perry. El hallazgo evidenció una correlación negativa y estadísticamente significativa ($\rho = -0.266$; $p < .05$), indicando que niveles más altos de regulación emocional se relacionan con una menor presencia de conductas agresivas en la población adolescente. La autora concluyó que la regulación emocional cumple un rol importante en la disminución de conductas agresivas dentro del contexto escolar. La investigación resulta pertinente para el presente estudio entre las variables emocionales y conductuales en adolescentes peruanos, lo cual respalda el efecto del manejo emocional sobre el salud psicosocial.

Marquina y Solórzano (2023), examinaron el vínculo entre la inteligencia emocional (IE) y el BP en alumnos de cuarto y quinto año del nivel secundario de un colegio parroquial mixto de Lima Metropolitana. El trabajo contó con un enfoque cuantitativo, diseño correlacional, incluyó 223 adolescentes y utilizó instrumentos previamente validados. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y significativa, indicando que valores más altos de IE se asocian con un mayor bienestar psicológico, situación que

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

resalta el valor de impulsar el desarrollo socioemocional en el contexto educativo.

Quiroz (2022) desarrolló una investigación orientada a identificar la asociación en la salud psicológica y la inteligencia emocional en escolares del nivel secundario. El estudio adoptó una orientación cuantitativa y se estructuró con un diseño no experimental, de alcance descriptivo y correlacional, y se aplicó a una muestra conformada por 115 estudiantes de sexo femenino. Los hallazgos indicaron que el 83.5 % de las escolares alcanzó un nivel medio de inteligencia emocional, en tanto que el 67.8 % evidenció un nivel medio de bienestar psicológico. Asimismo, el análisis correlacional reveló un índice Rho de Spearman de 0.668, evidenciando la existencia de significancia y correlación directa de los constructos.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Bienestar psicológico

a. Definición

En cuanto a la definición de bienestar psicológico (BP), Ryff (como se citó en Matallana, 2019), señala que esta variable está relacionada con la manera en que las personas enfrentan situaciones adversas, logrando ajustar su forma de pensar y actuar con el fin de interpretar las experiencias de manera positiva. Por su parte, Romero et al. (2007) afirman que esta variable se trata de un constructo donde los ejes y enfoques implican modos personales y sociales sobre el sujeto, formas de encontrarse en el universo, la apreciación que realiza sobre sí mismo y atribución que concede a su contexto. En este sentido, el bienestar psicológico depende, en parte, de factores como el

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

temperamento, la edad, el sexo, el nivel educativo y el contexto en el que se desarrolla la persona. Dichos elementos influyen en la manera en que cada individuo enfrenta nuevos retos y experiencias, los cuales, a su vez, son modulados por las emociones, las estrategias de afrontamiento y el apoyo social disponible. En definitiva, un adecuado BP se sustenta en la interacción equilibrada entre estos factores, favoreciendo el desarrollo personal, el crecimiento y la autoaceptación del sujeto

La psicología en su intención de evaluar el bienestar y los puntos positivos del sujeto tiene en consideración, en sus revisiones, dos pensamientos: bienestar hedónico, aquel bienestar que estriba fundamentalmente de adquirir una vida con prácticas preferentemente deleitables; y, el bienestar eudaimónico, aquel bienestar que no solo se consigue mediante el goce, sino primordialmente mediante la actualización del potencial humano (Flores et al., 2018).

b. Modelos teóricos

Este modelo de BP planteado por Ryff (1989) indica las siguientes dimensiones con dos alternativas: positiva y negativa de valoración de la perspectiva del sujeto: (1) auto – aceptación (AA): valoración positiva actual y anterior del sujeto; (2) autonomía (AU): se basa en el enfoque de autodeterminación y la emancipación del individuo; (3) crecimiento personal (CP): intención de progreso como sujeto; (4) propósito de vida (PV): se asocia con el dogma de que vivir posee sentido e intención para el individuo; (5) relaciones positivas (RP): se refiere a tener o desplegar correspondencias óptimas con los demás; (6) dominio del entorno (DE): propiedad de conducir el

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

entorno del sujeto y a emplear las alternativas que este le proporciona (Rosa et al., 2015).

Seligman (citado en Meneses et al., 2016) propuso que el modelo de la felicidad y el bienestar se orienta a alcanzar determinados resultados, clasificando la felicidad en tres dimensiones. El primer componente corresponde a las emociones positivas, las cuales, según el autor, pueden dirigirse al pasado como la satisfacción y la fortaleza, al futuro como la confianza y la esperanza y al presente, manifestadas a través de placeres físicos y actividades. El segundo elemento se relaciona con el compromiso, el cual está asociado a las recompensas que se obtienen al poner en práctica las fortalezas y virtudes personales. Finalmente, el tercer aspecto para alcanzar la felicidad es la vida con sentido, que consiste en servir a los demás por encima del beneficio personal, con la finalidad de desarrollar virtudes superiores.

De acuerdo con García y González (2000), el BP se despliega mediante componentes reactivos, temporales, relacionados a la parte emocional, y componentes estables que se tratan de la manifestación de lo cognoscitivo, de lo valorativo; ambos están asociados por el temperamento como método de interacciones, y por los contextos medioambientales, sobretodo las estables.

2.2.2. Regulación emocional

a. Definición

Es el proceso mediante el cual los sujetos armonizan sus afectos y transforman su conducta para obtener propósitos, adecuarse a la circunstancia o suscitar el bienestar personal y social (Gómez y Calleja, 2016).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Por su parte, Silva (2005) menciona que la regulación de la emoción radica en toda estrategia orientada a preservar, incrementar o suprimir una condición afectiva en curso.

b. Modelos teóricos

Dorothea, a través de su teoría, plantea el concepto de autocuidado como una contribución continua que realiza la persona para mantener y fortalecer su propio bienestar: “Es una diligencia asimilada por las personas, conducente a un propósito. Es un comportamiento ante circunstancias fijas de la vida, llevadas a cabo por los individuos sobre sí mismos o el medio, para regularizar los elementos que impresionan a su particular despliegue y labor a favor de su bienestar” (Naranjo et al., 2017).

Goleman contempla a la inteligencia emocional como una colectividad de peculiaridades indispensables para solucionar con éxito los inconvenientes vitales, tales como: la destreza de auto-motivación y mantenerse sobre las desilusiones; mantener el impulso para diferir la subvención; graduar los humores; impedir perturbaciones orientadas a reducir los aspectos cognoscitivos; revelar trato empático, y dar ánimo (Fragoso, 2015).

c. Emociones:

Existen muchas definiciones distintas acerca de la emoción, una de ellas es la de Pallarés (2010) que menciona que se puede definir como agitaciones o estados de ánimos el cual se producen por ideas, recuerdos, apetitos, deseos, pasiones, sentimientos, etc. Asimismo, reúne diversas definiciones sobre la emoción, considerándola como impulsos irracionales, respuestas ante cambios internos o externos, o como resultados de aprendizajes continuos que se

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

manifiestan en determinadas situaciones o se integran en el organismo. En contraste, los sentimientos se forman a nivel mental y se entienden como estados de ánimo que conllevan una reacción visible y expresiva.

Por otro lado, Antoni y Zentner (2015) refieren que, en principio, la emoción es una manifestación interna, es decir que se trata de un aviso en relación a lo que está sucediendo en el presente, donde la atención se centra en lo que está pasando en el aquí y el ahora, haciendo referencia a lo que vivimos y sentimos, lo cual quiere decir que indica importantes ocupaciones en el mantenimiento, la correlación y la socialización del sujeto. En el cual dicha información también la recibimos desde nosotros mismos.

Ekman (citado en Pinedo y Yáñez, 2020) es considerado uno de los principales autores en la explicación de las características propias de las emociones, pese a que cada una de ellas presenta formas de expresión particulares. De acuerdo con este autor, las emociones se distinguen por nueve rasgos: (1) expresión universal; (2) presencia de antecedentes comunes; (3) una fisiología específica; (4) manifestación en otros rasgos del individuo; (5) evaluación inmediata que incluye tendencias, memoria y representaciones distintivas; (6) patrones específicos de expresión; (7) inicio rápido; (8) duración breve; y (9) aparición inesperada. Dichas características, sustentadas en evidencia empírica, motivaron al psicólogo a plantear la existencia de un número limitado de emociones fundamentales —alegría, ira, tristeza, miedo, asco y sorpresa— las cuales desempeñan funciones adaptativas y se manifiestan en las personas sin distinción de su contexto cultural. En contraste, las emociones secundarias surgen a partir de una emoción básica por ejemplo,

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

el miedo y pueden dar lugar a respuestas emocionales complementarias como la amenaza o la ira.

d. Dimensiones:

La reevaluación cognitiva se entiende como el proceso de reinterpretar una situación, generando nuevos significados con el fin de reducir el impacto de las emociones negativas o potenciar las respuestas emocionales positivas ante un determinado acontecimiento o resultado. Se trata de una habilidad mediante la cual el individuo especula, aprecia y considera una circunstancia específica con el fin de ordenar el efecto emocional de la misma (Navarro et al., 2018).

La supresión se trata de la contención del cuadro explícito de la práctica emocional, modificando el elemento conductual de la réplica emocional sin comprimir la práctica de la conmoción negativa (Navarro et al., 2018).

2.3. Justificación

En la actualidad, en las distintas instituciones educativas, principalmente en provincia, se ha evidenciado que el estado de salud mental de los estudiantes presenta deficiencias, manifestándose diversos problemas emocionales y conductuales vinculados al entorno social en el que se desarrollan. Por ello, la regulación emocional y el bienestar psicológico adquieren un rol fundamental. Esta realidad hace necesaria la realización del presente estudio en una institución educativa de una provincia de Junín, dado que en dicho territorio se han presentado situaciones críticas entre los adolescentes: enfrentar circunstancias complicadas por la vulnerabilidad en que viven, relacionarse bajo contextos de machismo, sufrir presión de grupo,

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

entre otros factores. Además, no hay un conocimiento claro sobre el estado psicológico de los estudiantes ni sobre cómo regulan sus emociones, ni de cómo afrontan las dificultades de su entorno. Cabe resaltar que el distrito de Mazamari es una zona de elevada pobreza y vulnerabilidad social, en la que los estudiantes están expuestos a entornos de delincuencia e inseguridad. Según el Ministerio del Interior (2024), la captura de 51 delincuentes mediante operaciones del Frente Policial VRAEM movilizó comisarías de Mazamari, Kimbiri, Pichari, Kiteni, Pangoa, entre otras. A esto se suma que en 2024 de acuerdo con la cifra del INEI el 34,6 % de la población urbana de Junín de 15 años o más fue víctima de algún hecho delictivo en el año previo, cifra superior al promedio nacional (27,1 %) y que solo el 16,1 % de esas víctimas denunció el delito. Este contexto de inseguridad y vulnerabilidad social refuerza la necesidad de analizar el manejo de emociones y la salud psicológica en los adolescentes de esta zona, a fin de generar estrategias que contribuyan al fortalecimiento de su salud mental.

2.3.1. Aporte teórico

El estudio contribuirá a la ampliación del conocimiento científico sobre la asociación entre el estado del bienestar psicológico y regulación de emociones, tomando como referencia el modelo propuesto por Ryff, buscando comprender el comportamiento de los estudiantes. Asimismo, se pretende obtener información objetiva que pueda ser difundida y puesta a disposición de profesionales interesados en esta temática.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

2.3.2. Aporte práctico

Los resultados que se obtengan de este estudio permitirán a la institución diseñar y explorar nuevas estrategias orientadas al bienestar y la mejora de la salud mental de los estudiantes. Del mismo modo, se evaluará la implementación de charlas y/o talleres dirigidos a los alumnos, con la finalidad de potenciar su funcionamiento psicológico y optimizar sus habilidades de gestión emocional.

2.3.3. Aporte metodológico

En el estudio se propone la medición de dos variables de interés en el ámbito de la investigación, utilizando para ello dos instrumentos previamente validados en estudios anteriores. En caso de obtenerse los resultados esperados, será posible objetivar la validez y la comprensión de su aplicación, lo que permitirá recomendar su uso en otros contextos educativos o centros de investigación, con el fin de identificar y comprender la problemática existente.

2.3.4. Aporte *Social*

El estudio aporta socialmente al contribuir en la detección temprana de factores que afectan el bienestar psicológico en adolescentes, lo cual facilitará la implementación de estrategias de prevención y promoción de la salud mental en la comunidad. Este aporte se relaciona con el ODS 3: Salud y bienestar, al impulsar iniciativas dirigidas a asegurar una vida saludable y a promover el bienestar en todas las etapas del ciclo vital, así como con el ODS 4: Educación de calidad, al fortalecer el desarrollo integral de los estudiantes y mejorar las condiciones educativas para su aprendizaje y crecimiento personal.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

OBJETIVOS E HIPÓTESIS

3.1. Objetivos

3.1.1. Objetivo general

Determinar el vinculo entre el bienestar psicológico y la regulación emocional en escolares de secundaria de una institución educativa del distrito de Mazamari – Junín, durante el año 2023.

3.1.2. Objetivos específicos

OE1: Identificar la relación entre el bienestar psicológico y la reevaluación cognitiva en estudiantes de secundaria.

OE2: Determinar la relación entre el bienestar psicológico y la supresión en estudiantes de secundaria.

3.2. Hipótesis

3.2.1. Hipótesis general

Existe una relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y la regulación emocional en escolares de secundaria de una institución educativa del distrito de Mazamari – Junín en el año 2023.

3.2.2. Hipótesis específicas

HE1: Existe relación significativa entre el bienestar psicológico y la reevaluación cognitiva en escolares de secundaria.

HE2: Existe relación significativa entre el bienestar psicológico y la supresión en escolares de secundaria.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

METODOLOGÍA

4.1. Tipo y diseño de estudio

Tipo básico y enfoque cuantitativo. Se pudo realizar la medición de los datos permitiendo su análisis utilizando la estadística. Según Hernández y Mendoza (2018) mencionan que en el proceso se busca tener la mayor vigilancia para alcanzar que otras posibles explicaciones diferentes a la proposición del estudio, se rechacen y se excluya la indecisión y reste el error. Básico; debido a que el grupo de acciones en el trabajo están enfocadas a aumentar la comprensión, con objetividad y exactitud (Carrasco, 2013).

El diseño es no experimental, porque solo se visualizó el proceder de las variables y no fueron sometidas a ser manipuladas. Según Hernández y Mendoza (2018) indica que señalan escenarios reales, no producidas de manera intencional en la investigación por quien la confecciona.

Es Transversal puesto que la información recabada se midió en un solo momento.

Correlacional simple, pues se estableció la asociación entre las variables contempladas. Hernández y Mendoza (2018) sostiene que buscan evaluar vinculaciones.

4.2. Población

Estuvo integrada por 220 escolares de secundaria, correspondiente a los grados tercero, cuarto y quinto de una IE Paraestatal situada en el distrito de Mazamari, en el departamento de Junín, Perú.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

4.3. Muestra

Para la muestra se trabajó con la totalidad de 220 participantes.

Se realizó un registro censal definido como: "…aquella donde todas las unidades de investigación son apreciadas como muestra" (Ramírez y Tulio, 1997).

Criterios de inclusión:

- Estudiantes matriculados dentro del nivel secundario.
- Que estén cursando de 3er a 5to año del centro educativo.
- Cuyos padres hayan aceptado libremente la participación en el estudio (consentimiento informado).

Criterios de exclusión:

- No deseen voluntariamente desarrollar la encuesta.
- Repitentes.
- Aquellos que no asistieron por problemas de salud

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

El levantamiento de la información se realizó mediante la aplicación de encuestas.

4.4.1. Instrumentos

a. Escala de bienestar psicológico de Ryff

Fue diseñada por Carol Ryff (1989) y fue contextualizada por Van Dierendonck (2004) y, más adelante, vertida al español por Díaz et al. (2006). Posteriormente fue adaptada al contexto peruano por Leal y Silva (2010) (Vázquez y Pajares, 2015).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Este instrumento consta de 32 ítems distribuidos en seis subescalas con respuesta tipo Likert de cuatro alternativas: “siempre”, “casi siempre”, “casi nunca” y “nunca”.

Sobre la validez y confiabilidad, este instrumento tuvo una aceptable validez y la estabilidad interna del instrumento fue estimada mediante el alfa de Cronbach que fue de 0,820.

b. Instrumento de regulación emocional para adolescentes (ERQ - CA)

Fue creado por Gross y John en el año 2003 y traducido al español por Navarro (2018). También, Bulnes et al. (2018) adaptaron el instrumento para los adolescentes de Lima metropolitana.

El instrumento se encuentra integrado por 10 ítems con 7 alternativas, y se organiza en dos dimensiones.

La validez y la confiabilidad del instrumento fueron determinadas a través del coeficiente alfa de Cronbach., donde para el factor 1 (Reevaluación cognitiva) alcanza un coeficiente de ,732 y para el factor 2 (Supresión) de 0,830, siendo de valor moderado.

4.5. Definición de variables

Bienestar psicológico: Hace referencia a un concepto en el que los distintos ejes y enfoques comprenden formas personales y sociales de entender al individuo, su forma de posicionarse frente a la realidad, junto con la valoración, interpretación y sentido que atribuye a su entorno.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Regulación emocional: gestión de los estados emocionales y ajustan su conducta con el propósito de lograr metas, adecuarse a diversas circunstancias y favorecer el bienestar tanto a nivel personal como social.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

4.5.1. Operacionalización de las variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Bienestar psicológico	Se refiere a un constructo donde los ejes y enfoques implican modos personales y sociales sobre el sujeto, forma de encontrarse en el universo, la apreciación que realiza y atribución que concede a su contexto.	Se trata del estado de beneplácito en el que se encuentra el estudiante de secundaria respecto a sí mismo y su entorno, el cual será medido mediante la Escala de Bienestar Psicológico.	Autoaceptación	Refleja cómo los estudiantes de secundaria perciben la autoaceptación para sentirse bien, se obtiene de la respuesta 1, 2, 3, 4, 5 y 6, dadas en la Escala de Bienestar Psicológico.	Escala Ordinal	Alto Medio Bajo
			Relaciones Positivas	Muestra cómo los estudiantes de secundaria perciben la autoaceptación interacciones con los demás de manera positiva, se obtiene de la respuesta 7, 8, 9, 10 y 11, dadas en la Escala de Bienestar Psicológico.		
			Autonomía	Muestra cómo los estudiantes de secundaria perciben el sentirse autónomo para su beneficio, se obtiene de la respuesta 12, 13, 14, 15 y 16, dadas en la Escala de Bienestar		

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

	Psicológico.
Dominio del entorno	Muestra cómo los escolares de secundaria perciben el dominio y manejo del entorno para estar bien, se obtiene de la respuesta 17, 18, 19, 20, 21 y 22, dadas en la Escala de Bienestar Psicológico.
Propósito de Vida	Refleja cómo los escolares de secundaria perciben los propósitos de vida para sentirse bien, se obtiene de la respuesta 23, 24, 25, 26 y 27, dadas en la Escala de Bienestar Psicológico.
Crecimiento Personal	Refleja cómo los estudiantes de secundaria perciben el crecimiento y desarrollo personal para sentirse bien, se obtiene de la respuesta 28, 29, 30, 31 y 32, dadas en la Escala de Bienestar Psicológico

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Regulación emocional	Es el proceso mediante el cual los sujetos armonizan sus afectos y transforman su conducta para obtener propósitos, adecuarse a la circunstancia o suscitar el bienestar personal y social.	Es un proceso donde los estudiantes de secundaria regularizan sus afectos y modifican su conducta para obtener propósitos, adaptarse a las situaciones y general su bienestar personal, el cual será medido mediante la Escala de Regulación Emocional.	Reevaluación cognitiva	Indica cómo los estudiantes de secundaria perciben la reevaluación cognitiva, se obtiene de la respuesta 1, 3, 5, 7, 8, 10, en la Escala de Regulación Emocional	Escala Ordinal	Alto Medio Bajo
			Supresión	Indica cómo los estudiantes de secundaria perciben la supresión, se obtiene de la respuesta 2, 4, 6 y 9, en la Escala de Regulación Emocional.		

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

4.6. Procedimiento y análisis de datos

Se tomó en cuenta a la Institución Educativa paraestatal situada en el distrito de Mazamari, Junín; ya que existió la posibilidad de acceder a la muestra. Primero se realizó y envió una solicitud de permiso a la directora del colegio con el objetivo de obtener la aceptación para la realización de la investigación. Después de la aceptación de la solicitud se coordinó con dirección para que realice un comunicado a los padres de familia sobre el desarrollo de la investigación, posterior a ello se programó una reunión para la aplicación del consentimiento informado con los padres que hayan aceptado participar en el estudio, luego se siguió coordinando con la dirección la programación de las fechas para realizar la entrega del asentimiento informado y la aplicación de las pruebas respectivas. Estas fueron aplicadas de manera presencial, en la que se mostró los dos cuestionarios y la ficha sociodemográfica, además se realizó el agradecimiento respectivo a quienes participaron.

Los datos de los puntajes de las pruebas fueron procesados a través de programa Excel generando una base de datos, que luego fue analizada en software SPSS v.26. Se presentan los resultados a nivel descriptivo por tablas y figuras de las frecuencias y porcentajes de la variables y dimensiones, en tanto, el análisis inferencial permitió identificar cómo se distribuyen datos a través de la prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov, para cantidades de más de 50, así mismo se tuvo en cuenta el uso del estadístico paramétrico de correlación Spearman (rho) para relacionar las variables y componentes, en tanto para contrastar las hipótesis se usó un nivel de significancia de 5% (Eguia, et al., 2020).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

4.7. Aspectos éticos

La ética de una investigación siempre es importante ya que busca el bien de una sociedad, y esta debe realizarse de una manera adecuada. Por ello se buscó bibliografía de fuentes confiables para el marco teórico, respetando los derechos de autor. Además, se obtuvo la autorización de la investigación de la comisión de ética de la universidad, con resolución N°028-DACPSI-DAFC5-U.CIENTÍFICA-2024,con ello se procedió al desarrollo de la investigación. Así mismo para la aplicación de la investigación se coordinó con la autoridad responsable, como también se brindó a los padres de los estudiantes un consentimiento informado, para que de esta manera la participación del alumnado del nivel secundario sea de manera voluntaria. Del mismo modo, se proporcionó a los alumnos el asentimiento informado, que les permite conocer sus derechos y beneficios, ya que es importante salvaguardar la libertad y los derechos, protegiendo la dignidad e integridad de los participantes, de este modo se practica el principio de autonomía y beneficencia. Existió responsabilidad y confidencialidad en cuanto al manejo de la muestra, aún más debido a que son menores de edad, por lo que la información brindada fue totalmente anónima. Finalmente se mostró transparencia con el tratamiento adecuado de la información obtenida de la muestra, así como del análisis de los resultados

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

RESULTADOS

5.1. Descripción de la muestra

Se contó con 220 estudiantes de una Institución educativa paraestatal del nivel secundario entre tercero y quinto del distrito de Mazamari ubicado en el departamento de Junín – Perú, cuyas edades oscilaron entre 14 a 17 años.

5.2. Presentación de resultados

5.2.1. Análisis descriptivo

Tabla 1.

Características demográficas

Características		N	%
Sexo	Hombres	106	48.2%
	Mujeres	114	51.8%
Lugar de nacimiento	Mazamari	71	32.3%
	Satipo	43	19.5%
	Huancayo	12	5.5%
	Lima	18	8.2%
	Otros	76	34.5%
Distrito residencia	Mazamari	205	93.2%
	Satipo	6	2.7%
	Pangoa	5	2.3%
	Otros	4	1.8%
Trabaja	No	191	86.8%
	Si	29	13.2%
Vive con sus padres	No	65	29.5%
	Si	155	70.5%
Viven juntos los padres	No	55	25.0%
	Si	165	75.0%
Situación de vivienda	Externos	136	61.8%
	Internos	84	38.2%
TOTAL		**220**	**100%**

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

En la tabla 1 se observa que la mayoría son mujeres, con lugar de nacimiento Mazamari (32.3%) y Satipo (19.5%). El distrito de procedencia es Mazamari (93.2%), el 13.2% de los estudiantes trabaja, el 29.5% no vive con sus padres, en el 25% los padres no viven juntos.

Tabla 2.

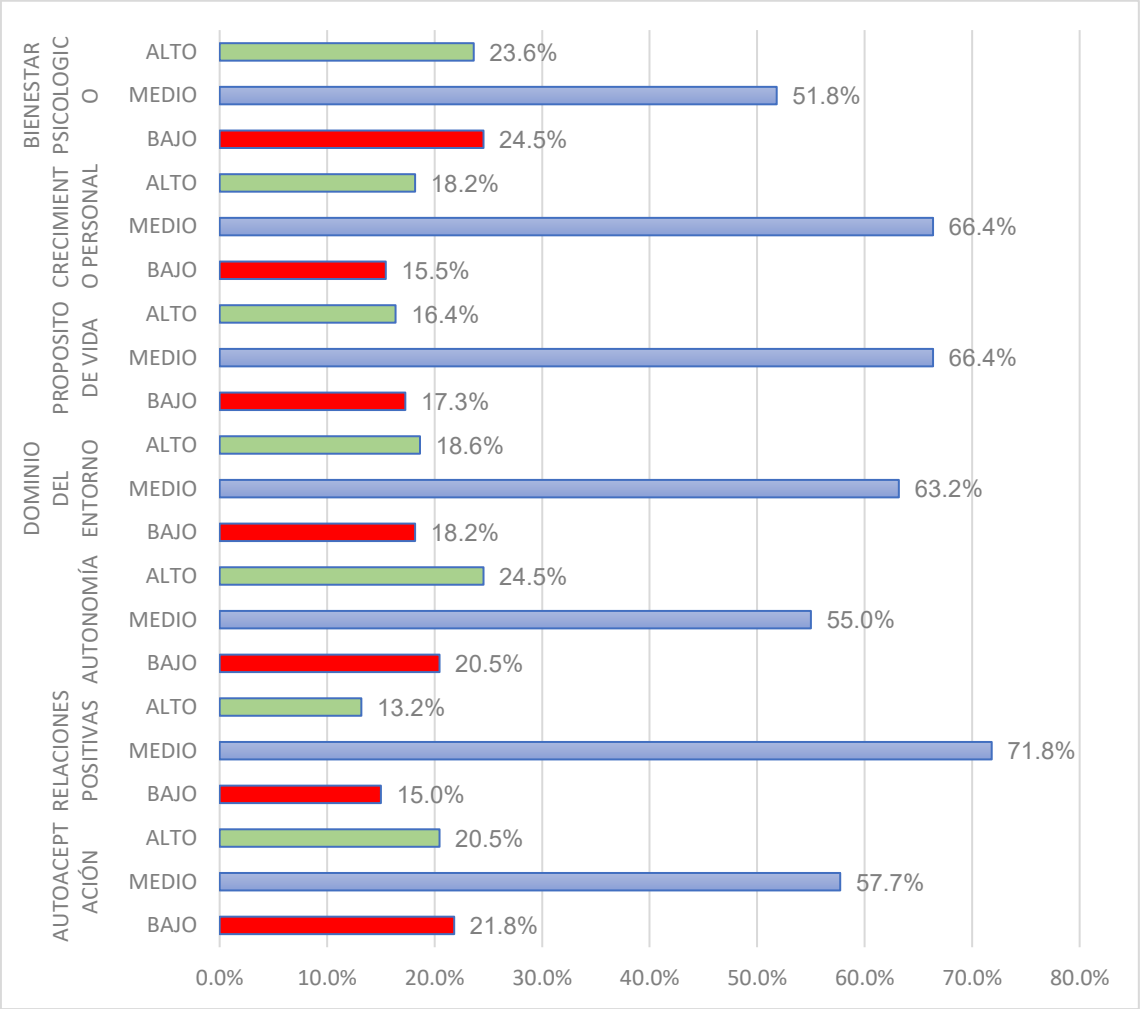
Niveles de bienestar psicológico y dimensiones

BP/D		N	%
	BAJ	48	21.8%
AA	MED	127	57.7%
	ALT	45	20.5%
	BAJ	33	15.0%
RP	MED	158	71.8%
	ALT	29	13.2%
	BAJ	45	20.5%
AU	MED	121	55.0%
	ALT	54	24.5%
	BAJ	40	18.2%
DE	MED	139	63.2%
	ALT	41	18.6%
	BAJ	38	17.3%
PV	MED	146	66.4%
	ALT	36	16.4%
	BAJ	34	15.5%
CP	MED	146	66.4%
	ALT	40	18.2%
	BAJ	54	24.5%
BP	MED	114	51.8%
	ALT	52	23.6%
Total		**220**	**100.0%**

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Figura 1.

Bienestar psicológico y dimensiones



Con referencia a los niveles de bienestar psicológico se tiene un nivel que oscila entre medio (51.8%) a bajo (24.5%). Respecto a las dimensiones se tiene un nivel de autoaceptación medio (57.7%), de relaciones positivas medio (71.8%), de autonomía medio (55%), en el dominio del entorno medio (63.2%), un propósito de vida medio (66.4%) y un crecimiento personal medio (51.8%).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

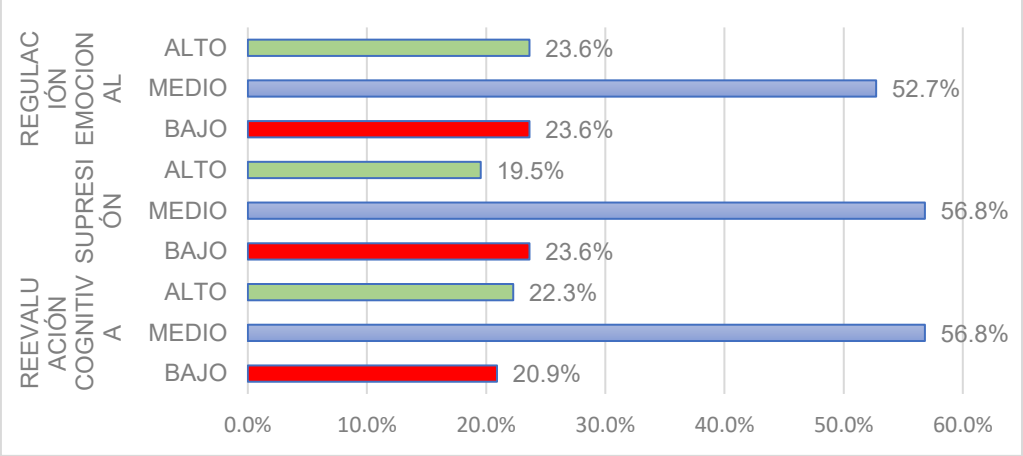
Tabla 3.

Regulación emocional y dimensiones

RE/D		N	%
Reevaluación cognitiva	Bajo	46	20.9%
	Medio	125	56.8%
	Alto	49	22.3%
Supresión	Bajo	52	23.6%
	Medio	125	56.8%
	Alto	43	19.5%
Regulación emocional	Bajo	52	23.6%
	Medio	116	52.7%
	Alto	52	23.6%
Total		220	100.0%

Figura 2.

Regulación emocional y dimensiones



Respecto a la variable regulación emocional se evidencia que la mayor parte se encuentra en el nivel medio (52.7%). En base a las dimensiones reevaluación cognitiva se obtuvo un nivel medio (56.8%) y para supresión un grado medio (56.8%).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

5.2.2. Análisis inferencial

Tabla 4.

Prueba de normalidad

		Bienestar psicológico	Regulación emocional	Reevaluación	Supresión
N		220	220	220	220
Parámetros normales	Media	92.67	46.15	28.06	18.09
	Desv. Desviación	11.556	9.130	6.572	4.920
Máximas diferencias extremas	Absoluto	0.043	0.062	0.079	0.083
	Positivo	0.043	0.054	0.059	0.049
	Negativo	-0.040	-0.062	-0.079	-0.083
Estadístico de prueba		0.043	0.062	0.079	0.083
Sig. asintótica(bilateral)		,200[c]	**,042[c]**	**,002[c]**	**,001[c]**

En la investigación se determinó que los datos no presentan normalidad, debido a que no siguen una distribución normal ($p < 0.05$), sugiriendo pruebas estadísticas no paramétricas, específicamente la correlación rho de Spearman, considerando resultados significativos aquellos valores con un nivel de significancia menor a 0.05 ($p < 0.05$).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Tabla 5.

Relación entre BP y la dimensión reevaluación cognitiva

BP	RC
Rho	,223**
p	0.001
N	220

Considerando una significancia inferior de p<0.05, lo que permite concluir que existe una asociación directa, de intensidad débil y estadísticamente significativa entre el BP y la RC en estudiantes (rho=0.223, p=0.001). Esto significa que a mayor bienestar psicológico hay una buena reevaluación cognitiva en los estudiantes evaluados.

Tabla 6.

Relación entre el BP y la dimensión supresión

BP	S
Rho	-0.047
p	0.488
N	220

Ya que el p valor es mayor a 0.05, se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula, afirmando que no hay relación significativa entre el BP y la supresión en escolares de secundaria de un centro educativa del distrito de Mazamari – Junín (p=0.488).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Tabla 7.

Relación entre el BP y RE

BP		RE
	Rho	,134*
	p	0.030
	N	220

Al observar que el valor de significancia es inferior a p<0.05, permitiendo concluir que se evidencia un vínculo directo, de baja intensidad y estadísticamente significativa entre el BP y RE, mientras que (Rho = 0.030), significa que a mayor bienestar psicológico hay una buena regulación emocional en los estudiantes evaluados.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

DISCUSIÓN

Este estudio tuvo como propósito determinar el vínculo entre el BP y la RE en alumnos en etapa de formación secundaria de una institución escolar del distrito de Mazamari – Junín; en tanto, en los específicos relacionar el BP y las dimensiones, reevaluación cognitiva (RC) y supresión, en estudiantes de secundaria. Por tal razón, se procede a discutir los resultados:

Respecto al bienestar psicológico, en el presente trabajo se evidenció que la mayoría tuvo un bienestar de nivel medio (51.8%) a bajo (24.5%), ya que se sienten seguros de sí mismos, se esfuerzan para efectuar sus proyectos de vida, se están conociendo cada vez mejor y consideran que su vida pasa por un cambio continuo y desarrollo personal, aunque en ciertas circunstancias no expresan su forma de pensar, incluso cuando son diferentes a la de sus compañeros. Estos hallazgos concuerdan con el estudio de Quiroz (2022), obtuvo como resultado que 67.8% evidenció un nivel medio de bienestar psicológico. Así como Marquina y Solórzano (2023) evidenciaron la existencia de una correlación positiva y significativa, señalando que niveles más altos de IE se relacionan con un mayor bienestar psicológico, al respecto. las competencias emocionales como un factor que contribuye a la protección de la salud mental y al desarrollo integral durante la etapa adolescente en el contexto escolar. Según la teoría, García y González (2000) señalan que el BP se despliega por componentes reactivos, temporales, vinculados a la parte emocional, y componentes estables que se tratan de la expresión de lo cognoscitivo, de lo valorativo; ambos están asociados por el temperamento como método de interacciones, y por la parte medioambiental.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

A nivel práctico, los estudiantes al tener un bienestar psicológico en un nivel medio, nos hace referencia que se aceptan tal cual son, pueden hacer frente a las circunstancias de estrés, como las tareas, los exámenes, las exposiciones entre otras circunstancias que originan tensiones en la persona, asimismo son capaces de desarrollar sus habilidades, pueden aprender y trabajar adecuadamente, así como ser capaces de tomar decisiones y ser libres de elegir a sus amistades donde puedan mantener relaciones saludables, pensando en sus proyecto de vida.

Sobre la regulación emocional, en el presente estudio se demostró que los adolescentes poseen una regulación de nivel medio (52.7%), pues cuando quieren sentir una emoción positiva (como alegría o felicidad) cambian lo que están pensando, se reservan sus emociones para sí mismos y ante una situación estresante intentan pensar y mantener la calma. En cambio, Pérez (2020) indicó que los alumnos presentan problemas de regulación emocional. De la misma manera, Gonzales Salazar (2023), evidenció que los adolescentes con mayores dificultades en la regulación de sus emociones presentaban niveles más altos de soledad, lo cual resalta la importancia de fortalecer competencias emocionales en contextos educativos y familiares.

En base a la Teoría de Goleman, la parte emocional abarca una colectividad de particularidades indispensables para solucionar con éxito los inconvenientes vitales (Fragoso, 2015). De acuerdo con lo mencionado en la parte práctica, se puede inferir que los estudiantes son capaces de manejar sus emociones ante diferentes circunstancias que puedan afectar su bienestar, es decir cuando están pasando por una situación estresante, mantienen la calma y tranquilidad.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

En cuanto a la asociación existente entre el BP y la regulación emocional en estudiantes del nivel secundario, en la presente investigación se halló que hay una correlación significativa y directa (p=0.030 y Rho de Spearman=0.134) entre dichas variables. Estos resultados concuerdan con el estudio de Villegas (2023), evidencio una correlación positiva pero moderada entre RE y BP (r = 0.250), lo que indica que los adolescentes con mayores habilidades de regulación emocional tienden a reportar mejores niveles de bienestar subjetivo.

Acerca del BP y la reevaluación cognitiva en estudiantes de secundaria, en el presente estudio se demostró una correlación significativa y directa (p=0.001 y Rho de Spearman=0.223) entre las variables mencionadas; resultado que concuerda con el trabajo de Caguana y Ponce (2023), en el cual hubo una correlación positiva baja entre BP y RC (Rho= 0.169, p= 0.014), en otras palabras, los estudiantes que presentan niveles elevados de reevaluación cognitiva tienden a mostrar un mayor bienestar psicológico.. Según la literatura, la reevaluación cognitiva se basa en una habilidad mediante la cual el sujeto especula, aprecia y considera una específica circunstancia con el fin de ordenar el efecto emocional de la misma (Navarro et al., 2018). En base a lo mencionado para aspectos prácticos, cuando los estudiantes saben gestionar y controlar sus emociones al momento de expresarlas, manifiestan una satisfacción mental que les permite elevar su autoestima, reducir el estrés, mejora sus relaciones interpersonales y aumentan su resiliencia.

En lo que corresponde al BP y la supresión en estudiantes de secundaria, en este estudio se evidenció la inexistencia de asociación entre los indicadores analizados (p>0.05). Esto es disímil al estudio de Caguana y Ponce

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

(2023), evidenciaron una correlación negativa baja entre BP y supresión emocional (SE) (Rho= -2.96, p= <.001), es decir los participantes con niveles más altos de supresión emocional tienden a presentar un menor bienestar psicológico. La literatura indica que la supresión es la contención del cuadro explícito de la práctica emocional, variando el elemento conductual de la réplica emocional sin comprimir la práctica de la conmoción negativa (Navarro et al., 2018). De modo práctico, esto puede ser posible debido a que los estudiantes cuando experimentan alguna problemática de cualquier índole evitan emociones que puedan llevarlo a reaccionar de una manera inadecuada en el momento, prefiriendo evitar conflictos con sus compañeros.

Desde una mirada contextual y cultural, es necesario reconocer que la comunidad de Mazamari presenta una composición sociocultural diversa, con condiciones económicas limitadas y acceso restringido a programas de orientación emocional. Estas particularidades podrían explicar la correlación débil entre las variables. En contextos rurales o semiurbanos como el de Mazamari, los adolescentes suelen aprender a gestionar sus emociones mediante modelos familiares tradicionales, donde la contención emocional y el autocontrol son más valorados que la expresión abierta de sentimientos. Dichas normas culturales pueden restringir el desarrollo de estrategias emocionales flexibles, reduciendo la fuerza del vínculo existente entre RE y BP.

Las limitaciones fueron: a falta de alumnado se tomó en consideración a todas las secciones tanto A, B y C, según corresponda por cada grado, es decir tanto externos e internos; existió la posibilidad de que ciertas características

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

puedan influir en la investigación. Otro posible obstáculo, fue la falta de estudios previos en zonas rurales como las que se propone en el trabajo, para lo cual se tomó estudios referenciales. Por último, alcanzar una población significativa, es decir obtener la mayor cantidad de estudiantes que llenen las encuestas, para lo cual intentó trabajar con la totalidad de la muestra.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

CONCLUSIONES

1. Hay relación estadísticamente significativa (rho=0.134, p=0.030) con respecto al BP y la RE en escolares de secundaria de un centro educativo del distrito de Mazamari – Junín en el año 2023.
2. Existe relación relevante con respecto al BP y la RC (rho=0.223, p=0.001) en estudiantes de la institución.
3. No existe relación relevante con respecto al BP y la supresión (rho=0.047, p=0.488) en estudiantes de secundaria.
4. Por otro lado, aunque el instrumento no ha sido adaptado a la población elegida se utilizó los datos psicométricos de investigaciones realizadas en el departamento de Cajamarca con características similares.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

RECOMENDACIONES

Se sugiere que en los Centros Educativos se aplique el instrumento de Bienestar Psicológico y el Cuestionario de Regulación Emocional con la finalidad de saber la situación de cada adolescente y se pueda plantear intervenciones en pro de la salud mental.

Se propone implementar un enfoque de intervención más efectivo, centrado en las motivaciones y estados emocionales de los estudiantes, vinculado al bienestar psicológico y a la regulación emocional, dado que estos factores son esenciales para favorecer un rendimiento académico óptimo y el desarrollo integral del alumnado

Se recomienda involucrar a las familias y la comunidad local en talleres de formación sobre expresión emocional, comunicación afectiva y resolución de conflictos, con el fin de generar entornos de apoyo que favorezcan el bienestar psicológico adolescente.

Se recomienda la realización de acciones idóneas que permitan el buen nivel de bienestar psicológico, esto podría alcanzarse mediante la incorporación de entidades de apoyo, tales como los centros de salud mental ubicados en zonas cercanas, los cuales brindan acciones orientadas a la promoción de la salud psicológica.

Se sugiere a la institución educativa desarrollar programas de educación emocional y estrategias de afrontamiento que promuevan la autoaceptación, la empatía y la resiliencia, con el fin de fortalecer el bienestar psicológico de los estudiantes.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Se considera conveniente realizar futuras adaptaciones y validaciones específicas para el distrito en estudio, considerando sus particularidades socioculturales, económicas y educativas. Esto permitiría obtener resultados más precisos y representativos de la realidad local, fortaleciendo la validez externa de las investigaciones posteriores

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Antoni, M. y Zentner, J. (2015). *Las cuatro emociones básicas.* Herder Editorial. https://elibro.net/es/ereader/ucsur/45725?page=19.

Bulnes, M., Alvarez, C. y Morales., C. (2018). Ansiedad social y regulación emocional en adolescentes de Lima metropolitana con y sin presencia de síntomas somáticos. *Temática Psicológica*, (14), 51-68. https://revistas.unife.edu.pe/index.php/tematicapsicologica/article/view/1810/2098

Caguana, L. y Ponce, R. (2023). Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 4*(1), 558. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9585799.pdf

Carrasco, S. (2013). *Metodología de la Investigación Científica*. Editorial San Marcos.

Castro, N., Suárez, X. y Barra Almagiá, E. (2021). *Relationships of emotional regulation difficulties and personality factors with life satisfaction of university students. Liberabit, 27*(1), e433. https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n1.02

Cordero, B., Gracia, M., Moyano, E., & Páez, D. (2024). *Bienestar en adolescentes: El rol del apoyo social y de la satisfacción de necesidades básicas. Revista CES Psicología, 17*(1), 52–67 https://doi.org/10.21615/cesp.6577

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Cruzado Chicoma, A. G., & Rivera Rodríguez, F. Y. (2024). *La regulación emocional en la soledad de los adolescentes en la provincia de Trujillo tras el abandono parental, 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. *Repositorio Institucional UCV.* https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/139252

Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C. y Van Direrendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema, 18*(3), 572-577. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72718337

Eguia Elias, C., Raymundo Villalva, O., & Vásquez Abatte, G. (2020). Ideación Suicida y Estilos Parentales Disfuncionales en Adolescentes con o sin Autolesiones en Lima Metropolitana. *Revista Liminales. Escritos Sobre Psicología Y Sociedad, 9*(18), 67-91. https://doi.org/10.54255/lim.vol9.num18.471

Farfán, J. et al. (2025). Bienestar psicológico y convivencia escolar en estudiantes de secundaria. *Vive Revista de Salud. 8* (22), 357-368. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2664-32432025000100357&script=sci_arttext

Flores, P., Muñoz, R. y Medrano, L. (2018). Concepciones de la Felicidad y su relación con el Bienestar Subjetivo: un estudio mediante Redes

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Semánticas Naturales. *Liberabit*, *24*(1), 115-130. http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v24n1/a08v24n1.pdf

Fragoso, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto?. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, *VI*(16), 110-125. https://www.redalyc.org/pdf/2991/299138522006.pdf

García, C. y González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Rev Cubana Med Gen Integr.*, *16*(6). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010

Gómez, O. y Calleja, N. (2016). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, *8*(1), 96-117. https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinvpsi/mip-2016/mip161g.pdf

Gonzales Salazar–Calderón, C. (2023). *Regulación emocional y agresividad en estudiantes del nivel secundario de una institución privada de la provincia de Camaná de Arequipa* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. *Repositorio Institucional UCSM.* https://hdl.handle.net/20.500.12920/13080

Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C. (2018). M*etodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mcgraw - Hill Interamericana.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Leal, R., & Silva, R. (2010). *Bienestar psicológico del adolescente cajamarquino: Adaptación local de la escala SPWB de Ryff.* Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.

Marquina Soto, C., & Solórzano Gonzales, J. (2023). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes de un colegio parroquial mixto de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio Institucional UCSS. https://repositorio.ucss.edu.pe/item/c7e4124f-d848-425a-a903-8c052c7da86f

Meneses-Gomez, M; Ruiz-Sanchez, S; y Sepulveda-Henao, M. (2016). *Revisión de las principales teorías de bienestar psicológico* [Tesis de pregrado, Universidad de Antioquia, Colombia]. Repositorio digital. http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14523/1/MenesesMaria_2016_RevisionPrincipalesTeorias.pdf

Ministerio del Interior del Perú (2024, 21 de octubre). *PNP captura a 51 delincuentes en el Vraem durante el plan operativo Génesis.* Gobierno del Perú. https://www.gob.pe/institucion/mininter/noticias/1043832-pnp-capturo-mas-de-50-delincuentes-en-las-ultimas-72-horas-en-el-vraem

Ministerio de Salud. (2021). *Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional. Nota de Prensa*. Ministerio de Salud. https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional

Naciones Unidas. (2021). *La COVID-19 y la salud mental y el bienestar: Mensajes para ayudar a quienes tienen problemas de salud mental*. https://www.un.org/es/coronavirus/mental-health-and-wellbeing.

Naranjo, Y., Concepción, J. y Rodríguez, M. (2017). La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. *Gac Méd Espirit*, *19*(3). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009

Navarro, J., Vara, D., Cebolla, A. y Baños, R. (2018). Validación psicométrica del cuestionario de regulación emocional (ERQ-CA) en población adolescente española. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, *5*(1), 9-15. https://www.revistapcna.com/sites/default/files/1_1.pdf

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. OMS. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response

Organización Mundial de la Salud. (2021). *Salud mental del adolescente*. Ginebra: OMS. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response

Pallarés, M. (2010). *Emociones y sentimientos: dónde se forman y cómo se transforman.* Barcelona. Marge Books. https://elibro.net/es/ereader/ucsur/41930?page=72.

Pérez, D. (2020). *Estrés académico y regulación emocional en estudiantes universitarios.* Universidad Argentina de la Empresa. [Trabajo Fin de

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Grado, Fundación UADE de Argentina]. Repositorio Institucional UADE. https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/12474/P%c3%a9rez%20Grandamarina%20%20TIF.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pinedo, I. A., y Canal, J. Y. (2020). Emociones básicas y emociones morales complejas: claves de comprensión y criterios de clasificación desde una perspectiva cognitiva. *Tesis Psicológica*, 15(2), 198-219. https://doi.org/10.37511/tesis.v15n2a11

Quiroz, B. (2022). *Bienestar psicológico y la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de un colegio público, Cañete, 2022*. [trabajo de fin de grado, Universidad Continental]. Tesis Digital Repositorio Institucional Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/17939/1/IV_FHU_501_TE_Quiroz_Tueros_2025.pdf

Ramirez C. y Tulio A. (1997). Como Hacer un Proyecto de Investigación. Caracas.
Editor Tulio A. Ramírez C.

Robles-Pastor, B. (2019). Población y muestra. *Pueblo continente*, *30*(1). http://journal.upao.edu.pe/PuebloContinente/article/download/1269/1099

Romero, A., Brustad, R. y García, A. (2007). Bienestar psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el deporte. *Revista*

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, *2*(2), 31-52. https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126258003.pdf

Rosa, Y., Negrón, N., Maldonado, Y., Quiñones, A., Toledo, N. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, *33*(1). DOI: https://doi.org/10.12804/apl33.01.2015.03

Silva, J. (2005). Regulación emocional y psicopatología: el modelo de: vulnerabilidad/resiliencia. *Rev. Chil. Neuro. Psiquiat.*, *43*(3), 201-209. https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v43n3/art04.pdf

Van Dierendonck, D. (2004). The construct validity of Ryff's Scales of Psychological Well-Being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences, 36*(3), 629–643. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00122-3

Vásquez J. (2020) *Proyecto de Ley N° 6446/2020-CR*. https://www.leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016_2021/Proyectos_de_Ley_y_de_Resoluciones_Legislativas/PL06446-20201013.pdf

Vásquez, L. y Pajares, E. (2015). *Relación entre ideación suicida y bienestar psicológico en las adolescentes tuteladas del Hogar Belén de Cajamarca 2015.* [Trabajo de Maestría en Psicología Clínica, Universidad Privada Antonia Guillermo Urrelo]. Repositorio Institucional UPAGU. http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/184/VASQUEZ%20Y%20PAJARES.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Villegas, J. (2023). Regulación emocional y bienestar psicológico en adolescentes de la provincia de Tungurahua [Tesis de licenciatura,

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Pontificia Universidad católica de Ecuador]. Tesis digital Repositorio institucional PUCE. https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/f8e75f4b-3c71-42a9-981d-02988f232014/content

Vivanco, T. (2025, 13 de agosto). *Junín: Tasa de víctimas de algún hecho delictivo alcanza el 34,6 % y genera debate*. Correo. https://diariocorreo.pe/edicion/huancayo/junin-tasa-de-victimas-de-algun-hecho-delictivo-alcanza-el-346-y-genera-debate-noticia/#google_vignette

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ANEXOS

Anexo 1.

Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Padres)

Título del Estudio: "BIENESTAR PSICOLÓGICO Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE MAZAMARI – JUNÍN, 2023"

Información Clave

El siguiente es un breve resumen de este estudio para ayudarte a decidir si desea participar en esta investigación. Más adelante en este formulario se muestra información más detallada.

Introducción

Reciba usted mi cordial saludo, mi nombre es Xena Alibeth Zapata Poves, bachiller de la Carrera de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Científica del Sur. Estamos invitando a su menor hijo(a) a participar en un estudio llamado: "Bienestar psicológico y regulación emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Mazamari– Junín, 2023".

Por favor lea este formulario cuidadosamente. Proporciona información importante sobre la participación en la investigación. Usted / su hijo (a) tiene derecho a tomarse el tiempo para tomar decisiones sobre participar en esta investigación. Si usted / su hijo (a) tiene alguna pregunta sobre la investigación

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

o cualquier parte de este formulario, usted / su hijo (a) pueden preguntarnos en cualquier momento. Si acepta que su hijo (a) pueda participar en esta investigación, se le pedirá que firme este formulario. Se le proporcionará una copia del formulario firmado.

Propósito del Estudio:

El bienestar psicológico y la regulación emocional son factores importantes en la vida de un individuo, ya que de ello dependen la mejora de sus relaciones con otras personas y consigo mismo. Por ello se consideró importante abordar el contexto actual de los estudiantes respecto a su salud mental, permitiendo brindar un espacio para plantear y buscar nuevas estrategias para el bienestar y mejoramiento; en cuanto a su salud mental, así mismo analizar la posibilidad en desarrollar charlas y/o talleres a los alumnos, es un propósito para fortificar su bienestar y optimizar su regulación emocional. Por tal motivo, la razón de este estudio es examinar si hay relación entre el bienestar psicológico y la regulación emocional en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria, con el propósito de proponer las recomendaciones necesarias, basadas en las conclusiones de la investigación.

Procedimientos:

Si usted acepta que su hijo (a) participe en este estudio él o ella responderá a los siguientes instrumentos:

Esta sección está compuesta en tres partes:

Ficha de datos sociodemográfico: está conformada por preguntas sencillas y básicas sobre la edad, sexo, grado e información personal, menos los nombres y apellidos.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Cuestionario 1: La Escala de bienestar psicológico de Ryff está conformada por 32 ítems, del cual no hay respuestas buenas o malas, podrá marcar las respuestas que mejor considera que se identifica.

Cuestionario 2: El Cuestionario de regulación emocional para adolescentes, está conformada por 10 ítems, de igual manera, no hay respuestas buenas o malas, deberá marcar las respuestas que mejor considera identificarse.

Si al momento de responder las encuestas tiene alguna duda o pregunta que no dude en hacérnosla llegar. Los datos que se obtengan son totalmente confidenciales y se hará uso exclusivo para esta investigación.

Riesgos:

No existe ningún riesgo alguno que el participante pueda tener en esta investigación.

Beneficios:

Su hijo (a) se beneficiará con un taller para mejorar bienestar psicológico y la regulación de sus emociones, previa coordinación. Además, con su participación nos ayudará a encontrar información relevante sobre el bienestar psicológico y la regulación emocional.

Costos y compensación

Usted no deberá pagar nada por la participación de su hijo (a) en el estudio, es decir, no le ocasionarán gasto alguno. Igualmente, no recibirá incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Nosotros guardaremos su información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participan en este estudio. Solo las investigadoras tendrán acceso a la base de datos del estudio. Todas las entrevistas y procedimientos de investigación se realizarán en un lugar que usted o su hijo (a) estén de acuerdo.

La información que recopilamos durante la participación de su hijo (a) será completamente confidencial y privada. Su hijo (a) será identificado por un código único.

Derechos del participante:

A pesar de que usted decidió que su hijo (a) participe en este estudio, podrá retirarse de este en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio si así usted lo decide. Ello no le debe causar ningún tipo de represalia o sanción a usted o a su menor hijo (a). Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio o contáctese con Xena Alibeth Zapata Poves al correo electrónico 180000652@científica.edu.pe o con Estrella Medina Pariona al correo 180000921@cientifica.edu.pe

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar:

Comité Institucional de Ética en Investigación Universidad Científica del Sur (CIEI-CIENTÍFICA)	Panamericana Sur Km 19, Villa Portal: https://investigacion.cientifica.edu.pe/ciei-cientifica/ Correo: cieicientifica@cientifica.edu.pe.

Una copia de este consentimiento informado le será entregada firmada y fechada.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente que mi menor hijo(a) participe en este estudio, he comprendido de las actividades de investigación en la que participará. Entiendo que mi menor hijo puede decidir no participar y puede retirarse del estudio en cualquier momento. El personal del estudio me ha explicado y ha respondido a todas mis preguntas.

<table>
<tr><td colspan="3">Al firmar, declaro haber leído y estar de acuerdo en autorizar lo que se indica en este documento:</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Padre/ Madre del participante</td><td rowspan="2">_____
Apellidos y Nombres
Firma</td><td>Fecha:</td></tr>
<tr><td>Huella Digital:
Hora:</td></tr>
<tr><td>Investigador</td><td>_____
Apellidos y Nombres
Firma</td><td>Fecha:</td></tr>
</table>

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anexo 2.

Asentimiento informado

Título del Estudio: "BIENESTAR PSICOLÓGICO Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE MAZAMARI – JUNÍN, 2023"

Información Clave

El siguiente es un breve resumen de este estudio para ayudarte a decidir si desea participar en esta investigación. Más adelante en este formulario se muestra información más detallada.

Introducción

Hola, mi nombre es Xena Alibeth Zapata Poves, bachiller de la Carrera de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Científica del Sur. Te estamos invitando a participar en un estudio llamado: "Bienestar psicológico y regulación emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Mazamari – Junín, 2023".

A continuación, te voy a brindar información e invitarte a ser parte de este estudio. Antes de que decidas participar, puedes hablar con nosotras o cualquier otra persona con quien te sientas cómoda sobre esta investigación. Si tienes alguna pregunta o duda relacionada con el estudio no dudes en consultarme. Estaremos atentas para resolver cualquier inquietud y duda que puedas tener antes durante y después del estudio.

Propósito del Estudio:

El bienestar psicológico y la regulación emocional son factores importantes en la vida de un individuo, ya que de ello dependen la mejora de sus relaciones con otras personas y consigo mismo. Por ello se consideró importante abordar el contexto actual de los estudiantes respecto a su salud

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

mental, permitiendo brindar un espacio para plantear y buscar nuevas estrategias para el bienestar y mejoramiento; en cuanto a su salud mental, así mismo analizar la posibilidad en desarrollar charlas y/o talleres a los alumnos, es un propósito para fortificar su bienestar y optimizar su regulación emocional. Por tal motivo, la razón de este estudio es examinar si hay relación entre el bienestar psicológico y la regulación emocional en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria, con el propósito de proponer las recomendaciones necesarias, basadas en las conclusiones de la investigación.

Procedimientos:

Si usted acepta participar en este estudio responderá a los siguientes instrumentos:

Esta sección está compuesta en tres partes:

Ficha de datos sociodemográfico: está conformada por preguntas sencillas y básicas sobre la edad, sexo, grado e información personal, menos los nombres y apellidos.

Cuestionario 1: La Escala de bienestar psicológico de Ryff está conformada por 32 ítems, del cual no hay respuestas buenas o malas, podrá marcar las respuestas que mejor considera que se identifica.

Cuestionario 2: El Cuestionario de regulación emocional para adolescentes, está conformada por 10 ítems, de igual manera, no hay respuestas buenas o malas, deberá marcar las respuestas que mejor considera identificarse.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Si al momento de responder las encuestas tiene alguna duda o pregunta que no dude en hacérnosla llegar. Los datos que se obtengan son totalmente confidenciales y se hará uso exclusivo para esta investigación.

Riesgos:

No existe ningún riesgo alguno que el participante pueda tener en esta investigación.

Beneficios:

Al participar de este estudio no tendrá beneficios directos a su persona; sin embargo, esta investigación busca aportar información relevante sobre el clima social familiar y el bienestar psicológico; por lo que, con su participación nos ayudará encontrar respuestas a la pregunta de investigación. Además, se les podrá brindar talleres para mejorar bienestar psicológico y la regulación de sus emociones, previa coordinación.

Costos y compensación:

Usted no deberá pagar nada por la participación de su hijo (a) en el estudio, es decir, no le ocasionarán gasto alguno. Igualmente, no recibirá incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos su información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participan en este estudio. Tus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

sin tu consentimiento. Solo las investigadoras tendrán acceso a la base de datos del estudio.

Derechos del participante:

Tu participación en esta investigación es voluntaria.

Si decides participar en el estudio, puedes retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Puedes decir que está bien ahora y cambiar de opinión más tarde. Puedes decir que no, incluso si tu mamá y tu papá (o apoderado) dicen que sí. Nadie se enojará contigo si no quieres participar en el estudio. Si tienes alguna duda adicional, por favor pregunta al personal del estudio o contáctese con Xena Alibeth Zapata Poves al correo electrónico 180000652@científica.edu.pe o con Estrella Medina Pariona al correo 180000921@cientifica.edu.pe

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar:

Comité Institucional de Ética en Investigación Universidad Científica del Sur (CIEI-CIENTÍFICA)	Panamericana Sur Km 19, Villa Portal: https://investigacion.cientifica.edu.pe/ciei-cientifica/ Correo: ciei_ucsur@cientifica.edu.pe

Una copia de este consentimiento informado le será entregada firmada y fechada.

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

<table>
<tr><td colspan="3">Al firmar, declaro haber leído y estar de acuerdo en autorizar lo que se indica en este documento:</td></tr>
<tr><td>Participante menor de edad</td><td>_____
Apellidos y Nombres
Firma</td><td>Fecha:
Huella Digital:
Hora:</td></tr>
<tr><td>Investigador</td><td>_____
Apellidos y Nombres
Firma</td><td></td></tr>
</table>

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anexo 3.

Matriz de consistencia

Pregunta	Objetivos	Variables	Diseño	Población	Muestra	Procesamiento de análisis
¿Qué vinculo existe entre el bienestar psicológico y la regulación emocional en escolares del nivel secundario de un centro educativo del distrito de Mazamari – Junín en el año 2023?	**Objetivo General** Determinar el vínculo entre el bienestar psicológico y la regulación emocional en escolares de secundaria de una institución educativa del distrito de Mazamari – Junín durante el año 2023 **Objetivos Específicos** a) Identificar la relación entre el bienestar psicológico y la reevaluación cognitiva en estudiantes de secundaria. b) Determinar la relación entre el bienestar psicológico y la supresión en estudiantes de secundaria.	Variable 1: Bienestar psicológico Dimensiones: auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito de vida, crecimiento personal Variable 2: regulación emocional Dimensiones: reevaluación cognitiva, supresión	Enfoque: cuantitativo, básico. Diseño: no experimental, transversal y correlacional	La población estará constituida por 220 estudiantes que pertenecen al nivel secundario entre tercero y quinto.	Se intentará trabajar con la totalidad de estudiantes de 220 estudiantes, de ambos sexos, del 3o al 5o de secundaria	Descriptivo: utilizando para indicadores cualitativos: frecuencias absolutas y relativas y en el caso de indicadores cuantitativos medidas de tendencia central y dispersión. Inferencial: se tendrá en cuenta el uso de estadísticos no paramétricos para el análisis de correlación como rho de Spearman, con un nivel de significancia del 95%.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anexo 4.

Ficha sociodemográfica

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Esta es una encuesta en la que Ud. participa voluntariamente, por lo que le agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas. Antes de responder al cuestionario le pedimos que nos proporciones los siguientes datos:

Sexo: Masculino ( ) Femenino ( )

Edad: ……

Lugar de nacimiento:.....

Distrito de residencia:.....

Trabaja: Si ( ) No ( )

En caso de ser afirmativa su respuesta, especifique en qué trabaja……

Grado de instrucción:.....

Vive con sus padres: Si ( ) No ( )

Estado civil de los padres:

- Casado
- Conviviente
- Divorciado
- Viudo

Situación actual de sus padres :

viven juntos: Si ( ) No ( )

Viven separados: Si ( ) No ( )

Centro de estudios:.....

Sección:.....

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anexo 5.

Instrumentos

Instrumento 1

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF

EDAD: **SEXO: FEMENINO ( ) MASCULINO ( )**

GRADO DE ESTUDIOS:

La presente encuesta tiene como objetivo tener un mayor conocimiento de lo que piensas sobre tu propia vida. Esto nos permitirá determinar cómo es que sueles tratar a los demás y desearías ser tratado(a) por ellos. Por favor, marco con una X sobre la opción que consideres se ajusta a tu persona, como se ve en el ejemplo siguiente. Recuerda, no debes demorar en responder cada uno de los enunciados, pues no existe respuestas correctas ni incorrectas, en caso de que tenga alguna duda consúltelo con el evaluador.

Ítems	Siempre	Casi siempre	Casi nunca	Nunca
1. Por las cosas que me ha tocado vivir pienso que mi vida es muy buena				
2. Me siento solo(a) al no tener amigos íntimos o de confianza con quienes compartir mis emociones.				
3. Expreso mis opiniones, incluso cuando son opuestas a la mayoría de la gente.				
4. Me preocupa saber que piensan los demás frente a las decisiones que tomo en la vida.				
5. Me resulta difícil hacer que mi vida se desarrolle según lo que espero obtener.				
6. Planifico las acciones que me brindaran las cosas que espero de la vida				
7. Me siento seguro(a) con lo que soy				
8. No tengo quien me escuche cuando necesito hablar de las cosas que me preocupan o me generan dudas.				
9. Estoy pendiente en saber cómo me evalúan los demás.				
10. Soy capaz de tomar las acciones necesarias para vivir según mis deseos				

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

11. Me esfuerzo para realizar los proyectos que me he propuesto para mi vida				
12. Son numerosas las cosas que me incomodan de mí mismo(a).				
13. Siento que las personas que aprecio me brindan cosas muy valiosas.				
14. La forma como estoy viviendo responde a las acciones que he vivido.				
15. Evalúo las cosas que he realizado en el pasado y realizaré en el futuro.				
16. Me agrada gran parte de mi forma de ser.				
17. Siento que me estoy desarrollando como persona.				
18. Confío en mis opiniones, incluso si son contrarias a los de la mayoría.				
19. Las exigencias de la vida diaria me generan gran malestar.				
20. Tengo claro cuál es mi objetivo y metas en la vida.				
21. Siento que me estoy conociendo cada vez mejor				
22. Me siento inconforme conmigo mismo(a) por carecer de éxito en algunos asuntos de mi vida.				
23. Cuento con personas que me brindan su confianza.				
24. Me es difícil expresar mis opiniones en temas donde las personas no se ponen de acuerdo.				
25. Soy bueno(a) manejando mis responsabilidades de la vida diaria.				
26. Tengo dificultad en precisar lo que quiero conseguir en la vida.				
27. Dejo de realizar los cambios necesarios para mejorar mi vida				
28. Me siento orgulloso(a) de la vida que llevo.				
29. Mis amigos(as) saben que pueden confiar en mí.				
30. Pienso que realmente no estoy mejorando como persona.				
31. Mi vida ha sido un proceso continuo de cambio y crecimiento personal.				
32. Hago los cambios necesarios cuando siento que mi vida se vuelve insatisfactoria.				

Fuente: Tomado de *Relación entre ideación suicida y bienestar psicológico en las adolescentes tuteladas del Hogar Belén de Cajamarca 2015*, por Vásquez y Pajares, 2015.

Agradecemos tu gentil colaboración

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Instrumento 2

CUESTIONARIO DE REGULACIÓN EMOCIONAL PARA ADOLESCENTES

(ERQ-CA)

Las siguientes preguntas están relacionadas con su vida emocional, en particular cómo controla o cómo maneja y regula sus emociones. En este sentido, estamos interesados en dos aspectos principales: por un lado, su experiencia emocional, o cómo siente las emociones; y por otro, la expresión emocional o como muestra sus emociones en su forma de hablar o de comportarse. Aunque algunas de las siguientes preguntas pudieran parecer similares, difieren en aspectos bastante importantes. Para cada uno de los ítems, utilice la siguiente escala de respuesta:

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en desacuerdo			Neutral			Totalmente de acuerdo

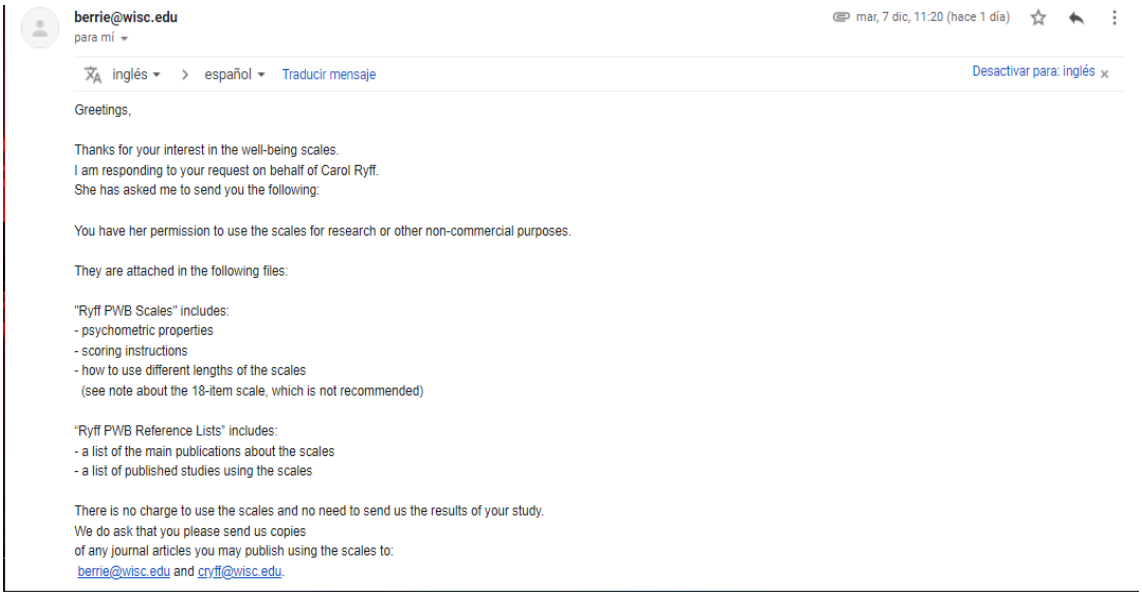
N°		1	2	3	4	5	6	7
1	Cuando quiero sentir más intensamente una emoción positiva (como alegría o felicidad) cambio lo que estoy pensando.							
2	Me reservo mis emociones para mí mismo							
3	Cuando quiero sentir menos intensamente una emoción negativa (como tristeza o enfado) cambio lo que estoy pensando.							
4	Cuando tengo emociones positivas, pongo mucho cuidado en no expresarlas.							
5	Cuando me enfrento a una situación estresante, intento pensar sobre esa situación de una forma que me ayude a mantener la calma.							
6	Controlo mis emociones, no expresándolas.							
7	Cuando quiero sentir más intensamente una emoción positiva, cambio mi manera de pensar acerca de la situación.							
8	Controlo mis emociones cambiando mi manera de pensar acerca de la situación en la que estoy.							
9	Cuando siento emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.							
10	Cuando quiero sentir con menor intensidad una emoción negativa, cambio mi manera de pensar acerca de esa situación.							

Fuente: Tomado de *Ansiedad social y regulación emocional en adolescentes de Lima metropolitana con y sin presencia de síntomas somáticos*, por Bulnes, Álvarez y Morales, 2018.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anexo 6.

Permiso para utilizar instrumentos



berrie@wisc.edu mar, 7 dic, 11:20 (hace 1 día)
para mí

inglés › español Traducir mensaje Desactivar para: inglés

Greetings,

Thanks for your interest in the well-being scales.
I am responding to your request on behalf of Carol Ryff.
She has asked me to send you the following:

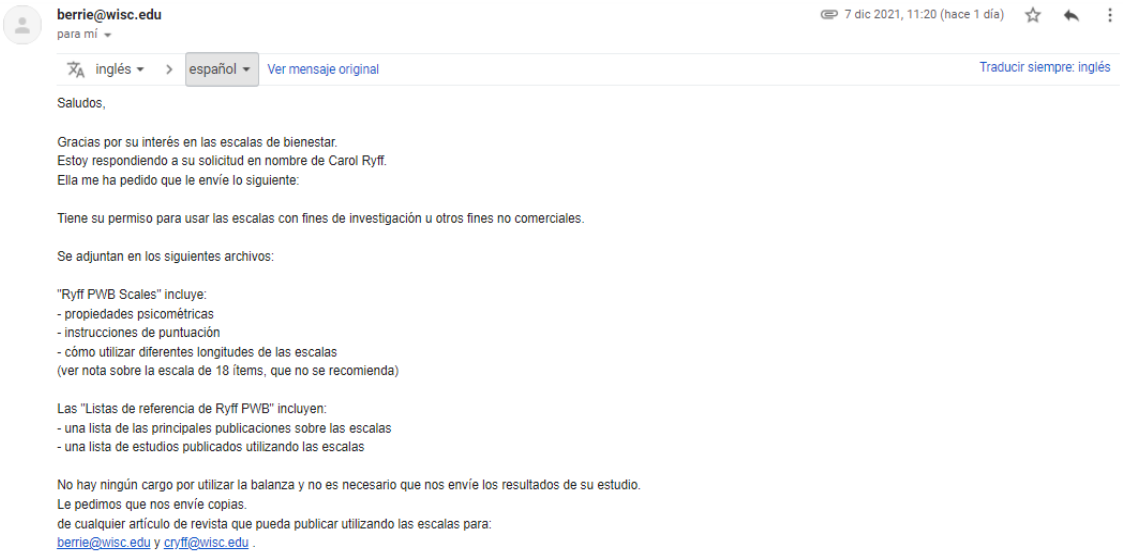
You have her permission to use the scales for research or other non-commercial purposes.

They are attached in the following files:

"Ryff PWB Scales" includes:
- psychometric properties
- scoring instructions
- how to use different lengths of the scales
(see note about the 18-item scale, which is not recommended)

"Ryff PWB Reference Lists" includes:
- a list of the main publications about the scales
- a list of published studies using the scales

There is no charge to use the scales and no need to send us the results of your study.
We do ask that you please send us copies
of any journal articles you may publish using the scales to:
berrie@wisc.edu and cryff@wisc.edu.



berrie@wisc.edu 7 dic 2021, 11:20 (hace 1 día)
para mí

inglés › español Ver mensaje original Traducir siempre: inglés

Saludos,

Gracias por su interés en las escalas de bienestar.
Estoy respondiendo a su solicitud en nombre de Carol Ryff.
Ella me ha pedido que le envíe lo siguiente:

Tiene su permiso para usar las escalas con fines de investigación u otros fines no comerciales.

Se adjuntan en los siguientes archivos:

"Ryff PWB Scales" incluye:
- propiedades psicométricas
- instrucciones de puntuación
- cómo utilizar diferentes longitudes de las escalas
(ver nota sobre la escala de 18 ítems, que no se recomienda)

Las "Listas de referencia de Ryff PWB" incluyen:
- una lista de las principales publicaciones sobre las escalas
- una lista de estudios publicados utilizando las escalas

No hay ningún cargo por utilizar la balanza y no es necesario que nos envíe los resultados de su estudio.
Le pedimos que nos envíe copias.
de cualquier artículo de revista que pueda publicar utilizando las escalas para:
berrie@wisc.edu y cryff@wisc.edu .

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anexo 7.

CONSTANCIA N° 238-CIEI-CIENTÍFICA

COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

CONSTANCIA N°343-CIEI-CIENTÍFICA-2023

El presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Científica del Sur (CIEI-CIENTÍFICA) da constancia que el proyecto de investigación, cuyos datos se registran a continuación, **ha sido aprobado** por el CIEI-CIENTÍFICA.

Código de registro:	**PRE-18-2023-00336**
Título:	**Bienestar psicológico y regulación emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Mazamari – Junin, 2023**
Investigador(a):	**Xena Allbeth Zapata Poves; Estrella Beklasly Medina Pariona**

La aprobación del proyecto de investigación implica que el documento presentado a evaluación cumple con los lineamientos de Universidad en materia de investigación y ética, los cuales se sustentan en la normativa internacional vigente.

La aprobación del proyecto de investigación corresponde a los siguientes documentos:

1. Protocolo de investigación, versión 1.1. de fecha 09 de diciembre del 2023.
2. Consentimiento informado versión 1.1. de fecha 09 de diciembre del 2023.

La aprobación tiene vigencia desde la emisión del presente documento hasta el **21 de junio del 2025.**
Todo trámite para la renovación de la aprobación tendrá que ser por lo menos 30 días antes de su vencimiento.
Tome atención del comunicado **343-CIEI-CIENTÍFICA-2023** que se adjunta a su constancia de aprobación.

Villa El Salvador, 22 de diciembre del 2023

Mg. Cinthya Ruth Chipana Herquinio
Presidente
Comité Institucional de Ética en Investigación

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anexo 8.

Resolución Directoral Académica de Carrera N°114-DACPSI-DAFCS-U. CIENTÍFICA

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Resolución Directoral Académica de Carrera Nº 028-DACPSI-DAFCS-U.CIENTÍFICA-2024

Lima, 08 de febrero del 2024

VISTO:

El informe de revisión independiente académica y la aprobación de un Comité de Ética del proyecto de tesis titulado: "**Bienestar psicológico y regulación emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa del Distrito de Mazamari - Junín, 2023**" presentado por las egresadas:

- **Xena Alibeth Zapata Poves**
- **Estrella Bekiasly Medina Pariona**

CONSIDERANDO:

Que, de acuerdo con el Reglamento General de la Universidad Científica del Sur y los reglamentos de pregrado para obtener el título profesional de Licenciadas en Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud, se debe desarrollar un trabajo de investigación.

Que, de acuerdo a la normativa vigente de la Universidad Científica del Sur, en uso de las atribuciones conferidas al Director Académico de la Carrera.

SE RESUELVE:

Art. 1° **APROBAR** e inscribir el proyecto de tesis titulado "**Bienestar psicológico y regulación emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa del Distrito de Mazamari - Junín, 2023**", con N° de registro **PRE-18-2023-00336** y establecer el inicio del período de ejecución del mencionado proyecto: **02/02/2024** y el plazo máximo de entrega de la tesis hasta: **02/02/2025**

Art. 2° **NOMBRAR** al **Mg. Cesar Augusto Eguía Elías**, como asesor para el desarrollo de la tesis en cuestión.

Regístrese, comuníquese y archívese.

Mg. Liseth Paulett Fernandez
Directora
Carrera de Psicología

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis