



Pontificia Universidad
Católica del Ecuador | Sede
Ambato

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

Tema:

AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE COTOPAXI Y TUNGURAHUA

Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Psicóloga Clínica

Línea de investigación:

DESARROLLO HUMANO Y SALUD MENTAL

Autores:

**DOMÉNICA ALEJANDRA BARBA PARDO
DIANA MARGARITA TIGSELEMA SEGOVIA**

Director:

MSc. AITOR LARZABAL FERNÁNDEZ

Ambato – Ecuador

Octubre 2021

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR SEDE AMBATO

HOJA DE APROBACIÓN

Tema:

AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE COTOPAXI Y TUNGURAHUA

Línea de Investigación:

Desarrollo humano y salud mental

Autora/as:

DOMÉNICA ALEJANDRA BARBA PARDO
DIANA MARGARITA TIGSELEMA SEGOVIA

Aitor Larzabal Fernández, MsC.

f. 

CALIFICADOR

Carlos Rodrigo Moreta Herrera, Ps, Ms.

f. 

CALIFICADOR

Lucía Almeida Márquez, Mg.

f. 

CALIFICADOR

Varna Hernández Junco, PhD.

f. 

DIRECTORA ESCUELA DE PSICOLOGÍA

Hugo Rogelio Altamirano Villarroel, Dr.

f. 

SECRETARIO GENERAL PUCESA

AMBATO – ECUADOR

Octubre 2021

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo: **DOMÉNICA ALEJANDRA BARBA PARDO**, con **CC. 1803661915**, autora del trabajo de graduación intitulado: “**AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE COTOPAXI Y TUNGURAHUA**”, previo a la obtención del título profesional de **PSICÓLOGA CLÍNICA**, en la escuela de **PSICOLOGÍA**.

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública, respeta los derechos de autor.
2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, que respeta las políticas de propiedad intelectual de la Universidad.

Ambato, octubre 2021



DOMÉNICA ALEJANDRA BARBA PARDO

CC. 180366191-5

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo: **DIANA MARGARITA TIGSELEMA SEGOVIA**, con **CC. 0504181264**, autora del trabajo de graduación intitulado: “**AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE COTOPAXI Y TUNGURAHUA**”, previo a la obtención del título profesional de **PSICÓLOGA CLÍNICA**, en la escuela de **PSICOLOGÍA**.

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública, respeta los derechos de autor.
2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, que respeta las políticas de propiedad intelectual de la Universidad.

Ambato, octubre 2021



DIANA MARGARITA TIGSELEMA SEGOVIA

CC. 050418126-4

DEDICATORIA

Dedico no sólo este trabajo final, sino toda mi carrera a mi padre Jorge Barba, quien fue un pilar fundamental en vida, él me enseñó que siempre debo ser valiente y nunca darme por vencida; hora es mi ángel que siempre me acompaña y aunque terrenalmente me hace mucha falta tengo fe en la promesa de Dios de que algún momento nos volveremos a encontrar.

- *Doménica Barba Pardo*

DEDICATORIA

Dedico este proyecto a mi familia, especialmente a mis padres, quienes me impulsaron incondicionalmente en este trayecto, mis logros se cumplieron gracias a la confianza, a la motivación y perseverancia constante que tuvieron en mí, para alcanzar mis metas y anhelos. A mi compañera de tesis, por la dedicación y esfuerzo permanente durante este camino.

- *Diana Tigselema Segovia*

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, quiero agradecer a mi madre Norena Pardo, que, además, de ser la mujer más valiente que conozco, de quien heredé los valores más puros y quien con su experiencia, apoyo y palabras de aliento, supo guiarme por el camino correcto; me enseñó que la expresión “no puedo” no tiene que estar incluida en mi pensamiento, me mostró que es posible salir adelante pese a cualquier circunstancia, con empeño, raciocinio y saber que la esperanza es lo último que se pierde.

Agradezco, también, a mi abuelita María Tamayo, pues desde que yo era una niña, con su sabiduría y cariño, me hizo sentir que era un ser especial y que tengo muchos propósitos que cumplir antes de partir a la vida eterna. Agradezco y aprecio su compañía incondicional y las historias que me cuenta de su vida que siempre me sacan una sonrisa.

Agradezco a mi hermana Jhoselin Barba, quién es y será mi compañera de vida; con sus locuras, risas, peleas y llantos ha hecho de mi existencia una montaña rusa y he aprendido que en esta vida no estoy sola porque ella siempre estará para tomarme de la mano.

Finalmente, agradezco a todos mis amigos quienes han llenado de luz mi vida.

- *Doménica Barba Pardo*

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios y a mis padres por ser los pilares fundamentales en este transcurso tan importante de mi formación universitaria. Por su apoyo incondicional, su paciencia, sus muestras de cariño que me permitieron crecer tanto en mi área personal como académica.

A mi hermano, por ser mi mejor amigo y consejero en todo momento, por formar parte de mi crecimiento a lo largo de mi vida académica y personal.

De la misma manera, quiero reconocer y agradecer el gran trabajo impartido por mis docentes que ayudaron a lograr mi objetivo de obtener mi título universitario.

- *Diana Tigselema Segovia*

RESUMEN

En un segmento de estudiantes de bachillerato se observa de manera no sistematizada ciertas actitudes favorables en cuanto a sus habilidades sociales, tolerancia al estrés y adaptación a los cambios; así mismo, se ha encontrado aspectos negativos tales como la sobreconfianza, asertividad inapropiado y desajustes emocionales, que de alguna manera podrían afectar a su bienestar psicológico. En este contexto, el objetivo de la investigación es determinar la relación existente entre la autoestima y el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato de la provincia de Cotopaxi y Tungurahua, para lo, cual, se realiza un estudio cuantitativo, con alcance correlacional y de corte transversal en una muestra considerada de 1.604 estudiantes. Se aplican los reactivos psicológicos correspondientes a cada variable, como son la escala de autoestima de Rosenberg, escala de autoestima colectiva, escala de autoestima relacional, escala de bienestar psicológico para adolescentes (BIESP-J), escala de satisfacción personal y la escala de la triada oscura de la personalidad. Se observa que al momento de correlacionar la variable autoestima con bienestar psicológico, se obtiene como resultado que no existe relación entre las mismas. Por otro lado, en el estudio comparativo entre ambas provincias se obtiene como resultado que en Tungurahua la autoestima personal es más alta, mientras que en Cotopaxi sobresale la autoestima colectiva y relacional. En cuanto al bienestar psicológico, es posible afirmar que no existe una diferenciación entre las provincias. En conclusión y en base a la fundamentación teórica revisada, se determina dentro de esta investigación se mostró que la autoestima y el bienestar psicológico son factores independientes, puesto que no demostraron una correlación significativa.

Palabras clave: autoestima, bienestar psicológico, estudiantes, habilidades sociales, adaptación.

ABSTRACT

In a segment of high school students, certain favorable attitudes regarding their social skills, stress tolerance, and adaptation to changes have been observed in a non-systematized way; likewise, negative aspects such as overconfidence, inappropriate assertiveness, and emotional maladjustments have been found, which in some way could affect their psychological wellbeing. In this context, the objective of this research is to determine the relationship between self-esteem and psychological wellbeing in high school students in the provinces of Cotopaxi and Tungurahua, for which a quantitative study with a correlational and cross-sectional scope is carried out in a sample of 1,604 students. The psychological items corresponding to each variable were applied, such as the Rosenberg self-esteem scale, collective self-esteem scale, relational self-esteem scale, psychological wellbeing scale for adolescents (BIESP-J), personal satisfaction scale, and the dark triad of personality scale. It is observed that when correlating the variable self-esteem with psychological wellbeing, the result is that there is no relationship between them. On the other hand, the comparative study between both provinces shows that in Tungurahua, personal self-esteem is higher, while in Cotopaxi, collective and relational self-esteem stand out. In terms of psychological wellbeing, it is possible to affirm that there is no differentiation between the provinces. In conclusion, and based on the theoretical foundation reviewed, it can be determined that self-esteem and psychological wellbeing are independent factors since they did not show a significant correlation.

Keywords: self-esteem, psychological wellbeing, students, social skills, adaptation.

ÍNDICE

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN	III
DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN	IV
DEDICATORIA	V
DEDICATORIA	VI
AGRADECIMIENTO	VII
AGRADECIMIENTO	VIII
RESUMEN	IX
ABSTRACT	X
ÍNDICE	XI
ÍNDICE DE TABLAS	XIII
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO	6
1.1. AUTOESTIMA.....	6
1.1.1. Definición	6
1.1.2. Características	8
1.1.3. Autoestima Positiva	10
1.1.4. Autoestima Negativa	11
1.1.5. Autoestima Relacional.....	12
1.1.6. Autoestima Colectiva	13
1.1.7. Componentes de la autoestima	14
1.1.8. Estrategias para Desarrollar la Autoestima	14
1.1.9. Autoestima en la adolescencia	15
1.2. BIENESTAR PSICOLÓGICO	17
1.2.1. Definición del término Bienestar.....	17
1.2.2. Características del Bienestar.....	18
1.2.3. Tipología del Bienestar.....	21
1.2.4. El Bienestar Psicológico según Ryff.....	22
1.2.5. Bienestar Psicológico en la Adolescencia.....	24
1.3. SATISFACCIÓN PERSONAL.....	25
1.4. TRIADA OSCURA DE LA PERSONALIDAD.....	26
CAPÍTULO II. MARCO METODOLÓGICO.....	27
2.1. METODOLOGÍA.....	27
2.1.1. Tipo.....	27
2.1.2. Corte.....	27
2.1.3. Enfoque.....	27
2.1.4. Diseño.....	27
2.1.5. Alcance.....	28
2.2. INSTRUMENTOS.....	28
2.2.1. Ficha Sociodemográfica	28
2.2.2. Escala de Autoestima de Rosenberg	28
2.2.3. Escala de Autoestima Colectiva	29

2.2.4.	Escala de Autoestima Relacional.....	30
2.2.5.	Escala de Bienestar Psicológico BIESP-J	30
2.2.6.	Escala de Satisfacción Personal	31
2.2.7.	Escala Triada Oscura de la Personalidad.....	31
2.3.	POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO.....	32
2.3.2.	Muestra.....	33
2.3.3.	Muestreo.....	33
2.4.	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO.....	33
CAPÍTULO III. RESULTADOS		35
3.1.	ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LAS VARIABLES.....	35
3.1.1.	Análisis de los resultados de la escala de Autoestima de Rosenberg.....	35
3.1.2.	Análisis de los resultados de la escala de Autoestima Colectiva	36
3.1.3.	Análisis de los resultados de la escala de Autoestima Relacional	37
3.1.4.	Análisis de los resultados de la escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J)	37
3.1.5.	Análisis de los resultados de la escala de Satisfacción Personal	38
3.1.6.	Análisis de los resultados de la escala de Triada Oscura de la Personalidad	39
3.2.	ANÁLISIS CORRELACIONAL DE LAS VARIABLES	39
3.3.	ANÁLISIS COMPARATIVO ENTRE PROVINCIAS.....	43
CONCLUSIONES		45
RECOMENDACIONES		46
BIBLIOGRAFÍA.....		47
ANEXOS		56

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Componentes de la autoestima	14
Tabla 2 Elementos de la satisfacción.....	20
Tabla 3 Componentes del bienestar social.....	22
Tabla 4 Dimensiones de Bienestar Psicológico	23
Tabla 5 Análisis de fiabilidad de la Escala de Rosenberg.....	29
Tabla 6 Análisis de fiabilidad de la Escala de Autoestima Colectiva	29
Tabla 7 Análisis de fiabilidad de la Escala de Autoestima Relacional	30
Tabla 8 Análisis de fiabilidad de la Escala de Bienestar Psicológico BIESP-J.....	30
Tabla 9 Análisis de fiabilidad de la Escala de Satisfacción Personal	31
Tabla 10 Análisis de fiabilidad de la Escala Triada Oscura de la Personalidad.....	32
Tabla 11 Análisis Descriptivo de la Escala de Autoestima de Rosenberg	35
Tabla 12 Análisis Descriptivo de la Escala de Autoestima Colectiva	36
Tabla 13 Análisis Descriptivo de la Escala de Autoestima Relacional	37
Tabla 14 Análisis Descriptivo de la Escala Bienestar Psicológico para Adolescentes	37
Tabla 15 Análisis Descriptivo de la Escala Satisfacción Personal	38
Tabla 16 Análisis Descriptivo de la Escala de la Triada Oscura de la Personalidad	39
Tabla 17 Análisis correlacional de las variables.....	41
Tabla 18 Análisis Comparativo entre la Provincia de Cotopaxi y Tungurahua	43

INTRODUCCIÓN

El objetivo de este proyecto de investigación es determinar la relación existente entre la autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes de bachillerato de las provincias de Cotopaxi y Tungurahua. Cabe recalcar que la autoestima se basa en creer en uno mismo, es decir, en las metas e ideales propios de la persona, para lograr ser merecedores de la propia felicidad (Quispe, 2017). Por ende, la autoestima es un factor importante para la autorrealización. Según Tulcanaza (2019), “el bienestar psicológico, se caracteriza por generar felicidad y satisfacción a la vida de la persona, donde se otorga a estas de ganas de vivir, metas, objetivos y razones para salir adelante” (p. 18). Es posible apreciar que el bienestar psicológico hace referencia a los propósitos futuros que tiene la persona.

Los estudios sobre la variable autoestima y bienestar psicológico en adolescentes, se han desarrollado durante las últimas décadas, y varios de ellos han mencionado la importancia que tienen.

En ese sentido, Morales y Gonzáles (2014), elabora una investigación denominada “Resiliencia – Autoestima – Bienestar psicológico y capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables”, cuyo objetivo es evaluar la capacidad intelectual, la resiliencia, el bienestar psicológico y la autoestima de los estudiantes. Con una muestra de 175 estudiantes de cuarto año de instituciones con un alto grado de vulnerabilidad en Chile. Los resultados arrojaron que existen diferencias significativas en cuanto a la variable capacidad intelectual, pero esta, no se relaciona con las demás variables que fueron estudiadas.

De la misma forma, Barra (2012), desarrolló una investigación denominada “influencia de la autoestima y del apoyo social percibido sobre el bienestar psicológico de estudiantes universitarios chilenos”. Su objetivo principal fue examinar cómo influye la autoestima y el apoyo social sobre el bienestar psicológico. Su muestra fue de 450 estudiantes de la universidad de Chile. Los reactivos psicológicos que se aplicaron fueron Autoestima de Rosenberg, Bienestar psicológico de Ryff y el cuestionario de apoyo social percibido. Los resultados de la investigación determinaron que la autoestima tiene una alta influencia sobre el bienestar psicológico más no en el apoyo social.

De la misma manera, se han encontrado estudios en los que han realizado la correlación de autoestima y bienestar psicológico con otras variables, pero de forma independiente como se observa, a continuación.

Un estudio realizado en Lima – Perú por Calderón (2014), titulado “La autoestima y el aprendizaje en el área personal social” cuyo objetivo fue determinar la relación entre estas dos variables, tomó en cuenta una muestra de 88 niños de sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 1190 Felipe Huamán Poma de Ayala. Como resultado, se sustenta que sí existe relación significativa entre las variables antes mencionadas.

De la misma manera, existe un estudio aplicado en la ciudad de Ambato por Guevara (2021), con el nombre “La autoestima y ansiedad en adolescentes”; esta investigación tuvo la finalidad de determinar los niveles de autoestima y ansiedad en 200 estudiantes de un colegio privado y uno público. Los resultados alcanzados en la investigación refieren que a mayor autoestima menor ansiedad.

La investigación de Angulo y León (2015), realizada en Costa Rica denominada “nivel de bienestar emocional en la dimensión de autoestima y su relación con el rendimiento académico”, contó con una población de 21 jóvenes que en ese momento cursaban noveno año; el objetivo de esta investigación se centra en evidenciar si la autoestima y el rendimiento académico tenían relación entre sí, se obtiene como resultado una dependencia significativa. Se tomaron en cuenta factores como lo económico, social, familiar e incluso lo pedagógico.

Existe, también, un estudio elaborado en la ciudad de Ambato por Garalza (2013), denominado “Niveles de autoestima y su relación con estrategias de afrontamiento”, mismo que contó con una muestra de 282 personas pertenecientes a diferentes unidades educativas de la ciudad. Los datos arrojados de esta investigación reflejaron que en dicha población hay un mayor nivel de autoestima elevada y se podría decir que por esta razón, los estudiantes no presentan dificultades en esta área.

Por otra parte, Rodríguez (2014), analizó la relación entre el clima social familiar y la autoestima. Seleccionó una muestra de 100 estudiantes de segundo año de secundaria en la localidad de Tumbes – Perú. El estudio reveló que no existe una relación significativa entre el clima social familiar y la autoestima.

Así mismo, Carranza (2015) analizó la relación entre el bienestar psicológico y rendimiento académico en 210 estudiantes de psicología de una universidad peruana. En sus resultados, se evidenció que sí existe una relación significativa.

Los investigadores Álvarez, Hernández y Castro realizaron un estudio denominado “salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico”. Su principal objetivo fue describir el bienestar psicológico en los adolescentes de Montevideo mediante la aplicación de la escala BIEPS-J. su población fue de 473 jóvenes de instituciones públicas y privadas. El resultado hallado fue que en esta población los jóvenes presentan altos niveles de bienestar psicológico.

Por otro lado, se encontró un estudio realizado por Meza, Pérez, Nunes y Méndez en el año 2019 llamado “bienestar psicológico en las personas mayores no dependientes y su relación con la autoestima y la autoeficacia”. Su objetivo fue examinar la relación existente entre estas variables y contó con una población de 148 personas mayores de 60 años. Los resultados muestran que el bienestar psicológico, no se relaciona con la edad más bien tiene estrecha relación con otros factores de tipo psicológico en este caso la autoestima.

Este proyecto de investigación parte de la observación no sistematizada, en un segmento de estudiantes de bachillerato y de actitudes favorables en cuanto a su autoestima, mismas que implican varios beneficios para la persona. Por ejemplo, un reforzamiento en la estabilidad mental podría contribuir a la toma de buenas decisiones y a la prevención de trastornos relacionados con la ansiedad. Por otro lado, también, existen aspectos negativos como el valorarse siempre de forma negativa, que podrían acarrear problemas para afrontar situaciones cotidianas, sentimientos de culpa y tender constantemente a la autocrítica.

Es importante entender que debido a la etapa adolescente por la que atraviesan los estudiantes de bachillerato, presentan algunos cambios fisiológicos, emocionales, cognitivos y sociales que incidan en su bienestar psicológico. Se hipotetiza que existe una relación entre la autoestima y el bienestar psicológico en dichos estudiantes, y para comprobar esta presunción, es necesario realizar un estudio descriptivo, correlacional y de corte transversal entre la autoestima y el bienestar psicológico en una determinada muestra conformada por estudiantes de bachillerato.

Para verificar dicha figuración, se plantean los siguientes objetivos e hipótesis.

Objetivo General

Determinar la relación existente entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato de Cotopaxi y Tungurahua.

Objetivos Específicos

1. Fundamentar teóricamente los aspectos relacionados con la autoestima y bienestar psicológico en adolescentes.
2. Diagnosticar los niveles de autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato de Cotopaxi y Tungurahua.
3. Realizar un análisis comparativo de las variables en mención en los estudiantes de bachillerato de Cotopaxi y Tungurahua.
4. Elaborar un informe de investigación con los resultados alcanzados en la investigación, con sus respectivas conclusiones.

Hipótesis

Existe relación entre autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato de Cotopaxi y Tungurahua.

De comprobarse la hipótesis enunciada, los hallazgos permitirán aportar claridad sobre el fenómeno comportamental de los estudiantes de bachillerato respecto a su autoestima y bienestar psicológico, además, será posible establecer pautas y métodos de intervención que corrijan los aspectos inadecuados de estas variables en un futuro.

En función de cumplir con los objetivos de la presente investigación, la metodología se basa en un estudio cuantitativo, con alcance descriptivo correlacional y de corte transversal. Desde este método, se estudia y describe la relación entre las variables autoestima y bienestar psicológico en determinado momento; en este sentido, se toma en cuenta la descripción y correlación de las variables, se utiliza un muestreo no probabilístico debido a que se aplican los reactivos a todos los estudiantes de las distintas unidades educativas, con un total de 1.604 estudiantes.

Los instrumentos utilizados para del proyecto son la escala de autoestima de Rosenberg, autoestima colectiva, autoestima relacional, escala BIESP-J, escala de satisfacción personal y escala de la triada oscura de la personalidad. Una vez aplicados

todos los reactivos psicológicos, se analizan los datos obtenidos con el software SPSS para la interpretación de los resultados.

Al momento de realizar el proyecto de investigación, se evidencia que en Ecuador no existen estudios relacionados con el tema planteado, por lo que se considera que este trabajo es de gran apoyo para futuras investigaciones de temática similar. Además, al exponer los resultados obtenidos, se presenta un aporte social de gran importancia, tanto para el área institucional como familiar de cada estudiante; la finalidad es que padres de familia y docentes de las instituciones presten más atención a la salud mental de los estudiantes con el fin de evitar problemas psicológicos a futuro.

Finalmente, se describen los capítulos que se redactan dentro de este proyecto de investigación. El marco teórico se desarrolla en el primer capítulo, en el que constan investigaciones basadas en documentos académicos, artículos, revistas científicas, libros y proyectos de investigaciones previas. En el segundo capítulo, se indica la metodología utilizada en la que se observa la población seleccionada, muestra y los reactivos que fueron aplicados. La interpretación de los resultados obtenidos mediante los instrumentos y lo que arrojó el software SPSS, se encuentra detallado en el tercer capítulo. Por último, se muestra las conclusiones en cuanto a los resultados más relevantes y se indican sus respectivas recomendaciones para futuros proyectos de investigación.

CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO

1.1. Autoestima

1.1.1. Definición

Se dice que la autoestima cuenta con múltiples definiciones que dependen del enfoque o el autor que lo aborde. Por ejemplo, desde el psicoanálisis se considera que la autoestima está profundamente relacionada con el crecimiento del ego, por otra parte, desde el enfoque conductista se toma en cuenta conceptos como “estimulo”, “respuesta”, “refuerzo” y “aprendizaje” por lo que en este caso la autoestima no posee ningún significado, más bien, se obtiene como resultado de experiencias externas. (Baldeón, 2015)

Por otra parte, tomamos en cuenta al enfoque humanista. Según Baldeón (2015), “Carl Rogers quien fue uno de los principales exponentes al hablar del humanismo, expuso que la principal razón de los problemas del ser humano, es que se desprecian y se consideran seres sin valor e indignos de ser amados” (p. 5). Como se observa, el ser humano tiende mucho a la autocrítica y a la imaginación, por esta razón, si desde pequeños aprendiéramos el significado de amarse uno mismo, con el pasar del tiempo podremos desarrollar un nivel de autoestima óptimo.

Es así como un concepto de autoestima general, desde el enfoque humanista, se describe desde el siguiente axioma el, cual, Rogers lo sintetiza: “*Todo ser humano, sin excepción, por el mero hecho de serlo, es digno de respeto incondicional de los demás y de sí mismo; merece estimarse a sí mismo y que se le estime*”. (Rogers citado en Baldeón, 2015). Es decir, que el ser humano por el simple hecho de serlo sin importar su diversidad o características merece respeto de sí mismo y de los demás, es de ahí en donde parte la autoestima.

Es posible afirmar que la autoestima es una totalidad de pensamientos, emociones e incluso conductas que tiene una persona sobre sí misma y como esta piensa que los demás la ven. Según Simkin, Azzollini & Voloschin (2014), la percepción “de sí mismo se construye en base al marco del proceso de socialización, en la interacción con diferentes agentes socializadores tales como la familia, los grupos de pares, los medios de comunicación o las instituciones religiosas o educativas” (p. 60). Se considera que el ser humano es un ser social, pues la cultura lo forma de tal manera, entonces se determina que la autoestima se construye en base al otro.

En este escenario, es fundamental hablar sobre la importancia de la autoestima, pues refiere a la forma de ser del individuo y cómo este se valida frente a los demás. Según Ramírez (2019), “la importancia de la autoestima estriba en que concierne a nuestro ser, a nuestra manera de ser y al sentido de nuestra valía personal” (p. 56). Por dicha razón afecta de alguna forma la manera de ser y actuar en el mundo, y a su vez cómo la persona se relaciona con los demás. Es como si todo lo que hace y es la persona está dirigido hacia la autoestima, volviéndose imperativo estudiarla a profundidad.

Por otro lado, se presenta una perspectiva muy diferente que parte desde un enfoque neurocientífico, pues relaciona a la autoestima como un proceso que se da en el sistema inmunológico de la conciencia, así Branden (2015), menciona que concede resistencia, fuerza y capacidad de regeneración. Es decir, permite a la persona reconstruirse, o si, se trata de un contexto más sistémico, ayuda a que el individuo se recalibre de cierta forma.

La autoestima juega un papel preponderante para la formación de la estructura psíquica de la persona, por esta gnosis, sí la autoestima es baja, las estrategias de afrontamiento de la persona, también, lo son. Desde una apreciación psicoanalítica, Freud (1989) menciona que la estructura psíquica es aquella que construye, o a su vez integra la psique; si esta no está bien formada dentro de las etapas psicosexuales en estadios tempranos se atribuye un síntoma que relacionarse con la autoestima, aunque parezca completamente incongruente con las demás teorías psicológicas. En este sentido, se habla de pulsión de muerte, pues con una autoestima baja, la persona se derrumba frente a las adversidades y el sentido de valor propio se destruye por completo, además, influye el deseo, pues la persona busca evitar de alguna manera el dolor y en lugar de tener una actitud positiva, se obtiene una actitud completamente negativa frente a la vida (Branden, 2015).

La autoestima es primordial en todo hecho, todo contexto y etapa de la vida; según Naranjo (2007), “es el valor del yo ante los ojos de los otros, es un proceso que se construye a lo largo de la vida y en él, cual, se involucra el contexto social, físico, emocional y cognitivo de la persona” (p. 3). Por lo tanto, esta se construye desde pequeños, si se recibe la validación necesaria por parte de los padres y el grupo primario de apoyo de niños, entonces en la adultez existirá un nivel de autoestima normal. Esto permite realizar todas las acciones y actitudes apropiadas hacia los conflictos, que se presentan en el camino de la vida.

Además, se dice que el sujeto que tiene una autoestima alta podría tener una vida adecuada y se adapta fácilmente a los cambios; en cambio, una persona que presenta baja autoestima podría comportarse de manera inapropiada. Branden (2015) afirma lo siguiente:

La autoestima positiva es importante porque sí las personas la experimentan, se sienten bien y lucen bien, son efectivas y productivas y responden bien a los demás. Responden a ellos mismos saludablemente, en forma positiva, crecen y cambian. Ellos saben que son amados y son capaces de mejorar. Se ocupan de ellos mismos y de los demás. No necesitan humillar a otros para sentirse bien. (p. 45)

De esta manera, se relaciona como se mencionó antes con la autoconciencia, comprendida como la manera en la que la persona se define con su identidad y la forma que tiene de aceptarse, tanto en sus virtudes como en sus debilidades. Es capaz de sentirse a gusto con lo que tiene en su interior, la persona se valora de forma positiva sin escenarios en los que tenga que mentir, principalmente, para mantener una buena salud mental. Así mismo, el sujeto que formó su autoestima de manera correcta únicamente necesita reforzar la autoaceptación y autoeficacia (Di Blas, 2017).

1.1.2. Características

Dentro de las características de la autoestima, se encuentra la eficacia personal, la cual, se define según Méndez (2019) como “la confianza en el funcionamiento de la mente, en la capacidad para pensar y entender, para aprender a elegir y tomar decisiones” (p. 54). Por esta razón, la eficacia personal se comprende como la confianza en uno mismo, esa actitud positiva que se tiene y que se forma a través de la seguridad al momento de tomar decisiones y de realizar cualquier trabajo, incluir el trabajar en uno mismo.

Por otro lado, se considera que el respeto a sí mismo podría relacionarse con actitudes positivas hacia el principal derecho de cualquier ser humano que es la vida y la felicidad. Según Chaparro y Gordon (2010) “el respeto significa tener responsabilidad hacia uno mismo, hacia los demás y a las cosas que nos rodean, lo que nos hace libres, esto nos ayuda a mantenernos de cierta manera estables emocionalmente” (p. 24). Es decir, que el respeto y la libertad hacen que una persona pueda desenvolverse de la mejor manera en los contextos de la vida cotidiana, como el trabajo, la escuela y el hogar, e incluso mantiene relaciones interpersonales adecuadas.

De igual forma, la autoestima se enfoca en el goce de estar vivo, es decir, en esa proyección que se tiene de sí mismo cuando se ve en el espejo. Según Branden (1995), “la autoestima consiste en valorar y reconocer lo que uno/a es y lo que llegaría a ser” (p.43). Es decir, las características internas y externas propias de la persona como su forma de comunicarse con los demás, de hablar y de expresarse corporalmente son rasgos de la autoestima. Esto permitiría al sujeto conservar cierta armonía entre sus palabras, sus actos y en cómo este se muestra ante los demás.

Así mismo, Mayorga (2018) cita a uno de los escritores más reconocidos dentro del enfoque humanista, Carl Rogers, menciona que el autor deja de lado el concepto de enfermedad y concentra sus estudios en el desarrollo del sujeto. Para él, no existen sujetos enfermos sino individuos no desarrollados, a través de la psicoterapia busca que su desarrollo se efectivice y para lograrlo, el sujeto desarrolla relación con tres instancias:

- a) **Realidad.** El mundo es demasiado amplio para que el niño lo perciba.
- b) **Experiencia.** Porción de realidad más pequeña con, la cual, hay nivel de contacto mayor pero suficiente.
- c) **Experimentar.** Pequeñísima porción de la realidad que el sujeto vive, esto es lo real para él, es particular para cada sujeto. El experimentar se da de dos formas, la primera mediante la percepción selectiva, en donde el sujeto experimenta el mundo prestándole especial atención a las experiencias que son importantes para los otros; es decir, que viven a merced de las expectativas y de la necesidad de terceros, esto configura el yo ideal, mismo, que se genera en un ambiente condicionado. En segunda instancia, se encuentra la simbolización correcta, si el sujeto experimenta el mundo presta atención a sus intereses y necesidades por sobre la de los otros y configura el yo real, mismo, que se genera en un ambiente incondicionado.

Es así, la teoría de Carl Rogers permite tener esa apertura a la experiencia como uno de los pilares de la autoestima. Finalmente, se menciona el comportamiento y actuación del sujeto, en donde según López (2005):

Se expresa a sí misma en una capacidad de preservar la calidad de equilibrio y de la dignidad en situaciones de estrés, físicamente en la persona con autoestima podemos observar, unos ojos que están alerta, brillantes y llenos de vida, un rostro que esta relajado y tiende a exhibir un color natural y una buena tersura en la piel,

una mandíbula relajada, hombros relajados y rectos, manos relajadas y sueltas, los brazos cuelgan de forma fácil y natural, una postura carente de tensión, recta y equilibrada; el paso tiende a ser decidido, sin ser agresivo y recargado. (p. 45)

En base a lo expuesto, se afirma que el lenguaje corporal es un factor importante para observar si el nivel de autoestima es bueno o malo.

1.1.3. Autoestima Positiva

Dentro de los tipos de autoestima, se encuentran la positiva y la negativa, las cuales, son incongruentes entre sí y podrían ser las que determinan la vida psíquica de la persona.

Es así que la autoestima positiva es la manera buena de ver y aceptar las acciones, ideas, aspiraciones, etc., de uno mismo. Con una autoestima positiva, según Cabrera (2014), “la persona descubre el propio ser, es consciente de su identidad y posee fuerza interior” (p. 18). Es decir, que aquella persona que posee una autoestima positiva es capaz de afrontar situaciones por cuenta propia.

Es importante recalcar que, en el ámbito de la independencia personal, al momento que la confianza aumenta, se hace más fácil proyectar metas futuras. Según Gamboa (2011), “en el inicio del proceso de independencia se tendría en claro quién es la persona humana, sus posibilidades, potencialidades, sus limitaciones y necesidades, antes de plantearse el querer ser libre la persona, sabría quién es ella misma” (p. 73). Por lo que, la persona se reconoce así sí mismo, para que los demás la reconozcan, también.

En consecuencia, esto contribuye a la salud mental de manera positiva para alcanzar una buena forma de vivir. Esto, se basa en la motivación que tiene cada persona para lograr sus metas propuestas, y de igual manera la facilidad que tiene para enfrentar y resolver conflictos. Según Vidal (2000):

Con una autoestima sana usted podrá: Tener confianza en sí mismo, ser el tipo de persona que quiere ser, aceptar retos personales y profesionales, entender el fracaso como parte de su proceso de crecimiento, ser tolerante, en el buen sentido de la palabra, disfrutar más de los demás y de sí mismo, establecer relaciones familiares satisfactorias, ser asertivo en su comunicación y en su comportamiento, obtener adecuado rendimiento académico y laboral, tener metas claras y un plan de acción

para lograrlas, asumir riesgos y disfrutarlos, anteponer la aprobación personal a la aprobación ajena, afrontar un auditorio y expresar su opinión personal, eliminar oportunamente los sentimientos de culpa, alegrarse honestamente por los logros de las otras personas, sin sentir celos ni envidia, decir "sí" o "no" cuando quiera, no por las presiones recibidas, tener mayor capacidad para dar y recibir amor. (p. 14).

Es posible apreciar que el tener aspectos positivos lleva a la persona a cumplir objetivos, lo que le beneficia en su bienestar y calidad de vida, además, de qué el ostenta amistades duraderas.

1.1.4. Autoestima Negativa

Al respecto Urrea (2020), menciona que “la autoestima negativa conlleva un sentimiento de desagrado y falta de respeto por sí mismo; existe el desánimo, depresión, aislamiento, incapacidad de expresión y de protección propia. Se ve, también, nerviosismo para hacer frente y ganar las deficiencias” (p. 8); es decir, si se demuestra tener autoestima negativa existe cierto resentimiento hacia la persona porque la falta de confianza no permite afrontar desafíos y tener una visión positivista de la propia vida, es imposible que esta sea óptima.

Como ya se mencionó anteriormente, si el individuo no tiene confianza en sí mismo la dificultad aumenta al momento de enfrentarse a diversas situaciones problemáticas. Urrea (2020), afirma que un sujeto “con baja autoestima no cree en sí mismo y tampoco en los demás. Suele abstenerse, crítico, poco creativo o menosprecia los logros de los demás, tiene comportamientos bruscos o desafiantes, por lo que es rechazado por los otros” (p. 8). Es importante mencionar, que no sólo se presentan problemas, sino que, también, diversas maneras de no poder o no querer enfrentarlos y así las experiencias de crecimiento frente a esto, al saber que una dificultad se resuelve enfrentándola, queda en el aire.

Cuando no existe la confianza en sí mismo, se genera dificultad al momento de proyectar metas u objetivos, sin brindar beneficio a la sociedad, en espera de la voluntad de los demás y aceptación de las decisiones de terceros.

A continuación, se detallan algunas actitudes y conductas características de la autoestima negativa, según Bastida (2019):

- Indecisión

- Falta de valoración a sí mismos
- Miedo a lo desconocido
- Ansiedad
- Nerviosismo
- Pasividad
- Timidez
- Evitación
- Autocrítica
- Pesimismo

De acuerdo con estas características, existen múltiples factores que provocan este tipo de autoestima, en este sentido es necesario potencializar las capacidades de cada persona para que la autoestima mejore y se proyecte un futuro de vida mejor.

Con respecto a las variables autoestima relacional y colectiva, es importante mencionar que son factores que en la actualidad están en proceso de investigación y por esta razón la información acerca de los mismos no es muy amplia.

1.1.5. Autoestima Relacional

Diversas investigaciones han manifestado que existen tres tipos de autoestima, la autoestima personal, autoestima relacional y autoestima colectiva. En este caso al hablar de autoestima relacional hacemos referencia al concepto que la persona se forma a partir de la conexión con personas importantes para la misma. Es decir, que las relaciones interpersonales del sujeto son esenciales para la formación de su autoestima (Chi, King y Du 2017).

La autoestima relacional según Chi, King y Du (2017). mencionan que “el yo relacional pertenece a aspectos del autoconcepto que están arraigados en vínculos interpersonales y que consiste en aspectos compartidos con otras personas significativas, por ejemplo, familia y amigos y definen los roles de uno en esas relaciones” (p. 2). Es decir, que la autoestima relacional se refiere a los vínculos más cercanos que mantiene la persona.

1.1.6. Autoestima Colectiva

El término autoestima colectiva desde sus inicios ha sido utilizada para determinar aspectos relacionados con la identidad de los miembros de un grupo. Según Palencia (2006), “varios autores que datan desde los años 1989 a 1995 mencionan cierta diferenciación entre la identidad personal, identidad social e identidad colectiva” (p.54). Es decir, que la autoestima de una persona no se determina de manera global, sino que es importante desglosarla en dichos aspectos ya mencionados para obtener una evaluación completa de la persona.

Si tomamos en cuenta el enfoque de cada uno de estos factores, se menciona que la identidad personal posee un enfoque más individual, donde se observan características particulares de las personas como son sus metas, la forma en la que expresa sus emociones y si esta persona se considera un ser sociable o no. En este último punto, el *self* juega un papel importante puesto que, si la persona se considera altamente sociable, mantiene un rango de interés, reputación y popularidad alta ante los demás y como consecuencia de esto su autoestima aumenta. (Palencia, 2006).

Finalmente, es de suma importancia mencionar que el termino identidad colectiva e identidad relacional, manejan un concepto muy similar, puesto que los dos se relacionan con el sentido de pertenencia a un grupo o comunidad. La autoestima colectiva tiende a relacionarse con la diversidad ya sea por religión, etnia o raza.

La autoestima colectiva toma relevancia gracias al aporte de Luhtanen y Crocker, los cuales, en el año 1992, presenta un modelo cuadrimensional de la identidad colectiva como los mismos autores lo han denominado. Este modelo, se divide en:

- a) **Pertenencia:** sensación de ser miembro de un grupo social particular.
- b) **Autoestima colectiva privada:** evaluación de forma privada de algún miembro del grupo.
- c) **Autoestima colectiva pública:** forma en la que los miembros de grupo piensan que personas externas valoran el grupo.
- d) **Identidad:** importancia que le da la persona en como el grupo le ayuda a la formación de su autoconcepto.

Gracias al modelo cuadrimensional de estos autores, se da origen a la escala de autoestima colectiva, el cual, se encarga de medir diferencias individuales de la persona y la misma que observaremos con más profundidad en otro apartado.

1.1.7. Componentes de la autoestima

Se considera tres componentes básicos de la autoestima, según Canto y Castro (2004) “la autoestima es un concepto, una actitud, un sentimiento, una imagen, una capacidad para valorar el yo y tratarse con dignidad, amor, realidad y con el juicio personal acerca de su propio valor” (p. 261). Los autores describen los componentes de esta manera:

Tabla 1. *Componentes de la autoestima*

Tipo cognitivo	Son ideas, opiniones, creencias, percepciones y procesamientos de información. Entendido como un conjunto de autoesquemas usados para reconocer e interpretar estímulos importantes. Cabe recalcar que para tener un buen aspecto cognitivo es mejor pensar de manera positiva y evitar creencias negativas.
Tipo afectivo	Es una valoración de lo que en cada persona es positivo y negativo, implica una sensación de lo que se considera favorable o desfavorable. Es decir, se basa en el sentimiento propio y por ende hacia los demás.
Tipo conductual	Se refiere a la tensión, intensión y decisión de actuar. Por lo que, se basa en las acciones para cambiar los actos.

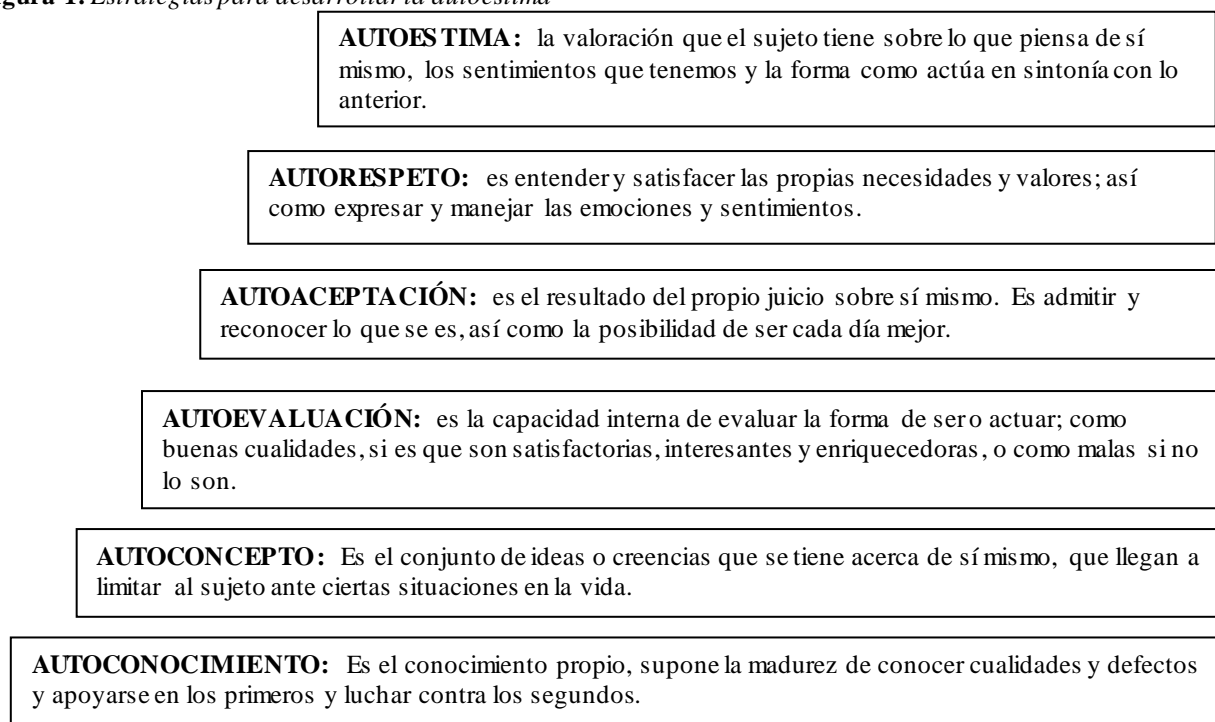
Nota: Modificado a partir de Canto y Castro, (2004).

En base a los componentes, se podría decir, que se relacionan entre sí de manera que, si se cambia alguno de ellos rápidamente, se obtiene cambios efectivos sobre los demás. Es así, por ejemplo, como una persona decide cambiar una idea negativa de sí misma por un pensamiento positivo, es más que seguro que sus sentimientos sean plenos y la manera en cómo actúa o realiza sus actos a partir de este cambio probablemente sean mucho mejor que como lo hacía antes.

1.1.8. Estrategias para Desarrollar la Autoestima

Se dice que la forma en que se desarrolla la autoestima depende de un proceso, que se da de forma continua y cambiante, depende siempre de como la persona la construya. A continuación, se observa una escala de elementos, en la misma cada factor se convierte en base de otro para que la autoestima se forme.

Figura 1. Estrategias para desarrollar la autoestima



Nota: Modificado a partir de Camacho, R (2015).

Como se observa en la figura 1, la autoestima pasa por un proceso de formación para llegar a consolidarse de manera correcta. Es fundamental seguir cada uno de los pasos para obtener un buen resultado, siempre con la predisposición de uno mismo, y recordar que si hay un problema es posible contar con la ayuda de un profesional.

1.1.9. Autoestima en la adolescencia

La adolescencia proviene etimológicamente de la palabra “adolecere” que significa crecer hacia la madurez. Según Sigüenza (2019), “la adolescencia un estado privativo del ser humano, caracterizada por ser una etapa de transición entre la infancia y la adultez, en la que se presentan múltiples y complejos cambios físicos, psicológicos y sociales” (p.19). Es decir, que a medida que crecemos atravesamos por etapas que son esenciales para nuestro desarrollo y así llegar a una madurez absoluta con nuevas habilidades.

El termino adolescencia al igual que cualquier otro posee un amplio recorrido histórico. Como ejemplo, en la era precristiana se veía a la adolescencia como un estado apocalíptico, todo esto debido a la conducta y comportamiento de los adolescentes de esa época que actuaban de forma rebelde (Aliño, López y Navarro, 2006). Con el pasar del tiempo la definición de adolescencia evolucionó volviéndose así más compleja su

conceptualización, depende del momento histórico en el que el ser humano se encuentre los aspectos en cuanto a cambios físicos, mentales y emocionales siempre serán los mismos. (Sigüenza, 2019).

Enfocándose en un aspecto más psicológico, según Contini (2015), “durante la adolescencia se define la identidad, se busca el contacto con la pareja y con el grupo de pares; de lo anterior, se comprende la importancia de las habilidades sociales en esta etapa del desarrollo humano” (p.295). Como se ve según lo mencionado por el autor, la adolescencia es una etapa crucial para la persona, puesto que la forma en como el adolescente decida actuar depende mucho de con quienes se relacione.

Debido a los cambios que se presentan en la adolescencia, la salud física y mental de los adolescentes llegarían a verse afectadas por diversos factores como son los económico, lo social lo político y lo familiar. No obstante, dichos factores no afectan tanto a su vida diaria salvo el caso que los conduzcan a cometer algún acto inapropiado. Un factor que si está estrechamente relacionado y que de cierta forma afecta directamente al bienestar del adolescente es la autoestima puesto que se la considera como un factor para considerar una buena salud mental.

La autoestima como ya se ha mencionado anteriormente, consiste en el cumulo de pensamientos y sentimientos que tenemos hacia nosotros mismos. Es importante estudiar la autoestima en la adolescencia debido a que este se convierte en un indicador de buena salud. Según Sigüenza (2019), “generalmente, una alta autoestima, es un indicador de bienestar y habilidades sociales. Por el contrario, la baja autoestima está, directamente, relacionada con el estado de ánimo negativo, la percepción de discapacidad, el delito, la depresión y la ansiedad social” (p.25). Como se observa la autoestima se considera un reflejo de las impresiones más habituales del autovalor.

En cuanto a la autoestima en la adolescencia, es posible describir varias causas positivas y negativas, como se ha evidenciado en la población en general. Con respecto a la autoestima positiva, Caño y Rodríguez (2012) manifiestan que “los jóvenes con una autoestima elevada disfrutaban de más experiencias positivas y son a su vez más eficaces en el afrontamiento de experiencias negativas, en donde muestran respuestas más adaptativas tras el fracaso” (p. 391). Es decir, que los adolescentes que tienen el privilegio de tener una autoestima positiva poseen la capacidad de enfrentar sus fracasos desde otra

perspectiva; sin dejar que esto afecte en su vida diaria, de manera que generen más experiencias y aprender de sus errores.

Por otro lado, si se observa los aspectos negativos en los adolescentes, por poseer una autoestima baja, Caño y Rodríguez (2012) determinan que “una autoestima o autoconcepto bajos también son frecuentes en los jóvenes que tienden a la procrastinación o demora innecesaria en la realización de tareas y en aquellos que manifiestan conductas agresivas, conductas antisociales, violencia escolar y violencia relacional” (p. 393). Es decir, los jóvenes que poseen una autoestima negativa tienden a visualizar su vida desde el conformismo, y no superan sus expectativas para llegar a cumplir sus metas.

1.2. Bienestar Psicológico

1.2.1. Definición del término Bienestar

Con respecto al término bienestar existen dos tipos, según Moreta, Gaibor y Barrera (2017) “la primera relacionada con el bienestar subjetivo considerado como hedónico y la segunda como tradición eudamónica que es conocida como bienestar psicológico” (p.173). Por lo cual, se determina que el bienestar psicológico corresponde al potencial del desarrollo personal.

Por otro lado, el término bienestar dentro de lo individual según Ramos y Moreta (2020) “no solo son los aspectos que ayudan a ‘sentirse bien’; sino, también, la percepción y valoración que se construyen sobre la realidad y que genera satisfacción y felicidad a partir de la cotidianidad y lo ‘positivo’ de la vida” (p.100). Es decir, que el bienestar psicológico busca que la persona se sienta conforme con la realidad en la que vive, se incluye aspectos familiares, laborales y sociales. De esta manera, se evita crisis en el sujeto debido a lo cotidiano.

De forma general el bienestar psicológico tiene que ver con la sensación y percepción de sentirse a gusto con lo que el sujeto realiza en su vida cotidiana. Para definir esto de mejor manera, se cita a Gual (2002):

(...) la podemos buscar a lo largo de la historia con varias figuras que han marcado un paso importante en la determinación filosófica y psicológica. Para los filósofos griegos ‘la buena vida’ constituía una virtud muy importante, Aristóteles en sus

escritos habla del ‘Sumo Bien’ y de la ‘Felicidad Suma’ como el objetivo o finalidad del transcurrir humano (p. 5).

Por tanto, se dice que, según los antecedentes históricos, el bienestar en cuanto a la salud mental es más una idea o proyección, que se presenta en el ser humano frente a lo que le sucede en su vida, se habla en diferentes contextos, ya sea social, económico, educativo, e incluso individual.

Si así, según la historia dentro de la filosofía y la epistemología, los cambios que han surgido desde el punto de vista de Confucio, e incluso Sócrates, mencionan que según Diener y Suh (2000), “una buena calidad de vida en términos globales y de una sociedad ordenada en donde cada ciudadano tiene roles en la cotidianidad y responsabilidades claramente delimitadas; en los que se los puedan ejercer correctamente” (p. 5). En este caso, es posible afirmar que el bienestar psicológico, también, se encuentra vinculado conjuntamente a la calidad de vida del sujeto y del rol que cumple o la función dentro de los aspectos socioculturales e individuales del mismo.

El concepto de bienestar, en términos generales, como menciona Maslow (1968), “surge si las necesidades básicas han sido satisfechas o sustentada, debido a que, si se satisfacen dichas necesidades, vienen otras, y se completa la pirámide o el proceso en cadena de autorrealización de una persona” (p. 6). Es decir, que la construcción del bienestar en un individuo empieza desde sus necesidades básicas, como: respeto consigo mismo, seguridad e independencia, entre otros. En este sentido, el autor, también, indica que algunas necesidades se consideran secundarias, y que el nivel de vida está siempre determinado en función de factores de carácter medible como el nivel de educación y las condiciones en las que vive el sujeto.

Mientras el ser humano continúa con su desarrollo, se presentan situaciones a las que se adapta de acuerdo con su propio potencial.

1.2.2. Características del Bienestar

Dentro de las características principales de bienestar, se encuentran la estabilidad y la inestabilidad emocional o psíquica en cierto rango. En cuanto a la estabilidad dentro de bienestar psicológico, juega un papel importante los aspectos cognitivos y afectivos como ejemplo los sentimientos, emociones, estado de ánimo (Andrews y White 1976, citado en

Valle 2015). Por tanto, la manera en que una persona se percibe a sí misma estaría relacionada directamente con el bienestar psicológico.

Asimismo, si se menciona las características que componen el bienestar psicológico, como es lo emocional y lo físico, se podría decir que si el sujeto se encuentra bien cumple con sus metas y objetivos. Según Torres, Moreta, Ramos y López (2019) “se involucra con la realización de actividades, basadas en objetivos alcanzables, a través de los cuales, las personas se sienten activas y auténticas, es claro, que se requiere una predisposición anticipatoria del futuro” (p.64). Se entiende que mientras el sujeto tenga claro sus objetivos, los eventos traumáticos son manejados de manera adecuada y no interfieren en su forma de ver la vida. Según Valle (2015), “si bien el individuo es estable, a la larga llega a experimentar variaciones circunstanciales en función de los afectos predominantes en cuanto al entorno que le rodea” (p. 7). Entonces, no se persigue la idea de bienestar a la perfección, sino más bien, se intentaría buscar un equilibrio a manera de balance emocional y comportamental.

Por lo tanto, podemos relacionar a la satisfacción con la vida y el componente afectivo, según Fierro (2000), “la satisfacción con la vida, la percepción de si es buena o mala, representa una valoración global, como un todo, mientras que el balance afectivo de la percepción depende más de las reacciones puntuales a eventos concretos” (p. 7). En tanto, si logramos una autoestima alta, tendremos bienestar psicológico adecuado.

De igual manera, existen elementos que se relacionan con el bienestar. Según Diener, Suh, Lucas y Smith (1999), “estos elementos serían satisfacción con la vida, afecto positivo y afecto negativo. De ello se diferencia dos grandes dimensiones: la dimensión cognitiva y la dimensión emocional o afectiva” (p. 7), es decir, que estas dimensiones son fundamentales para la estructura de nuestro bienestar.

Tabla 2. *Elementos de la satisfacción*

Afecto Positivo	Afecto Negativo	Satisfacción con la vida	Dominios de Satisfacción
Alegría	Culpa y vergüenza	Deseo de cambiar la vida	Trabajo
Euforia	Tristeza	Satisfacción con la vida actual	Familia
Satisfacción	Ansiedad y preocupación	Satisfacción con el pasado	Ocio
Orgullo	Enfado	Satisfacción con el futuro	Saludo
Cariño	Estrés	Satisfacción con cómo otros ven nuestra vida	Ingresos
Felicidad	Depresión	Insatisfacción	Con uno mismo
Éxtasis	Envidia	Insatisfacción	Con los demás

Nota. Tomado a partir de Diener, Suh, Lucas y Smith (1999).

Como se visualiza en la tabla 2, la impresión positiva o negativa incide de varias formas en la vida diaria de cada ser humano y en diferentes ámbitos personales, familiares y sociales. Estos factores influyen en la percepción y estabilidad, tiene relación entre sí, como lo afirman varios autores, debido a que el afecto y las emociones son las que aportan a la estabilidad de la persona; no es un secreto que los sentimientos de un individuo consigo mismo y con el mundo externo están totalmente relacionados con su estabilidad mental, y por ende con el bienestar psicológico. Por ejemplo, si una persona acaba de terminar su relación esta reactiva frente a todo lo que se le presente, y los estímulos internos y externos colaboran a que se vivan estados emocionales bajos como la tristeza, frustración, ira, odio y duelo, genera una baja autoestima que desencadena en un estado psicológico sumamente deficiente.

En este contexto, se observa que el apego positivo y la satisfacción con la vida están correlacionados para que exista un equilibrio en la salud mental: características como la alegría, satisfacción, cariño, felicidad e incluso la excitación aportan a que la persona tenga mayor deseo por vivir a pesar de los problemas y sienta satisfacción con su vida actual, e incluso con lo que tuvo antes. Por otro lado, se considera algunos aspectos negativos que afectan directamente al bienestar psicológico, como la culpa, vergüenza, tristeza, preocupación, enojo, estrés e incluso depresión, mismos que conllevan a un estado de pulsión de insatisfacción, enfermedad y muerte.

Al respecto, Adler (1983) reflexiona sobre los aspectos más relevantes de la vida, determina que la manera en que se los enfrenta e influyen en el ser varía según las vivencias a nivel externo y cómo el individuo se relaciona con los demás. Por su parte, Rogers (1999), demuestra que el ser y el hacer son cosas totalmente diferentes y que, en el mundo actual, lo que más crea conflictos es la necesidad de las personas por agradar a los demás, por lo que hacen más no por lo que son.

1.2.3. Tipología del Bienestar

Dentro de la clasificación de bienestar existen múltiples variables que influyen dentro de su interpretación, por eso se presenta su tipología o clasificación de una u otra forma. Según Diener y Suh (2000), “el bienestar, es un tema de discusión por las variables que presenta solamente el término en amplias interpretaciones, ha dado pie para que dentro de su misma determinación sea clasificado” (p. 8). Por esto, existen distintas definiciones al respecto con la temática de bienestar, pero en general, se lo considera como el esfuerzo por buscar el propio potencial de cada ser humano.

Existen innumerables variables que inciden en el equilibrio psicológico y que no tienen que ver sólo con la persona, sino, también, con lo que le rodea. Según Diener, (1994) “el bienestar psicológico incide en las respuestas emocionales de las personas, por lo que la percepción de cada individuo es lo que hace la diferencia en la presencia o ausencia de bienestar en la vida” (p. 9). Es decir, las personas viven con una queja, un conflicto o un problema que lo saben superar solos o simplemente viven con él; increíblemente para muchos el bienestar psicológico es un tabú, varias personas muestran desinterés por su salud mental e incluso la ignoran.

Un gran ejemplo de lo mencionado es la educación recibida por las generaciones anteriores e inclusive en varios casos actuales, en donde los padres muestran desinterés ante la necesidad de un hijo que llora, grita o molesta, es decir, no se concibe la posibilidad de que la persona se enfrente a un momento difícil, si tiene conflictos maternos o paternos, o incluso si fue abusado de cierta manera. Padres negligentes en un mundo negligente, que no se preocupa por el bienestar psicológico de la sociedad y que, en la actualidad, se considera ese descuido como una de las mayores causas que genera conflictos en niños, adolescentes y adultos.

Es importante mencionar que para alcanzar un grado de satisfacción influyen

elementos fisiológicos y factores externos; los procesos químicos del cerebro generan la sensación de satisfacción si se segrega oxitocina, dopamina, serotonina e inclusive endorfinas, al realizar actividades como ingerir comida que este exageradamente picante, pensar en recuerdos felices, recibir un ascenso laboral y abrazar a alguien a quien queremos mucho. Según Herrera (2019), “la estimulación de estas hormonas permite mayor autoestima y mejor productividad en el desempeño de las actividades cotidianas, además, que es necesario para el estado del bienestar psicológico” (p. 8). Sin embargo, la satisfacción inconsciente es subjetiva, pero, se la busca todo el tiempo de manera objetiva: se la quiere vivir, sentir y percibir.

Sin duda, es indispensable alcanzar el bienestar social que, según Blanco y Díaz (2005), se define como una huella que deja el individuo dentro de la sociedad, la cual, le proporciona satisfacción y se divide en diversos componentes:

Tabla 3. Componentes del bienestar social

Componentes	Conceptualización
Integración social	Encierra al sujeto en el centro de una red de relaciones sociales, se toma como eje la medida en que su necesidad de pertenencia está positivamente satisfecha.
Aceptación social	El sujeto confía y se siente cómodo en compañía de los otros, por lo cual, es aceptado. La contribución social, si las personas sienten que el rol que desempeñan en la sociedad aporta a la comunidad en la que vive de manera positiva, y, al mismo tiempo, si es tomado en cuenta con sus ideas y opiniones.
Actualización social	Esto determina si el sujeto tiene confianza en la visión que persigue la sociedad y si cree que la sociedad sabe a dónde va.
Coherencia social	En este caso, el sujeto se fija en la curiosidad por saber que ocurre en su entorno, si muestra en cierto sentido la necesidad de estar al tanto de las demandas sociales que atañen al mundo.

Nota. Tomado a partir de Blanco, A & Díaz, D (2005).

Por lo tanto, se entiende una clasificación de bienestar social dentro del bienestar psicológico que influye de manera trascendental dentro de la satisfacción del sujeto. Según Valle (2015), “una serie de factores con los cuales los individuos miden que tan satisfechos están con su vida” (p.10). Es posible afirmar, que, si se canalizan los pensamientos y las emociones, se mantiene cierto equilibrio y por tanto bienestar psicológico.

1.2.4. El Bienestar Psicológico según Ryff

Ryff (1989) define al bienestar psicológico como una valoración perceptiva hacia uno mismo, en donde, se reúnen las experiencias que se ha tenido a lo largo de la vida y, también, al observar y aprender de los errores cometidos; para un buen desarrollo

psicológico la clave está en la mente y en las fuerzas positivas que el ser humano se autoproporcione.

En ese contexto, existen varias dimensiones que menciona Ryff (1989) y que hacen referencia a objetos externos e internos, como se detalla, a continuación.

Tabla 4. Dimensiones de Bienestar Psicológico

Dimensión	Conceptualización
Autoaceptación	Forma positiva del ser humano de verse hacia sí mismo, mostrar aceptación consigo mismo y con los acontecimientos que suceden en su diario vivir. Si existen niveles bajos de autoaceptación, se presentan sentimientos negativos, intenta cambiar a lo que desea ser. (Ryff, 1999)
Relaciones positivas con los demás	Respecto a este aspecto, Carol Ryff (1999), define a la relación positiva como el entusiasmo y la confianza en los demás. Las personas que tiene la capacidad de darse cuenta de sí mismas, muestran empatía, tienen fuertes sentimientos por los demás y tienen amistades profundas. Por otro lado, en relaciones negativas, les resulta difícil ser cálidos, abiertos y no preocuparse por los demás. Tienden a sentirse aislados y deprimidos en sus relaciones interpersonales.
Autonomía	Según Ryff (1999), considera esta dimensión como la capacidad que tiene el ser humano para tomar sus propias decisiones sin consentimiento de terceros, se involucra un sentimiento de libertad, por otro lado, la persona que depende de otra para decidir considera ese punto de vista más importante que su propio criterio.
Dominio del entorno	Capacidad para desarrollar su potencial en cualquier contexto. Las personas que poseen esta característica desarrollan un ambiente adecuado y tener control de este. Por el contrario, las personas que carecen de este potencial presentan dificultades en el manejo de situaciones diarias, pierde el control de aquello. (Ryff, 1999)
Propósito en la vida	El propósito de vida son aquellas metas planteadas por el ser humano, las mismas que pretende alcanzar en un futuro. La persona que posee la capacidad de plantearse estos objetivos tiene claro lo que desea realizar, en cambio aquella persona que no tiene ningún propósito, se considera que no tiene sentido de vida. (Ryff, 1999)
Crecimiento Personal	El crecimiento personal, se define como la evolución del ser humano, cuyas fortalezas y debilidades aportan al desarrollo continuo de su vida. Las personas que tienen la disposición para crecer a diario tienden a experimentar nuevas experiencias; por otra parte, las personas que no han desarrollado un crecimiento personal adecuado poseen conductas de desinterés. (Ryff, 1999)

Nota. Modificado a partir de Valle (2015)

Estas dimensiones aluden a la crítica sobre el bienestar psicológico y las influencias humanistas, que se tiene sobre la psicología en general. Por lo tanto, si se analiza desde un enfoque humanista, Ryff se apoya, también, en otros autores como Maslow, al mencionar la autorrealización, o Adler si hace referencia a la tendencia o el crecimiento personal.

En cuanto a los aspectos que evalúa el cuestionario de bienestar psicológico para

adolescentes (BIEPS-J), se toma en cuenta las siguientes dimensiones: control de situaciones que es la forma de reaccionar o capacidad propia para afrontar problemas, vínculos psicosociales refiriéndose a la calidad de las relaciones interpersonales del sujeto, proyectos, en donde, se observa los objetivos y propósito de vida, aceptación de sí mismo entendiéndose como el sentirse bien consigo mismo y autonomía que es la capacidad para actuar de forma independiente (Casullo y Solano, 2000).

1.2.5. Bienestar Psicológico en la Adolescencia

Al hablar de bienestar psicológico es recomendable primero tomar en cuenta el concepto en sí de lo que es la salud. La Organización Mundial de la Salud (OMS), ha determinado que este concepto se vincula al periodo, en el cual, la salud física, mental y social, se encuentran nivelados y estables y no solo hace referencia a la falta de enfermedad. Es decir, que, si el ser humano mantiene una salud integral en las áreas ya antes mencionadas, logra un equilibrio en su vida y por ende obtiene un óptimo funcionamiento en todas sus actividades.

La autora quien es pionera al explicar todo lo referente a bienestar psicológico es Carol Ryff. Según Álvarez, Hernández y Castro (2020), “La autora plantea el bienestar psicológico desde un enfoque relacional que converge en seis elementos que lo constituyen en sí mismo, orientados al funcionamiento óptimo, desarrollo psíquico adecuado y, por supuesto, al crecimiento personal” (p. 183). Es decir, que los elementos que la autora plantea dentro de su investigación como son: autoaceptación, sensación de autonomía, dominio del ambiente, relaciones sociales, propósitos de vida y crecimiento personal, son fundamentales para mantener un bienestar psicológico estable durante el ciclo vital del hombre en la tierra.

En cuanto al bienestar psicológico en la adolescencia, se podrían evidenciar factores de estrés y ansiedad por los cambios que genera esta etapa. Según González, Montoya y Casullo (2002), “las exigencias psicosociales derivadas de este proceso evolutivo repercuten en el desarrollo psicológico, así influyen en la confianza en sí mismo, la timidez, la ansiedad, el sentimiento de eficacia, la autoestima o el desarrollo de las estrategias de afrontamiento” (p. 363). Es decir, los adolescentes atraviesan por distintos cambios y, por lo tanto, su bienestar psicológico, se encuentra ambivalente.

En la adolescencia, según Álvarez, Hernández y Castro (2020), “el bienestar psicológico suele asociarse con niveles de funcionamiento óptimo que incluyen, no solo la relación entre el sujeto y los demás, sino, también, actitudes internas como el dominio y el crecimiento personal” (p. 182). Es decir, que el bienestar psicológico al igual que la autoestima es un indicador de buena salud mental, puesto que, si tenemos un correcto bienestar psicológico el ser humano puede desarrollar óptimamente sus capacidades, y en cuanto a los adolescentes pueden atravesar esta etapa sin presentar algún tipo de trastorno.

1.3. Satisfacción Personal

Para entender de mejor forma en lo que consiste la satisfacción personal, es importante tener en cuenta el concepto global de satisfacción. Según Carrión, Mañes y González (2000) manifiestan que:

Se entiende la satisfacción como una valoración cognitiva personal que realiza una persona de la vida y de los dominios de esta, atiende a la calidad de su vida, a las expectativas y aspiraciones, a los objetivos conseguidos, basada en los propios criterios de la persona y que se realiza de forma favorable (p. 189).

Es decir, que la satisfacción es la respuesta que tiene el ser humano al cumplir con sus expectativas y logros.

En cuanto a la satisfacción personal, se indica según Cardona y Agudelo (2007). “está relacionada con la valoración individual de la calidad de vida, regida por apreciaciones subjetivas y objetivas, donde, se trasciende lo económico y se mira la percepción, opinión, satisfacción y expectativas de las personas” (p. 542). Es decir, que es el modo de vida que cada individuo decide mantener, con respecto a su perspectiva y la de los demás.

La satisfacción personal, se divide en dos ámbitos que son: individual o privada y colectiva o pública. En cuanto a lo individual, es la percepción que tiene el ser humano de su vida, los logros que ha tenido y las expectativas que desea alcanzar, las necesidades que ha logrado satisfacer con responsabilidad y de esta forma darle sentido a su vida. Por otro lado, al ámbito colectivo, se refiere a lo que rodea al sujeto, es decir, en donde vive, crece y se desarrolla. Es importante mencionar estos aspectos, puesto que la cultura tiende a influir ya sea de forma positiva o negativa sobre la persona, sobre sus pensamientos, acciones, actitudes y comportamientos, por ende, tiene estrecha relación con la autoestima y el bienestar psicológico (Cardona y Agudelo, 2007).

La satisfacción personal, el bienestar psicológico y la autoestima tienen relación, puesto que los mismos, se consideran como indicadores de buena salud, además, que buscan el bienestar de la persona y que la misma se sienta bien consigo mismo, con lo que tiene y con lo que es. Además, que, si el ser humano logra cumplir con sus expectativas, metas, propósitos disfruta de un bienestar psicológico adecuado y una autoestima plena.

1.4. Triada Oscura de la Personalidad

La triada oscura de la personalidad según Giner (2021), “es una configuración de la personalidad formada por tres rasgos: maquiavelismo, narcisismo y psicopatía. Se trata de un patrón conductual no patológico (subclínico) y quienes los presentan no tienen por qué estar enfermas o ser delincuentes” (p. 40). Es decir, que las personas que presentan estos rasgos no muestran ninguna patología que conduzca a un trastorno, más bien, se presentan por sucesos en que la persona utiliza estos aspectos para su beneficio.

En cuanto a las personas que tiene rasgos en la dimensión de maquiavelismo, se caracterizan Según Giner (2021):

Se caracterizan por ser cínicas, sin principios, creen en la manipulación interpersonal como la clave para el éxito en la vida, y actúan fieles a esta “premisa”, que usan a las personas que están a su alrededor en la medida en que éstas les proporcionen éxito y satisfacción personal, por lo que llegan a ver a los demás como medios para lograr sus fines (p. 41).

Por lo cual, se considera que este rasgo de personalidad consiste en que la persona busca su propio bienestar más no una relación interpersonal, para de esta forma conseguir lo que quiere mediante la manipulación a otros.

Por otro lado, el narcisismo subclínico se caracteriza en las personas por poseer sentimientos de grandiosidad y superioridad, por ende, buscan exhibirse hacia los demás como personas llenas de privilegios y virtudes (Giner, 2021).

Por último, la psicopatía subclínica según Giner (2021), “los individuos con rasgos psicopáticos son personas egoístas, dominantes, manipuladoras, irresponsables, temerarias, y con una falta total de empatía y remordimiento ante el sufrimiento ajeno” (p. 42). Por lo cual, se considera a estas personas como poco empáticas que solo buscan su propio bienestar.

CAPÍTULO II. MARCO METODOLÓGICO

2.1. Metodología

2.1.1. Tipo

El proyecto de investigación se basa en un tipo no experimental, cuyo objetivo es obtener resultados cuantitativos en un determinado momento. Según Vergara y Lasa (2002), “en tales diseños el control no implica la manipulación activa de las condiciones experimentales, sino la selección de aquellos casos o de aquellas variables que cumple determinados criterios y que resultan de interés para el investigador” (p. 10), por consiguiente, este tipo de estudio no manipula las variables.

2.1.2. Corte

Se utiliza un estudio de corte transversal, que como lo resaltan Müggenburg y Pérez (2007), “son aquellos en los que se recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito, se centra en describir variables y analizar su comportamiento en un momento dado” (p. 37). Es decir, al momento de aplicar los reactivos, no se manipulan las variables y se emplean en un momento determinado, lo cual, facilita obtener resultados certeros y naturales, sin necesidad de exponer a los participantes ante un estímulo que atente contra su decisión al momento de realizar el reactivo psicológico.

2.1.3. Enfoque

El enfoque es cuantitativo, se centra en arrojar datos cuantificables, verídicos y se aplican reactivos de medición de variables. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) este tipo de enfoque “es secuencial y probatorio, utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (p. 4), Por esto, esta investigación, se enfoca en un estudio dirigido a una población observable, y a través de los instrumentos, se mide dichas variables.

2.1.4. Diseño

Se emplea un diseño descriptivo, que en palabras de García (2002) “se basa en identificar la población de estudio, definir la muestra, los objetivos, el fenómeno, las variables, las escalas de medida y seleccionar las fuentes de información que vamos a utilizar para recoger datos sobre esas variables” (p. 1). Por lo tanto, se obtiene una amplia

información acerca de las variables a trabajar, definir los objetivos y establecer lo que se realiza con los mismos.

Además, se emplea un estudio comparativo, en el cual, se determina si existen semejanzas o diferencias en las variables y en la población escogida. Según Piovani, (2001) “destacan el papel de la comparación en la formulación y contrastación de hipótesis y en un sentido más amplio en la producción de conocimiento nomotético, en este marco el énfasis de la comparación recae sobre las propiedades (variables)” (p. 4). Es así como, se emplea un modelo comparativo en instituciones de ambas provincias, en las cuales, se observan características relevantes de la población.

2.1.5. Alcance

El alcance es correlacional, debido, a que se manejan dos variables distintas, la autoestima y el bienestar psicológico. Lo que se busca, es observar si existen semejanzas o únicamente diferencias, y la forma de determinarlo es investigándolas individual y posteriormente relacionándolas entre sí. De igual manera, se determina si existe alguna relación con otros indicadores o dimensiones, por ejemplo, autoconcepto, autoeficacia, rendimiento académico, dinámica familiar, relaciones interpersonales y su duración, entre otros.

2.2. Instrumentos

Dentro del proyecto de investigación, se implementan test psicológicos, que permiten medir el grado de autoestima y el grado de bienestar psicológico de la población seleccionada. Los *test*, que se aplican son de autoestima colectiva, autoestima relacional, autoestima de Rosenberg, bienestar psicológico para adolescentes, bienestar personal y triada oscura de la personalidad.

2.2.1. Ficha Sociodemográfica

No se aplicó ficha sociodemográfica los datos personales obtenidos por partes de los participantes, se los incorporó al inicio de cada reactivo aplicado.

2.2.2. Escala de Autoestima de Rosenberg

Este test fue diseñado por Morris Rosenberg (1965) y fue traducido al español por Rojas-Barahona et al. (2009). Esta escala consiste en valorar la autoestima personal en adolescentes, los sentimientos de amor propio, el respeto a sí mismo y hacia los demás.

Este documento lo constituyen 10 ítems, que se encuentran divididos de manera positiva y negativa. La modalidad de puntuación se considera de la siguiente manera, los ítems del 1 al 5, se califican de 4 a 1, mientras que los ítems 6 a 10 se califican de 1 a 4. Se emplea una escala de tipo Likert que va desde 4 que significa muy de acuerdo, 3 de acuerdo, 2 en desacuerdo y 1 totalmente en desacuerdo. La confiabilidad y validez, se encuentra en un rango de 0,8 (Vázquez, Jiménez & Vázquez – Morejón, 2004).

A continuación, se muestra la fiabilidad de la escala de autoestima de Rosenberg, el cual, se obtuvo por medio del coeficiente de alfa de Cronbach, en el cual, se confirma la confiabilidad del test.

Tabla 5. *Análisis de fiabilidad de la Escala de Rosenberg*

<i>Escala</i>	<i>Ítem</i>	<i>Alfa de Cronbach</i>
Global	10	,704

Nota: 1.604 participantes.

Como se observa en la tabla 5, se obtiene un alfa de Cronbach de ,704 es aceptable puesto que el máximo es 1, de acuerdo con el número de elementos.

2.2.3. Escala de Autoestima Colectiva

Esta escala fue creada por Luhtanen y Crocker (1992) con su adaptación al Perú, su objetivo, se basa en evaluar la identidad social de los individuos según la pertenencia a sus grupos vinculados tales como la raza, etnia, género, entre otros. Está conformado por 16 ítems con subescalas de 4 ítems y se emplea una escala de tipo Likert de 7 puntos, desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 7 (totalmente de acuerdo). Las 4 subescalas son AC pública 0,495; AC privada 0,387; AC afiliación 0,408 y la dimensión AC identidad 0,517, (Espinosa, Freire & Ferrándiz, 2016).

A continuación, se muestra la fiabilidad de la escala de autoestima Colectiva, el cual, se obtuvo por medio del coeficiente de alfa de Cronbach, en el cual, se confirma la confiabilidad del test.

Tabla 6. *Análisis de fiabilidad de la Escala de Autoestima Colectiva*

<i>Escala</i>	<i>Ítem</i>	<i>Alfa de Cronbach</i>
Global	16	,802

Nota. 1.604 participantes

Como se observa en la tabla 6, se obtiene un alfa de Cronbach de ,802 es aceptable puesto que el máximo es 1, de acuerdo con el número de elementos.

2.2.4. Escala de Autoestima Relacional

Fue diseñado por Brewer & Gardner (1996), su fin es evidenciar las relaciones del individuo con otras personas significativas como grupos sociales, relaciones interpersonales y familiares. Consta de 7 ítems con una escala Likert, 1 (completamente en desacuerdo), 2 (en desacuerdo), 3 (de acuerdo) y 4 (completamente de acuerdo). En cuanto a la validez y confiabilidad existe un aproximado de 0,858 de alfa de Cronbach (Du, King & Chi, 2012).

A continuación, se muestra la fiabilidad de la escala de autoestima Relacional, el cual, se obtuvo por medio del coeficiente de alfa de Cronbach, en el cual, se confirma la confiabilidad del test.

Tabla 7. Análisis de fiabilidad de la Escala de Autoestima Relacional

<i>Escala</i>	<i>Ítem</i>	<i>Alfa de Cronbach</i>
Global	7	,948

Nota. 1.604 participantes.

Como se observa en la tabla 7, se obtiene un alfa de Cronbach de ,948 es aceptable puesto que el máximo es 1, de acuerdo con el número de elementos.

2.2.5. Escala de Bienestar Psicológico BIESP-J

La escala BIESP-J fue elaborada por María Martina Casullo (2002) y validada en Argentina, en el año 2002 (Helguero, 2017). El objetivo de esta escala es medir ciertas dimensiones como valía personal, autoaceptación, metas, relaciones interpersonales y familiares en adolescentes entre 13 a 18 años. Consta de 13 ítems en una escala Likert, 3 (de acuerdo), 2 (ni acuerdo – ni desacuerdo) y 1 (en desacuerdo). La puntuación total se obtiene de la suma de cada uno de ítems de la siguiente manera, 1 equivale a 3 puntos, 2 equivale a 2 puntos y 3 equivale a 1 punto. La confiabilidad y validez de este reactivo es aceptable y alcanza valores de 0,70 de alfa de Cronbach.

A continuación, se muestra la fiabilidad de la escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIESP-J) el cual, se obtuvo por medio del coeficiente de alfa de Cronbach, en el cual, se confirma la confiabilidad del test.

Tabla 8. *Análisis de fiabilidad de la Escala de Bienestar Psicológico BIESP-J*

<i>Escala</i>	<i>Ítem</i>	<i>Alfa de Cronbach</i>
Global	13	,830

Nota. 1.604 participantes.

Como se observa en la tabla 8, se obtiene un alfa de Cronbach de ,830 es aceptable puesto que el máximo es 1, de acuerdo con el número de elementos.

2.2.6. Escala de Satisfacción Personal

Este instrumento fue diseñado por Cummins (2003) con la finalidad de medir qué tan satisfecha se encuentra la persona con su vida en general. Este reactivo psicológico consta de 8 ítems con una escala de Likert, tomado en cuenta desde 1 (no siente satisfacción en absoluto) hasta el 5 (completamente satisfecho). La aplicación de este instrumento, se enfoca en adultos, sin embargo, luego de varias investigaciones, se considera que su aplicación es apta para la población en general. La validez y confiabilidad, se encuentra en los valores entre 0,75 y 0,85, lo que demuestra ser aceptable (Alfaro, Valdenegro y Oyarzún, 2013). Esta escala fue incluida en la investigación para establecer la validez convergente del test de bienestar psicológico.

A continuación, se muestra la fiabilidad de la escala de autoestima de Satisfacción Personal, el cual, se obtuvo por medio del coeficiente de alfa de Cronbach, en el cual, se confirma la confiabilidad del test.

Tabla 9. *Análisis de fiabilidad de la Escala de Satisfacción Personal*

<i>Escala</i>	<i>Ítem</i>	<i>Alfa de Cronbach</i>
Global	8	,945

Nota. 1.604 participantes.

Como se observa en la tabla 9, se obtiene un alfa de Cronbach de ,945 es aceptable puesto que el máximo es 1, de acuerdo con el número de elementos.

2.2.7. Escala Triada Oscura de la Personalidad

Esta escala fue diseñada por Jonason & Webster (2010), está compuesta por 12 ítems y lo que pretende es medir son los niveles de los rasgos de personalidad, los cuales son: maquiavelismo que corresponde desde la pregunta 1 a 4, psicopatía desde el enunciado 5 a 8 y narcisismo de la pregunta 9 a 12. La herramienta tiene buenas propiedades psicométricas según estudios realizados en multitud de países, entre ellos Ecuador (Jonason, et al, 2020; Rogoza, et al, 2020). Está conformada por una escala Likert

desde 1 (completamente en desacuerdo) hasta 7 (completamente de acuerdo) y su confiabilidad total es de 0,892 lo que se considera aceptable (Nohales, 2015). Esta escala fue aplicada para determinar si la estructura de la personalidad influye o no en el bienestar psicológico o en la autoestima del sujeto.

A continuación, se muestra la fiabilidad de la escala de autoestima de la Triada Oscura de la Personalidad, el cual, se obtuvo por medio del coeficiente de alfa de Cronbach, en el cual, se confirma la confiabilidad del test.

Tabla 10. *Análisis de fiabilidad de la Escala Triada Oscura de la Personalidad*

<i>Escala</i>	<i>Ítem</i>	<i>Alfa de Cronbach</i>
Global	12	,892

Nota. Elaboración propia en función de 1.604 participantes.

Como se observa en la tabla 10, se obtiene un alfa de Cronbach de ,892 es aceptable puesto que el máximo es 1, de acuerdo con el número de elementos.

En la presente investigación, se aplicaron reactivos psicológicos que no evalúan exactamente autoestima y bienestar psicológico, como son la escala de satisfacción personal y la triada oscura de la personalidad. Se decidió aplicar estos reactivos por la razón, de que se quería ver un poco la relación que podían tener algunos factores como el narcisismo, el maquiavelismo subclínico y la psicopatía subclínica con la autoestima o la satisfacción personal con el bienestar psicológico. A estos reactivos, se los considero como un tema más de índole exploratorio.

2.3. Población, Muestra y Muestreo

2.3.1. Población

Se toman en cuenta adolescentes matriculados en primero, segundo y tercero de bachillerato de instituciones educativas públicas y privadas de las provincias de Cotopaxi y Tungurahua; además, se considera la modalidad matutina y vespertina de cada institución.

La edad de los estudiantes oscila entre 14 a 18 años, sin ser un factor excluyente el estado civil, estado socioeconómico o etnia. El total es de 57.342 estudiantes en el período académico 2019 – 2020, según datos del Ministerio de Educación del Ecuador.

2.3.2. Muestra

Dentro del proyecto de investigación, se considera a la muestra con un margen de error del 5% y un 95% de confiabilidad, con un total de 382 casos válidos; no obstante, se ha trabajado con una muestra mucho más amplia de 1.604 para lograr conseguir cierta representatividad. Para la aplicación de los reactivos, se tomó en cuenta a estudiantes de bachillerato desde cuarto a sexto curso, todos los paralelos y sus distintas especialidades. Las unidades educativas que se tomaron en cuenta son de sostenimiento público (182,2 %) y privado (17,8 %) de las dos provincias, con un total de 730 mujeres y 874 hombres, entre los 14 a 18 años.

2.3.3. Muestreo

Se emplea un muestreo no probabilístico por conveniencia, como lo indica Alperin (2014), “este tipo de muestreo selecciona los elementos escogidos por conveniencia o comodidad y utiliza alguna forma de selección aleatoria de los puntos muestrales” (p. 13). Por lo que, se considera la participación de todos los estudiantes matriculados de niveles de bachillerato y sin exclusión alguna.

2.4. Procedimiento Metodológico

Como punto de partida, se realiza la investigación en estudios bibliográficos, revistas académicas, libros y trabajos de investigación relacionados al tema. Una vez definidos los datos y adaptados a este trabajo, se procede a definir y validar la confiabilidad de los instrumentos que miden las variables del proyecto de investigación, mismos que son autoestima y bienestar psicológico.

Posteriormente, se selecciona a la población que colabora en este estudio, y gracias a la apertura de los rectores de las unidades educativas de las dos provincias, se consigue 1.604 estudiantes participantes. Es así como, a través del oficio emitido por la directora de la Escuela de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato, se envía la solicitud que fue aprobada por las autoridades de cada institución, para proceder a enviar por mail el link con los accesos a los reactivos a los estudiantes para ser aplicados de manera virtual; debido a las restricciones actuales por la pandemia de COVID-19, no es posible hacerlo de manera física.

Una vez que se aplican los reactivos y se obtienen los resultados, se consolida toda la información en una base de datos general desarrollada en el programa Excel y posteriormente, se lleva a cabo un análisis estadístico en el programa SPSS, el cual, facilita la interpretación de los resultados. Finalmente, al interpretarse los resultados, se efectúa un análisis de la relación existente entre las variables, se desarrolla un estudio comparativo entre las dos provincias, se elabora un informe con los datos más representativos del proyecto de investigación y de esa manera, se logra cumplir los objetivos planteados y aportar a futuras investigaciones.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

3.1. Análisis Descriptivo de las Variables

Para el proyecto de investigación, se consideran reactivos psicológicos para la variable autoestima como para la variable de bienestar psicológico, y cuyas aplicaciones estén destinadas a adolescentes. En ese sentido, se escogió la escala de autoestima de Rosenberg, escala de autoestima colectiva, escala de autoestima relacional, escala de bienestar psicológico para adolescentes, escala de satisfacción personal y la escala de triada oscura de la personalidad. A continuación, se detallan los resultados obtenidos en cada una de las escalas.

3.1.1. Análisis de los resultados de la escala de Autoestima de Rosenberg

Tabla 11. Análisis Descriptivo de la Escala de Autoestima de Rosenberg

Variable	M	Ds
Autodesprecio	13,05	3,09
Autoconfianza	16,13	2,49
Total	29,18	5,58
Nivel	Porcentaje	
A. Baja	13,8	
A. Media	40,0	
A. Alta	46,2	

Nota. N=1604, M =Media, Ds =Desviación Estándar.

Como se observa, la autoconfianza alcanza una media de 16,13 y una desviación estándar de 2,49 se obtiene como resultado un puntaje bajo. Según Morales (2005), “La autoconfianza se entiende como el grado de confianza que tiene un individuo al realizar una determinada tarea o actividad” (p. 3). Al obtener un puntaje bajo podemos decir que los estudiantes demuestran cierto decaimiento al momento de realizar sus actividades diarias, a esto se lo conoce como “apatía” que etimológicamente significa falta de pasiones, emociones, sentimientos o enfermedad (Real Academia Española, 2001). En un estudio realizado en México por Aguilar (2015), se encontró que los adolescentes sienten apatía y desde luego falta de autoconfianza al momento de realizar actividades como las labores escolares, quehaceres del hogar, actividad física o salir con amigos, etc. Como se observa estos factores, se verían afectados en la autoconfianza de los estudiantes por diversos motivos ya sea por falta de una red de apoyo segura, por críticas, por reprimendas por parte de los padres, los cuales, provocan en los adolescentes pensamientos negativos, distorsiones cognitivas, etc., que afectan a las actividades diarias de los estudiantes.

Por otra parte, la dimensión autodesprecio logra una media equivalente a 13,05 y una desviación estándar de 3,09 que, de igual manera, se lo considera bajo. Según Ávila y Espinoza (2015). “refieren que las ideas de autodesprecio en el niño y adolescente son expresadas con sentimientos de irritabilidad, fealdad, incapacidad, culpabilidad, ideas de persecución, muerte, suicidio o ideas de huir de casa” (p. 32). Es decir, que por la etapa que se encuentra el adolescente, llega a tener distorsiones cognitivas, que se ocasionan por el ambiente que le rodea. En un estudio realizado en Lima por Bachiller (2019). Se encontró que los adolescentes en cuanto a la dimensión de autodesprecio obtienen una puntuación media, se demuestra que no poseen una red de apoyo adecuada, que comparándolo con este estudio demuestra que los adolescentes si mantienen un buen apoyo emocional.

Finalmente, al diagnosticar el nivel de autoestima en los estudiantes, se obtiene como resultado que posee un nivel alto de autoestima con un puntaje de 46,2. En un estudio realizado Helguero (2017) que de igual forma midió los niveles de autoestima en adolescentes, dieron como resultado que mantienen un nivel de autoestima alto. Esto significa que los adolescentes tienen estabilidad, confianza en sí mismos, atributos personales, opiniones, valores y tendencias que les son beneficiosos, esto revela la posibilidad de mantener una autoevaluación muy alta de sí mismos.

3.1.2. *Análisis de los resultados de la escala de Autoestima Colectiva*

Tabla 12. *Análisis Descriptivo de la Escala de Autoestima Colectiva*

Dimensión	M	Ds
Estima de Afiliación	12,26	4,91
Estima Privada	12,87	4,81
Estima Pública	12,16	5,18
Importancia de la Identidad	12,15	5,64

Nota. N=1604, M =Media, Ds =Desviación Estándar.

Como se visualiza, en la estima de afiliación, se obtuvo una media de 12,26 y una desviación estándar de 4,91; estima privada alcanzó una media de 12,87 y una desviación estándar de 4,81; en cuanto a la estima pública, se obtuvo una media y desviación estándar de 12,16 y 5,18 respectivamente y, por último, con respecto a la importancia de la identidad, se consiguió una media de 12,15 y una desviación estándar de 5,64 (Ver tabla 12).

3.1.3. Análisis de los resultados de la escala de Autoestima Relacional

Tabla 13. Análisis Descriptivo de la Escala de Autoestima Relacional

Dimensión	M	Ds
Soy un miembro digno de mi círculo de amigos	2,86	1,07
En general, me alegro por ser miembro de mi círculo de amigos	2,96	1,09
Siento que puedo tener mucho que ofrecer a mi familia	2,93	1,14
Estoy orgullosa/o de mi familia	3,14	1,16
Puedo ayudarmuchos a mis amigas/os	2,92	1,06
En general, los demás consideran que mi círculo de amigos es bueno	2,84	1,04
Creo que mi familia está orgullosa/so de mí	2,88	1,12
Total	20,52	6,71

Nota. N=1604, M =Media, Ds =Desviación Estándar.

La aplicación de la escala de autoestima relacional consta de dos dimensiones que son, asociación con la familia y los mejores amigos como otras personas significativas; el valor de uno en las relaciones con otras personas significativas. Se obtiene una media global de 20,52 y una desviación estándar de 6,71 (Ver tabla 13).

3.1.4. Análisis de los resultados de la escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J)

Tabla 14. Análisis Descriptivo de la Escala Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J)

Dimensión	M	Ds
Control de situaciones	10,89	1,43
Vínculos	7,99	1,29
Proyectos	8,25	1,20
Aceptación de sí mismo	7,77	1,30
Total	34,90	5,23
Nivel	Porcentajes	
BP. Bajo	20,4	
BP. Medio	62,7	
BP. Alto	16,9	

Nota. N=1604, M =Media, Ds =Desviación Estándar.

La tabla 13 indica los resultados obtenidos a través de la aplicación de la escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J), esta se divide en cuatro dimensiones; primero, la dimensión de control de situaciones que equivale a una media de 10,89 y una desviación estándar de 1,43; la segunda dimensión se relaciona a vínculos, que se obtiene una media y desviación estándar de 7,99 y 1,29 respectivamente; la tercera dimensión corresponde a proyectos, con una media de 8,25 y una desviación estándar de 1,20 y, por último, aceptación de sí mismo, se alcanza una media de 7,77 y una desviación estándar de 1,30. Con respecto al nivel de bienestar psicológico, que se obtuvo de los estudiantes de bachillerato indican que tienen un nivel medio, con un puntaje de 62,7. Según Helguero (2017), tener un bienestar psicológico medio “significa que se tiene una percepción

positiva de los logros alcanzados en la vida y un alto grado de satisfacción personal con lo que hicieron y hacen” (p. 57). Es decir, que son personas que se sienten seguras de sí mismas.

3.1.5. Análisis de los resultados de la escala de Satisfacción Personal

Tabla 15. Análisis Descriptivo de la Escala Satisfacción Personal

Dimensión	M	Ds
Estándar de vida	3,96	1,43
Salud personal	4,09	1,38
Logros	3,96	1,42
Relaciones personales	3,78	1,49
Seguridad personal	3,83	1,44
Conexión comunitaria	3,85	1,43
Seguridad futura	3,91	1,45
Espiritualidad/religión	3,98	1,45
Total	31,36	9,75

Nota. N=1604, M =Media, Ds =Desviación Estándar.

La tabla muestra los resultados obtenidos mediante la aplicación del reactivo psicológico de satisfacción personal. Esta escala cuenta con ocho dimensiones, en cuanto al estándar de vida, se obtuvo una media de 3,96 y una desviación estándar de 1,43; la dimensión de salud personal alcanza un total de 4,09 que corresponde a la media y 1,38 que es la desviación estándar; logros con una media de 3,96 y una desviación estándar de 1,42; relaciones personales con un total de 3,78 de la media y 1,49 de la desviación estándar; seguridad personal, se observa una media de 3,83 y una desviación estándar de 1,44; conexión comunitaria, se alcanza una media de 3,85 y 1,43 de desviación estándar; seguridad futura una media de 3,91 y una desviación estándar de 1,45; finalmente, la dimensión de espiritualidad/religión, se obtiene una media de 3,98 y una desviación estándar de 1,45.

Análisis divergente entre la escala bienestar psicológico para adolescentes (BIESP-J) y la escala de satisfacción personal

Dentro del análisis de validez divergente, se utilizó el coeficiente de correlación r de Pearson para determinar la relación existente entre las escalas aplicadas y sus dimensiones. Como se visualiza, en la tabla 16.

Tabla 16. *Análisis convergente entre la escala de bienestar psicológico para adolescentes (BIESP - J) Y La Escala De Satisfacción Personal*

	Bienestar Psicológico	Bienestar Control	Bienestar Vínculos	Bienestar Proyectos	Bienestar Aceptación
Satisfacción	,400**	,264**	,265**	,297**	,301**
S. Estándar de Vida	,288**	,200**	,211**	,236**	,251**
S. Salud	,256**	,201**	,178**	,208**	,210**
S. Logros	,334**	,231**	,227**	,300**	,289**
S. Relaciones Personales	,305**	,206**	,257**	,255**	,364**
S. Seguridad	,372**	,271**	,273**	281**	,335**
S. Pertenencia	,323**	,231**	,254**	,239**	,282**
S. Futuro	,335**	,256**	,214**	,338**	,242**
S. Espiritualidad	,239**	,193**	,185**	,193**	,174**

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

De acuerdo con el análisis convergente entre la escala de bienestar psicológico y satisfacción personal, se obtuvo como resultado un puntaje de $r = ,400$, $p < 0,01$, que se refiere a una correlación significativa moderada. Por ende, se considera que el test de bienestar psicológico para adolescentes es válido.

3.1.6. *Análisis de los resultados de la escala de Triada Oscura de la Personalidad*

Tabla 17. *Análisis Descriptivo de la Escala de la Triada Oscura de la Personalidad*

Dimensión	M	Ds
Maquiavelismo	8,82	6,34
Psicopatía	9,35	6,21
Narcicismo	9,74	6,96
Total	27,91	19,50

Nota. N=1604, M =Media, Ds =Desviación Estándar.

En la tabla, se verifica los resultados alcanzados mediante la aplicación del test de la Triada Oscura de la Personalidad, la misma que consta de tres dimensiones. La primera dimensión, corresponde a maquiavelismo, donde, se obtuvo una media de 8,82 y una desviación estándar de 6,34. En cuanto, a la segunda dimensión denominada psicopatía con una media de 9,35 y 6,21 de desviación estándar. Por último, la dimensión de narcicismo con una media equivalente a 9,74 y con una desviación estándar de 6,96 (Ver tabla 17).

3.2. **Análisis Correlacional de las Variables**

Se realiza la correlación de las variables autoestima y bienestar psicológico con el objetivo de identificar si existe o no relación entre las mismas, mediante la aplicación de

los reactivos escogidos. Para este procedimiento, se toma en cuenta la correlación de Pearson, que de acuerdo con lo que indica Riquelme (2019) es una medida de la correspondencia o relación lineal entre dos variables cuantitativas aleatorias, por lo que, se considera una herramienta útil e importante para la correlación de estas. Para que exista una correlación entre las variables, se toma en cuenta que el valor va desde -1 hasta 1, los valores extremos, los cuales, indica una mayor correlación y el valor de 0 muestra que no existe ninguna relación entre las variables. Los valores del coeficiente de correlación van entre un rango de 0 y 0,2 lo cual, indica una correlación mínima; desde 0,2 y 0,4 se considera una correlación baja; entre 0,4 y 0,6 corresponde a una correlación moderada; si los valores van entre 0,6 y 0,8 implica una correlación buena; por último, entre los valores de 0,8 y 1 muestran una correlación muy buena (Díaz et al., 2017). Si existen valores de correlación en un rango entre 0.1 y 0.2, varios autores consideran a esto como una correlación ya sea mínima o muy baja como es el caso de Hernández, Fernández y Baptista (2014), quienes consideran que “una correlación de Pearson es significativa, pero si es menor a un rango a 0,20 resulta débil, aunque de cualquier manera ayuda a explicar el vínculo entre las variables” (p. 313). Como se observa, en cuanto a la correlación de las variables existen diversos puntos de vista, cabe recalcar que, para que se, determine una relación significativa, esta se encuentra en un rango a partir de 0,2. Si se obtiene valores mínimos a este, se entiende como una correlación baja, se toma en cuenta la opinión de Hernández, Fernández y Baptista, aunque la correlación se la intérprete de esta manera aún existe una correlación.

Tabla 18. Análisis correlacional de las variables

		A. Personal	A. Relacional	A. Afiliación	Privada	Pública	Identidad	Bienestar Psicológico	Satisfacción	Maquiavelismo	Psicopatía	Narcisismo	
A. Global	A. Personal	1	0,257**	0,351**	0,240**	0,316**	0,298**	0,130**	0,340**	-0,005	0,041	0,009	
	A. Relacional		1	,295**	0,292**	0,209**	0,185**	0,089**	0,336**	-0,022	0,012	0,05	
	A. Colectiva	E. Afiliación			1	0,611**	0,516**	0,470**	0,061*	0,204**	-0,013	-0,001	0,003
		E. Privada				1	0,624**	0,517**	0,054*	0,233**	-0,037	-0,025	0,005
		E. Pública					1	0,581**	0,143**	0,117**	0,007	-0,02	-0,008
	E. Identidad						1	0,168**	0,102**	-0,006	-0,026	-0,002	
Bienestar Psicológico								1	0,400**	-,146**	-,116**	-,071**	
Satisfacción Personal									1	-,100**	-,056**	-,029**	
Triada Oscura de la Personalidad	Maquiavelismo									1	0,598**	,566**	
	Psicopatía										1	,571**	
	Narcisismo											1	

Nota. La correlación es significativa al nivel 0,01(bilateral). La correlación es significante a nivel 0,05 (bilateral).

En la tabla 18, en cuanto a la interpretación de la correlación de las variables, indica que entre las variables autoestima personal, autoestima colectiva y autoestima relacional con bienestar psicológico se obtienen valores mínimos, se demuestra que no existe correlación entre las variables antes mencionadas.

Por otra parte, en cuanto a las variables autoestima personal y autoestima relacional con la satisfacción personal, se evidencia que, si existe una relación, pero esta es baja. Asimismo, la autoestima colectiva en las dimensiones de estima de afiliación y estima privada, se evidencia una correlación baja con la satisfacción personal. En cambio, en las dimensiones de estima pública e identidad, no existe una relación.

Con respecto a las variables autoestima personal, autoestima colectiva y autoestima relacional con la triada oscura de la personalidad que abarca los rasgos de narcisismo, maquiavelismo y psicopatía, no se muestra ninguna relación, puesto que los valores son mínimos y no sobrepasan el 0,2 para considerar una relación válida.

En cuanto al bienestar psicológico, se encuentra una puntuación de $r=,400$ $p<0,01$, en relación con la satisfacción personal, por ende, se considera que existe una correlación baja. Por otro lado, el bienestar psicológico en relación con la triada oscura de la personalidad demuestra no tener ninguna relación entre sí, puesto que las puntuaciones son demasiado bajas.

De acuerdo con los resultados obtenidos, se define que no se presenta una relación entre las variables autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato de Cotopaxi y Tungurahua. Cabe recalcar que esta relación, se da en un coeficiente mínimo y se considera a los diferentes tipos de autoestima (personal, relacional y colectiva).

3.3. Análisis Comparativo entre Provincias

Se realiza, a continuación, el análisis comparativo entre la provincia de Cotopaxi y Tungurahua para determinar si los niveles de autoestima y bienestar psicológico varían o se asemejan entre los estudiantes de las dos provincias. Cabe recalcar que, para realizar el estudio comparativo entre provincias, se realizó un muestreo aleatorio en la provincia de Tungurahua, puesto, que se obtuvo un número más alto en cuanto a la muestra. Por esta razón, se tomó en cuenta 626 estudiantes de Tungurahua y Cotopaxi para ser equitativos.

Tabla 19. Análisis Comparativo entre la Provincia de Cotopaxi y Tungurahua

		M	DS	t	Sig. (bilateral)	
Autoestima Personal	Tungurahua	29,57	3,57	5,413	0	
	Cotopaxi	28,56	3,75			
Autoestima Relacional	Tungurahua	19,68	6,54	-6,268	0	
	Cotopaxi	21,81	6,75			
Autoestima Global	Estima de Afiliación	Tungurahua	11,98	4,79	-2,773	0,006
		Cotopaxi	12,67	5,06		
Autoestima Colectiva	Estima Privada	Tungurahua	12,54	4,74	-3,439	0,001
		Cotopaxi	13,38	4,86		
	Estima Pública	Tungurahua	11,69	5,05	-4,564	0
		Cotopaxi	12,89	5,27		
	Estima de Identidad	Tungurahua	11,74	5,41	-3,609	0
		Cotopaxi	12,77	5,92		
Satisfacción Personal	Tungurahua	30,68	9,97	-3,45	0,001	
	Cotopaxi	32,4	9,29			
Bienestar Psicológico	Tungurahua	34,94	4,1	0,507	0,612	
	Cotopaxi	34,83	4,02			
Triada Oscura de la Personalidad	Maquiavelismo	Tungurahua	9,09	6,51	2,207	0,027
		Cotopaxi	8,38	6,02		
	Psicopatía	Tungurahua	9,52	6,35	1,44	0,15
		Cotopaxi	9,07	5,96		
	Narcicismo	Tungurahua	9,96	7,06	1,664	0,096
		Cotopaxi	9,37	6,77		

Nota: La correlación es significativa al nivel 0,01(bilateral). La correlación es significante a nivel 0,05 (bilateral).

De acuerdo con los resultados obtenidos, en la provincia de Tungurahua se observa que la variable autoestima personal alcanza una media de 29,57, por otra parte, en la provincia de Cotopaxi se presenta un 28,56; por ende, se considera que hay una diferencia significativa que demuestra así que en Tungurahua los estudiantes poseen una autoestima personal mayor que en la otra provincia.

En cuanto a la autoestima relacional, se obtuvo una media de 19,68 en Tungurahua y 21,81 en Cotopaxi. Con respecto a la autoestima colectiva en sus diferentes dimensiones, como son: estima de afiliación en Tungurahua, se obtuvo un 11,98 y en Cotopaxi 12,67; estima privada en Tungurahua, se alcanzó un total de 12,54 y en Cotopaxi 13,38; estima pública en Tungurahua 11,69 y Cotopaxi 12,89 y, finalmente, en la importancia de la identidad en Tungurahua 11,74 y Cotopaxi 12,77. Con respecto a la variable bienestar psicológico, se obtuvo en la provincia de Tungurahua una media de 34,94 y en la provincia de Cotopaxi un total de 34,83, por lo que, se considera que no existe una diferencia significativa.

Se determina que existe una diferencia significativa entre las provincias. En algunas investigaciones, se ha encontrado que la dimensión individualismo-colectivismo suele guardar relación con la autoestima, lo que demuestra que las personas más colectivistas tienden a tener mayor autoestima colectiva, en cambio, las individualistas mayor autoestima personal (Sánchez, 1999). Respecto a la autoestima personal, se evidencia que sobresale en la provincia de Tungurahua y se podría interpretar que esto ocurre posiblemente porque existe mayor individualismo de los habitantes de dicho lugar.

En la provincia de Cotopaxi resalta la autoestima colectiva y relacional, por lo cual, se podría manifestar que los estudiantes poseen un mayor vínculo entre sus relaciones personales y familiares, es decir, son más colectivistas. Esta suposición daría pie a futuras investigaciones en las que se contemple medir, también, el individualismo y colectivismo. Finalmente, con respecto al bienestar psicológico, no se evidencia una diferencia significativa, por lo que se considera que los estudiantes poseen un bienestar psicológico adecuado en las dos provincias. Se concluye, además, que los estudiantes muestran una autoestima elevada, ya sea en lo personal o en lo relacional.

CONCLUSIONES

Los fundamentos teóricos revisados permitieron obtener la información necesaria con el fin de alcanzar un concepto global que abarque las dos variables estudiadas. Se demuestra que la autoestima es una totalidad de pensamientos internos y externos, que afectan o benefician al ser humano. En cuanto, al bienestar psicológico se mostró que es la percepción de la realidad en la que el sujeto vive y construye a lo largo de la vida con sus metas y propósitos, que hacen que la persona se sienta satisfecha.

Por otro lado, mediante un estudio correlacional entre las variables autoestima y bienestar psicológico y en base a los resultados obtenidos luego de la aplicación de las herramientas, se determinó que no existe una correlación entre las variables autoestima y bienestar psicológico.

Con respecto a la aplicación de los reactivos psicológicos, en el estudio comparativo se evidenció que en la provincia de Tungurahua los estudiantes poseen una autoestima personal más elevada, mientras que en Cotopaxi se encuentran niveles más altos de autoestima colectiva y relacional. En cuanto al bienestar psicológico, se determinó que no existe una diferencia entre las provincias.

RECOMENDACIONES

Es importante incentivar la investigación inclinada hacia el bienestar psicológico, dado a que actualmente no existen suficientes fuentes y documentos sobre el tema. De existir, esto podría dar paso a programas de apoyo psicológico más fortalecidos que incidan de manera directa en los estudiantes.

Es recomendable realizar investigaciones similares, en donde se tome en cuenta mayor cantidad de estudiantes, de distintos niveles y de más provincias del Ecuador, que permitan identificar estas variables psicológicas y su afectación en la vida diaria de la persona en sus diferentes ámbitos.

Por otro lado, para futuras investigaciones es recomendable tomar en cuenta variables que involucren el individualismo y colectivismo, relacionándolas con la autoestima y el bienestar psicológico. Esto permite obtener información mucho más verificada que es de gran aporte para investigaciones futuras y así obtener un conocimiento más extenso sobre como es el ser humano y los grupos que lo rodean.

Finalmente, los datos obtenidos demuestran, de manera empírica, la necesidad de realizar planes de promoción y prevención de la salud mental, con respecto a la autoestima y al bienestar psicológico.

BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar, Y., Valdez, José., González, N., Rivera, Sofía., Carrasco, César., Gomorra, A., Pérez, A. & Vidal, Samantha. (2015). Apatía, desmotivación, desinterés, desgano y falta de participación en adolescentes mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 20(3), 326-336.
- Aliño, M., López, J., y Navarro, R. (2006). *Adolescencia. Aspectos generales y atención a la salud*. *Revista Cubana Medicina Integral*, 22(1), 22. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v22n1/mgi09106.pdf>
- Alperin, M. (2014). Métodos de muestreo. *Muestreo: técnica de selección de una muestra a partir de una población*. Recuperado de: <https://www.fcnym.unlp.edu.ar/catedras/estadistica/Procedimientos%20de%20muestreo%20A.pdf>
- Alvarez, D., Hernandez, J., Castro, J., et al. (2020). *Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico*. 39(2). *Revista archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*. DOI: 10.5281.
- Álvarez, G. (1992a). El Constructo Clima Organizacional: Concepto, teorías, investigaciones y resultados relevantes. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 11(1-2), 25-50.
- Álvarez, G. (1992b). La percepción de la organización: Clave para la comprensión del comportamiento del individuo en la organización. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 8-24.
- Angulo, K. & León, G. (2015). *Nivel de bienestar emocional en la dimensión de autoestima y su relación con el rendimiento académico: el caso de un grupo de estudiantes de secundaria costarricense*. [Tesis]. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador.
- Argibay, J. (2006). Técnicas psicométricas, cuestionario de validez y confiabilidad. *Revista de subjetividad y procesos cognitivos*, 8(1), 15-34. Buenos Aires. Argentina.
- Arias, F. (1990). *Administración de Recursos Humanos*. Editorial Trillas; 410.

- Bachiller, P. (2019). *Síntomas depresivos en adolescentes que asisten al Centro Obstétrico Preventivo El Pilar del distrito de San Juan de Lurigancho*. [Tesis]. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Baldeón, J. (2015). *Influencia de la autoestima en el bajo rendimiento académico de las estudiantes de primero de bachillerato del colegio provincia de pichincha*. [Tesis]. Universidad Central del Ecuador.
- Barra, E. (2012). Influencia de la autoestima y del apoyo social percibido sobre el bienestar psicológico de estudiantes universitarios chilenos. *Diversitas*, 8(1), 29-38.
- Bastida, A. (2019). Características de personas con autoestima baja. *Psicología Online*. Recuperado de: <https://n9.c/eq7qk>
- Blanco, A & Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17(4), 582-589.
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós. 21-22.
- Cabrera, M. (2014). *Autoestima y rendimiento escolar en los niños*. [Tesis]. Universidad de Cuenca. Ecuador.
- Calderón, N. (2014). *La autoestima y el aprendizaje en el área de personal social de los estudiantes del sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 1190 Felipe Huamán Poma De Ayala, Del Distrito De Lurigancho-Chosica, Ugel N° 06, 2014*. [Tesis]. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Perú.
- Canto, H. & Castro, E. (2004). Depresión, autoestima y ansiedad en la tercera edad: un estudio comparativo enseñanza e investigación en Psicología. *Consejo Nacional para la Enseñanza en Investigación en Psicología A.C*, 9 (2), 257-270.
- Caño, A. & Rodríguez, C. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12 (3), 389–403.
- Cardona, D. & Agudelo, H. (2007). *Satisfacción personal como componente de la calidad de vida de los adultos de Medellín*. *Revista Salud Pública*, 9(4). 541-549.

- Carranza, R. (2015). *Bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de la escuela académico profesional de psicología de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2014*. [Tesis]. Universidad Peruana Unión. Perú.
- Carrión, A., Mañes, R. & González, F. (2000). Estudio de la satisfacción personal según la edad de las personas. *Anales de psicología*, 16(2). 189-198. Murcia: España.
- Castro, A. (2004). *Estilos de la personalidad, objetivos de la vida y la satisfacción* [Tesis Doctoral]. Universidad Complutense de Madrid. España.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Casullo, M., & Castro, A. (2000). Evaluación del Bienestar Psicológico. *Revista de Psicología*. XVIII, (2), 37-68.
- Consejo Nacional para la Enseñanza en Investigación en Psicología A.C. Xalapa, México Alfaro, J., Valdenegro B., & Oyarzún, D. (2013). Análisis de propiedades psicométricas del Índice de Bienestar Personal en una muestra de adolescentes chilenos. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 9(1), 13-27. Universidad Santo Tomás: Bogotá, Colombia.
- Chaparro, R & Gordon, M. (2010). *Fortalecimiento del valor del respeto como estrategia para promover la Convivencia con los padres de familia del grado de transición de la institución educativa García Marquez*. [Tesis]. Universidad de los Llanos. Colombia.
- Chi, P., King, R. & Du, H. (2017). Self-esteem and subjective well-being revisited: The roles of personal, relational, and collective self-esteem. *Plos One*, 12(8), DOI: 10.1371
- De Neve, K., & Cooper, H. (1998). The Happy Personality: A Meta-analysis of 137 Personality Traits and Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
- Di Blas, L., & Cepollaro, A. (2017). Autoestima y locus de causalidad como factores de vulnerabilidad para el desarrollo de autodiscrepancias actuales/ideales en la infancia tardía. *Psihologijske teme*, 26(1), 241-259.

- Díaz, C., García, M., Ruiz, F., Torres, F., Lizama, I., & Boccardo, P. (2017). Guía de Asociación entre variables (Pearson y Spearman en SPSS). *Universidad de Chile, Facultad de Ciencias Sociales (FACSO), Departamento de Sociología*.
- Diener, E. (1994). Assessing Subjective Well-Being: Progress and Opportunities. *Social Indicators Research*, 3(1), 103-157.
- Diener, E. (1998). Subjective Well-Being and Personality. En D. F. Barone y M. Hersen (Eds.). *Advanced Personality: The Plenum Series in Social/Clinical Psychology*. Nueva York: Plenum Press, 311-334.
- Du, H., King, R. & Chi, P. (2012). The development and validation of the Relational Self-Esteem Scale. *Scandinavian Journal of Psychology* 53, 258–264.
- Duclos, G., Laporte, D., & Ross, J. (2011). *La autoestima en los adolescentes*. 1(1). Ediciones Medici, S.L.
- Espinosa, A., Freire, S., & Ferrándiz, J. (2016). Identificación colectiva y bienestar en una comunidad rural de la costa norte del Perú. *Revista de Psicología*, 34(1), 202-209. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/14563/15172>
- Fernández, M., Pérez, J., Nunes, C., et al. (2019). *Bienestar psicológico en las personas mayores no dependientes y su relación con la autoestima y la autoeficacia*. 24(1), 115-124.
- Fierro, M., Keane, T., & Resick, P. (2000). *Bienestar Psicológico y Satisfacción*. Editorial Madrid: Edsa.124.
- Galarza, M. (2013). *Niveles de autoestima y su relación con estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de primer año de bachillerato de los centros educativos fiscales de la parroquia Celiano Monge del cantón Ambato*. [Tesis]. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador.
- Gamboa, G. (2011). Persona e independencia. *Cuadernos latinoamericanos de administración*, 2(12), 71-81. Universidad El Bosque. Bogotá: Colombia.
- García, C. (2002). *La Política de Aristóteles*. Madrid: Editora Nacional y Ed. Espasa Calpe. 28.

- García, J. (2004). Estudios Descriptivos. *Nure Investigación*. Recuperado de: <http://webpersonal.uma.es/de/jmpaez/websci/BLOQUEIII/DocbIII/Estudios%20descriptivos.pdf>.
- García, M. (2002). Desde el concepto de felicidad al abordaje de las variables implicadas en el bienestar subjetivo: un análisis conceptual. *Revista digital*, 8(48), 652-660.
- Giner, G. (2021). La triada oscura de la personalidad: maquiavelismo, narcisismo y psicopatía. *Business revista digital*. Universidad Nacional de Cervantes. España.
- González, F., Hernández, G., & Torres, T. (2017). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, optimismo-pesimismo y autoestima en estudiantes universitarios. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 13(35), 111-130.
- González, R., Montoya, I., & Casullo, M. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Redalyc*, 14(2), 363-368.
- Guacho, E. (2018). *Criterios Confiabilidad y Validez de la escala de bienestar psicológico de Ryff en la zona de planificación 3 del Ecuador*. [Tesis]. Universidad Técnica de Ambato. Ambato. Ecuador.
- Guevara, E. (2021). *El autoestima y ansiedad en adolescentes de un colegio público y privado*. [Tesis]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato. Ambato. Ecuador.
- Helguero, E. (2017). *Relación entre autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución educativa republica del Perú-tumbes 2016*. [Tesis]. Universidad Católica los ángeles de Chimbote.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2006). Análisis de los Datos Cuantitativos. *Metodología de la Investigación*. 407-499. (5ta ed.). México, D.F.: MacGraw-Hill Interamericana Editores. SA. DE. C.V.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. 736(6). México, D.F.: MacGraw-Hill Interamericana Editores. SA. DE. C.V.
- Herrera, F. (2019). *Cuáles son las hormonas de la felicidad y como estimularlas*. Guatemala: Prensa libre.

- Jonason, P., Zemojtel-Piotrowska, M., Piotrowski, J., et al. (2020). Country – level correlates of the dark triad traits in 49 countries. *Journal of personality*, 88(6). 1252-1267. DOI: 10.1111.
- López, S., Martínez, P., & Sánchez, P. (2005). La dimensión afectiva familiar: variables relevantes para el bienestar psicológico de estudiantes adolescentes. *Revista de Investigación Educativa*, 23(2), 469-482.
- López, G., Mdera, C. & Ramírez, O. (2012). *Implementación de un programa de bienestar psicológico y su relación con el rendimiento académico de estudiantes de séptimo grado de básica secundaria*. [Tesis]. Universidad Autónoma del Caribe. Colombia
- Maslow, A. (1968). *Toward a psychology of being*. New York: D. Van Nostrand.
- Mayorga, M. (2018). *Escuelas de psicología: un breve recorrido por las teorías de la personalidad*. 1e. Quito: Centro de Publicaciones PUCE.
- Méndez, M. (2019). *Autoestima y estilos de afrontamiento en adolescentes de una Institución Educativa Trujillo, 2017*. [Tesis]. Universidad Católica de los Ángeles Chimbote. Perú.
- Morales N, Mario, & González G, Adolfo. (2014). Resilience-Self Esteem-Psychological Well-Being and Intellectual Capacity of senior high school students who have high performances in vulnerable schools. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 40(1), 215-228.
- Morales, A. et al. (2005). Repercusiones psicológicas de la disfunción eréctil sobre la autoestima y autoconfianza. *Actas Urol Esp*, 29(5). 493-498.
- Moreta, R., Gaibor, I., & Barrera, L. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. *Salud & Sociedad*, 8(2), 172-184.
- Müggenburg, M. & Pérez, I. (2007). Tipos de Estudio en el Enfoque de Investigación Cuantitativa. *Enfermería Universitaria*, 4(1), 35-38.
- Naranjo, M. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica Actualidades Investigativas*

en Educación, 7(3). Universidad de Costa Rica. San Pedro de Montes de Oca, Costa Rica

- Navarro, M. (2014). Características intelectuales, psicoemocional y afectivas de estudiantes de alto rendimiento pertenecientes a liceos prioritarios. *Revista Pedagogía Universitaria y Didáctica del Derecho*, 1(2), 48.
- Nohales, B. (2015). *La triada oscura de la personalidad. adaptación al español de los cuestionarios dirty dozen y short dark triad*. [Tesis]. Universidad Jaume. España.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (1992). *Trastornos mentales y del comportamiento. Descripciones clínicas y pautas para el diagnóstico*. Madrid: Visor.
- Palencia, E. (2006). *Individualismo, colectivismo y su relación con la autoestima colectiva de los docentes de enfermería con respecto a los valores educativos de la carrera*. [Tesis]. Universidad de Alicante. España.
- Pierucci, A., & Beltrán, P. (2002). Percepción de los estilos parentales y bienestar psicológico. *Psicología y salud*, 12(2), 179-189.
- Piovani, J. (2001). Los estudios comparativos: estrategias de investigación empírica en relaciones internacionales. *Relaciones Internacionales*, 10(20), 97-108.
- Quispe, V. (2017). *La autoestima*. [Tesis]. Universidad César Vallejo. Perú.
- Ramírez, M., Mendivil, C., Flores, V., García, E., Maldonado, M., & Ulloa, P. (2019). Autoestima y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios de México, Bolivia y España. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 24(4), 104-116.
- Real Academia Española (2001). *Diccionario de la lengua española* (22a ed.). Madrid: Autor.
- Rodríguez, R. (2014). *Relación entre el clima social familiar y la autoestima en los estudiantes de 2do año del nivel secundario de la institución educativa N° 001 "José Lishner Tudela" – Tumbes, en el año 2014*. [Tesis]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.

- Rogoza, R., Zemojtel-Piotrowska, M., Jonason, P., et al. (2020). Structure of dark triad dirty dozen across eight world regions. *Assessment*. DOI: 10.1177.
- Rojas, C, Zegers, B, & Förster, C (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *Revista Médica de Chile*, 137, 791-800.
- Ryff, C. (1989). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions. *International Journal of Behavioral*, 35-55.
- Ryff, C. (1999). Happiness is Everything, or Is It? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C., & Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 105-227.
- Sánchez, B. (1999). Relación entre la autoestima personal, la autoestima colectiva y la participación en la comunidad. *Anales de psicología*, 15(2). 251-260.
- Sánchez, F. (1940). Diccionario de la Lengua Española, por la Real Academia Española. *Revista Iberoamericana*, 2(4), 514-517.
- Schmutte, P., & Ryff, C. (1997): "Personality and Well-Being: Reexamining Methods and Meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(3), 549- 559.
- Sigüenza, W., Quezada, E. & Reyes, M. (2019). *Autoestima en la adolescencia media y tardía*. 40(15), 19-17.
- Simkin, H., Azzollini, S. & Voloschin, C. (2014). Autoestima y problemáticas psicosociales en la infancia, adolescencia y juventud. *Revista de investigación en Psicología Social*, 1(1). 59-96.
- Tomyn, A., Fuller, M. & Cummins, R. (2011). The Personal Wellbeing Index: Psychometric Equivalence for Adults and School Children. *Journal of Happiness Studies*, 12(5), 897-914. DOI 10.1007.
- Torres-Salazar, C., Moreta-Herrera, R., Ramos-Ramírez, M., & López-Castro, J. (2020). Sesgo Cognitivo de Optimismo y Percepción de Bienestar en una muestra de

Universitarios Ecuatorianos. *Revista Colombiana de Psicología*, 29(1), 61-72.
<https://doi.org/10.15446/rcp.v29n1.75853>.

- Tulcanaza, C. (2019). *Dependencia emocional y su influencia en el bienestar psicológico en mujeres de 18 a 25 años de la iglesia bíblica bautista de la parroquia de Guallabamba en el año 2018*. [Tesis]. Universidad Tecnológica Indoamerica. Ecuador.
- Urrea, J. (2020). *La autoestima*. [Tesis]. Universidad Científica del Perú. Perú.
- Valle, M. (2015). *Bienestar psicológico y su influencia en la rotación de personal en una empresa financiera en la ciudad de Ambato*. [Tesis]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato. Ambato.
- Vázquez, A. Jiménez, R. & Vázquez – Morejón, R. (2004). Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española. *Apuntes de psicología*, 22(2), 247-255.
- Veenhoven, R. (1991). Is Happiness Relative?. *Social Indicators Research*, 24, 1- 34.
- Vergara, A. & Lasa, N. (2002). *Diseño de Investigación Experimental en Psicología*. Barcelona: España. Pearson Educación. 84-205.
- Yáñez-Ramos, D. & Moreta-Herrera, R. (2020). Bienestar Psicológico y Subjetivo en el Bienestar Laboral. Análisis en profesionales de la salud en Ecuador. *Revista de Psicología y Ciencias de Comportamiento*, 11(2), 99-111.
<https://doi.org/10.29059/rpcc.20201215-119>.

ANEXOS

Anexo 1. Escala De Autoestima De Rosenberg

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.				
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces creo que no soy buena persona.				

Anexo 2. Escala de Autoestima Relacional

	1 Completamente en Desacuerdo	2. En Desacuerdo	3. De acuerdo	4. Completamente de acuerdo
Soy un miembro digno de mi círculo de amigos				
En general, me alegro de ser miembro de mi círculo de amigos.				
Siento que puedo tener mucho que ofrecer a mi familia.				
Estoy orgullosa/o de mi familia. Puedo ayudar mucho a mis amigas/os.				
En general, los demás consideran que mi círculo de amigos es bueno.				
Creo que mi familia está orgullosa/o de mí.				

Anexo 3. Escala de Autoestima Colectiva

	1. Totalmente de acuerdo	2. Medianamente de acuerdo	3. De acuerdo	4. Ni de acuerdo Ni desacuerdo	5. En desacuerdo	6. Medianamente en desacuerdo	7. Totalmente en Desacuerdo
Soy un miembro digno de los grupos sociales a los que pertenezco							
Siento que no tengo mucho que ofrecer a los grupos sociales a los que pertenezco							
Soy un participante cooperativo en los grupos sociales a los que pertenezco							
A menudo siento que soy un miembro inútil de mis grupos sociales							
A menudo lamento pertenecer a algunos de los grupos sociales a los que pertenezco							
En general, me alegra ser miembro de los grupos sociales a los que pertenezco							
En general, a menudo siento que los grupos sociales de los que soy miembro no valen la pena.							
Me siento bien con los grupos sociales a los que pertenezco							
En general, mis grupos sociales son considerados buenos por los demás							
La mayoría de la gente considera que mis grupos sociales, en promedio, son más ineficaces que otros grupos sociales							
En general, otros respetan los grupos sociales de los que soy miembro							

En general,
otros piensan
que los grupos
sociales de los
que soy
miembro son
indignos

En general, los
miembros de
mi grupo tienen
muy poco que
ver con cómo
me siento
conmigo
mismo.

Los grupos
sociales a los
que pertenezco
son un reflejo
importante de
quién soy

los grupos
sociales a los
que pertenezco
no son
importantes
para mi sentido
de qué tipo de
persona soy

En general, la
pertenencia a
grupos sociales
es una parte
importante de
mi autoimagen

Anexo 4. Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J)

<u>De Acuerdo</u>	<u>Ni acuerdo Ni</u>	<u>En desacuerdo</u>
<u>desacuerdo</u>		
		Creo que me hago cargo de lo que digo o hago
		Tengo amigos/as en quienes confiar
		Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida
		En general estoy conforme con el cuerpo que tengo
		Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.
		Me importa pensar que haré en el futuro.
		Generalmente caigo bien a la gente
		Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.
		Estoy bastante conforme con mi forma de ser.
		Si estoy molesto/a por algo soy capaz de como poder cambiarlo.
		Creo que en general me llevo bien con la gente
		Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida
		Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar

Anexo 5. Escala de Satisfacción Personal

Cuan Satisfecho esta con...

	1. No sientes satisfacción en absoluto	2.	3.	4.	5. Completamente satisfecho
¿Con su estándar de vida?					
¿Con su salud?					
¿Con lo que está logrando en la vida?					
¿Con sus relaciones personales?					
¿Con qué tan seguro se sientes?					
¿Con la sensación de ser parte de su comunidad?					
¿Con la seguridad de su futuro?					
¿Con su espiritualidad o religión?					

Anexo 6. Escala de la Triada Oscura de la Personalidad

	1.	2.	3. De acuerdo	4. Ni de acuerdo Ni desacuerdo	5. En desacuerdo	6.	7. Totalmente en Desacuerdo
	Totalmente de acuerdo	Medianamente de acuerdo				Medianamente en desacuerdo	
Tiendo a manipular a los demás para conseguir lo que quiero.							
He utilizado el engaño o mentido para conseguir lo que quiero.							
He utilizado halagos para conseguir lo que quiero.							
Tiendo a explotar a los demás en mi propio beneficio.							
Tiendo a no tener remordimientos.							
Tiendo a ser despreocupado con la moralidad de mis acciones.							
Tiendo a ser cruel o insensible.							
Tiendo a ser cínico.							
Tiendo a querer que otros me admiren							
Tiendo a querer que otros me presten atención.							
Tiendo a buscar prestigio o estatus.							
Tiendo a esperar favores especiales de los demás.							