



Universidad
Norbert Wiener

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**

Tesis

Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de
una institución educativa pública del Callao, 2026

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Orellana Magallanes, Rosa Augusta

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-4305-0998>

Asesora: Dra. Camacho Silva, Santa Obdulia

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5794-0736>

Lima – Perú

2026

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

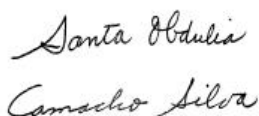
Yo, Rosa Augusta Orellana Magallanes egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Programa Académico de **Psicología** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación "Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026". Asesorado por el docente: Dra. Santa Obdulia Camacho Silva DNI 07071577 ORCID <https://orcid.org/0000-0002-5794-0736> tiene un índice de similitud de (12) (doce) % con código 14912: 616917993 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Rosa Augusta Orellana Magallanes
 DNI: 25845972



.....
 Dra. Santa Obdulia Camacho Silva
 DNI: 07071577

Lima, 25 de agosto del 2026

Dedicatoria.

A mis padres, que desde lo más alto continúan iluminando mi camino y protegiéndome con su amor eterno. A mis hijas: Lady y Jaslene, motivo de inspiración y esperanza, y a mi esposo, cuyo apoyo constante y compañía han sido pilares fundamentales en este recorrido.

Agradecimiento

Expreso mi más profundo agradecimiento a Dios Padre, fuente de mi esperanza y fortaleza, por sostenerme en cada etapa. A mis hijas y a mi esposo por su amor incondicional, que me dieron la energía y la confianza necesarias para alcanzar este sueño académico.

ÍNDICE

Dedicatoria	3
Agradecimiento	4
Índice general	5
Índice de tablas	6
Índice de figuras	7
Resumen	8
Abstract	9
I. INTRODUCCIÓN	10
II. METODOLOGÍA	22
III. RESULTADOS	27
IV. DISCUSIÓN	35
V. CONCLUSIONES	37
VI. REFERENCIAS	39
VII. ANEXOS	46

Índice de tablas

Tabla 1	Operacionalización de la variable Afrontamiento al estrés	24
Tabla 2	Operacionalización de la variable Bienestar psicológico	25
Tabla 3	Distribución del sexo de los estudiantes	27
Tabla 4	Distribución de la edad de los estudiantes	28
Tabla 5	Distribución del grado de los estudiantes	29
Tabla 6	Nivel de Afrontamiento al estrés en varones	30
Tabla 7	Nivel de Afrontamiento al estrés en mujeres	31
Tabla 8	Nivel de bienestar psicológico	32
Tabla 9	Análisis de normalidad de las variables de estudio y sus dimensiones	33
Tabla 10	Relación entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico	34
Tabla 11	Relación entre la dimensión Estilo Orientado hacia la resolución del problema y el bienestar psicológico	34
Tabla 12	Relación entre la dimensión Estilo Socio-emocional y el bienestar psicológico	35
Tabla 13	Relación entre la dimensión Estilo Improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico	35

Índice de Figuras

Figura 1	Distribución del sexo de los estudiantes	27
Figura 2	Distribución de la edad de los estudiantes	28
Figura 3	Distribución del grado de los estudiantes	29
Figura 4	Nivel de Afrontamiento al estrés en varones	30
Figura 5	Nivel de Afrontamiento al estrés en mujeres	31
Figura 6	Nivel de bienestar psicológico	32

**Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en
estudiantes de secundaria de una institución educativa
pública del Callao, 2026**

**Coping with stress and psychological well-being in secondary
schoolstudents of a public educational institution in Callao, 2026**

Rosa Augusta Orellana Magallanes, Bachiller del Programa Académico de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima, Perú

Resumen:

El presente estudio analizó la relación del afrontamiento al estrés con la variable bienestar psicológico en adolescentes de secundaria pertenecientes a una institución educativa del Callao. En ese sentido el estudio desarrolló un diseño no experimental, con enfoque cuantitativo, alcance correlacional y corte transversal. Participaron 120 escolares del nivel secundario (cuarto y quinto), La información fue recopilada mediante el Inventario estilos de afrontamiento al estrés (EAA-RC) y la escala de Bienestar psicológico (BIEPS-J). Los resultados evidenciaron una correlación positiva baja y estadísticamente significativa ($Rho = .310$; $p = .001$) entre afrontamiento al estrés y bienestar psicológico. A nivel dimensional, el estilo socioemocional presentó la mayor correlación ($Rho = .373$; $p < .001$), seguido del estilo orientado a la resolución del problema ($Rho = .338$; $p < .001$), mientras que el estilo Improductivo-disfuncional no evidenció relación significativa ($Rho = .032$; $p = .732$). Se concluyó que el empleo de estrategias de afrontamiento adaptativas favorece mayores niveles de bienestar psicológico en adolescentes.

Palabras clave: afrontamiento al estrés; bienestar psicológico; adolescentes.

Abstract

This study analyzed the relationship between stress coping and psychological well-being among secondary school adolescents at an educational institution in Callao. A non-experimental, quantitative, correlational, and cross-sectional design was employed. Participants included 120 secondary school students (in their fourth and fifth years). Data were collected using the Stress Coping Styles Inventory (EAA-RC) and the Psychological Well-being Scale (BIEPS-J). The results revealed a low yet statistically significant positive correlation ($Rho = .310$; $p = .001$) between stress coping and psychological well-being. At the dimensional level, the socio-emotional style showed the strongest correlation ($Rho = .373$; $p < .001$), followed by the problem-solving style ($Rho = .338$; $p < .001$), whereas the unproductive-dysfunctional style showed no significant relationship ($Rho = .032$; $p = .732$). It was concluded that the use of adaptive coping strategies fosters higher levels of psychological well-being in adolescents.

Keywords: stress coping; psychological well-being; adolescents.

I. INTRODUCCIÓN

A lo largo de la adolescencia se presentan múltiples requerimientos académicos, sociales y afectivos, que superan las capacidades emocionales para poder enfrentar situaciones de estrés. Durante esta etapa se presentan desafíos asociados al desarrollo de la identidad, la necesidad de aceptación social, el incremento de responsabilidades académicas y la presión por definir el futuro profesional (Allen & Waterman, 2019). En este proceso, juega un papel fundamental las estrategias y estilos de afrontamiento, ya que determinan la forma en que el adolescente afronta los factores estresantes que generan tensión (Zimmer-Gembeck & Skinner, 2024). El afrontamiento al estrés es el esfuerzo mental y conductual que los adolescentes emplean para graduar las exigencias del entorno, y su eficacia dependerá del tipo de estrategia o estilo utilizado (Lazarus & Folkman, 1984; Compas et al., 2017). Asimismo, los estilos resolutivos y socioemocionales están asociados con una mejor salud mental mientras que los estilos improductivos pueden contribuir a un deterioro del equilibrio psicológico (Ruiz Castillo, 2018). Por su parte, el bienestar psicológico abarca el amor propio, la mejora personal y las relaciones interpersonales saludables, sin embargo, suele verse afectado por la exposición constante al estrés (Casullo & Castro, 2000). Comprender la salud mental en la adolescencia requiere considerar las características personales, factores sociales y ambientales que afectan la manera en que el adolescente afronta y responde ante las dificultades (Salazar et al., 2023).

A nivel mundial, estudios realizados en Hong Kong con 3.136 adolescentes hallaron que el 47,2% emplean estrategias de afrontamiento adaptativas evidenciando bajo riesgo emocional, mientras que el 17,0% utiliza estrategias evitativas, vinculadas a mayor malestar psicológico y problemas conductuales (She et al., 2022). Asimismo, la OMS indica que, uno de cada siete adolescentes (15%), padece algún trastorno mental debido a niveles bajos de bienestar psicológico (OMS, 2025). En América Latina, la OPS (2020) indica que uno de cada cinco adolescentes y niños padece algún trastorno mental indicando que, el 10% es por trastornos neurológicos, consumo de sustancias y un 30% es por enfermedades no mortales. Además, un estudio en Ecuador encontró que el 48% de los estudiantes de secundaria usan estilos de afrontamiento desadaptativos, ya que, combaten problemas en el manejo de las demandas del ambiente asociadas al uso de sustancias, lo que afecta directamente el bienestar emocional de los adolescentes (Patiño, 2022). Por otro lado, Montenegro (2020) en un estudio en Argentina, encontró que el 39.6% de la población adolescente presentan niveles bajos de bienestar psicológico, un 35.2% bienestar medio y un 25.3% niveles altos resaltando la importancia del entorno familiar.

A nivel nacional, Shahuano (2021) reportó que el 70% de estudiantes de Pucallpa presentan niveles bajos de bienestar, en especial en áreas como el crecimiento personal y la auto aceptación. Díaz Quispe (2024) reportó que un 33% de estudiantes de Chiclayo utilizan estrategias como el de interactuar con sus amistades para regular el estrés, sin embargo, un 17% sufre una sobrecarga de actividades académicas indicando que las estrategias empleadas no fueron efectivas para reducir los síntomas de estrés. A nivel local, el (MINSA, 2021) reportó que el 29.6 % de adolescentes presentan aumento de estrés debido a problemas familiares consecuencia de la post pandemia. La mayoría de estos casos reflejan problemas para hacer frente a los contextos estresantes adecuadamente. Además, se encontró que el 67.5% de los encuestados en Lima, utilizan el estilo de afrontamiento no productivo, en dimensiones como la preocupación, evasión del problema y autoinculpación (Canchari, 2020). Por otra parte, Niño de Guzmán (2022) reportó que, en Lima, el 30% de adolescentes presentaron bajos niveles de bienestar en dimensiones como la autonomía, vínculos sociales y aceptación personal.

A nivel institucional, se identificaron investigaciones realizadas en el Callao, como las de Lizárraga (2020) en población penitenciaria adulta y Oviedo (2021) en estudiantes universitarios, las cuales abordaron las variables de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico. Sin embargo, se evidenció escasez de estudios en adolescentes, por consiguiente, surge la necesidad de generar evidencia en estudiantes de educación secundaria, particularmente en instituciones educativas públicas del Callao, lo que justifica la realización del presente estudio. En este contexto, resulta pertinente analizar la relación entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, considerando que la adolescencia constituye una etapa de marcada vulnerabilidad, caracterizada por presiones académicas, familiares y sociales las cuales guardan relación con las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico.

De acuerdo con lo expuesto, el problema general fue: ¿Existe relación entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026? De la misma forma se formuló los siguientes problemas específicos: 1. ¿Existe relación entre la dimensión Estilo Orientado hacia la resolución del problema y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026?; 2. ¿Existe relación entre la dimensión Estilo Socio-emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026?; y 3. ¿Existe relación entre la dimensión Estilo Improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026?

Asimismo, se elaboró el objetivo general: Analizar la relación entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao,2026. Además, los objetivos específicos: 1. Analizar la relación entre la dimensión Estilo Orientado hacia la resolución del problema y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao,2026; 2. Analizar la relación entre la dimensión Estilo Socio-emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao,2026; y 3. Analizar la relación entre la dimensión Estilo Improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao,2026.

Se fundamentó teóricamente en el trabajo bibliográfico exhaustivo y relevante en materia de teorías, conceptos y contextos utilizados para su implementación. Para abordar el afrontamiento se toma como base el modelo transaccional del estrés planteado por Lazarus y Folkman (1984). Además, se apoyó en el modelo propuesto por Frydenberg y Lewis, quienes adaptan el enfoque transaccional al contexto adolescente. El bienestar psicológico se sustenta en el modelo multidimensional de Carol Ryff en 1989. Asimismo, estos enfoques teóricos permiten comprender de manera integral el vínculo entre ambas variables, contribuyendo a ampliar los hallazgos empíricos y el conocimiento científico sobre estas variables en población adolescente. Además, debido a la ausencia de investigaciones previas en la institución educativa, el estudio aportará evidencia relevante para comprender esta realidad en el contexto estudiado. La integración del modelo transaccional en población adolescente peruana, va a permitir entender cómo afrontan los adolescentes las presiones sociales y académicas, resaltando la elección de estrategias al enfrentar el estrés. Por su parte el modelo de Ryff, facilita la identificación de factores protectores y la prevención de riesgos emocionales, evaluando aspectos como las relaciones positivas y crecimiento personal. Además, se justificó metodológicamente para la población adolescente peruana con los instrumentos que tuvieron la validez y fiabilidad comprobada y validada. En ese sentido, se presentó el (EAA RC) para adolescentes de Ruiz Castillo validado en Lima, 2018 y la adaptación de Niño de Guzmán en Lima en el 2022 del (BIEPS-J) de Casullo & Castro, 2000. Los instrumentos validados y confiables aseguran datos seguros y coherentes, contribuyendo a la estandarización metodológica y preservando la consistencia de la investigación. Finalmente, en el contexto practico, los hallazgos obtenidos pueden emplearse como referencia para diseñar programas preventivos y promocionales dirigidos a fortalecer las estrategias de afrontamiento adaptativas y el bienestar psicológico de la población adolescente. Asimismo, proporcionan información útil para el área de tutoría, psicología y docentes de la institución educativa.

A lo largo del estudio, la recolección de datos no pudo realizarse en la fecha inicialmente programada debido a que no todos los alumnos asistían con regularidad, ya que el año escolar se encontraba en proceso de inicio. Esta situación generó la necesidad de reprogramar la aplicación de los instrumentos y extender el tiempo previsto para dicha fase. No obstante, estas limitaciones fueron gestionadas adecuadamente, cumpliendo satisfactoriamente todo el proceso.

Con respecto a los antecedentes internacionales, Suarez y Shugulí (2023) realizaron un estudio sobre el vínculo de las estrategias de afrontamiento con el bienestar psicológico, en adolescentes ecuatorianos de 12 a 18 años, de refugios de varias provincias en Ecuador. Fue un estudio cuantitativo y correlacional, que incluyó una metodología descriptiva en un grupo de 62 adolescentes obtenidos con la ayuda de la escala de bienestar de Casullo y la escala de afrontamiento de Frydenberg y Lewis. Los hallazgos evidenciaron que el “afrontamiento productivo”, obtuvo mayor correlación significativa con la estrategia: “esfuerzo y tener éxito con la dimensión “control situacional y lazos psicosociales” ($r = .452$; $p < .01$). Sin embargo, el “afrontamiento no productivo” no presentó correlación significativa con el bienestar psicológico, por ejemplo: la estrategia “reservarlo para sí” no presentó correlación significativa con la dimensión “aceptación de sí mismo” ($r = -.094$). En conclusión, se relaciona con mayor intensidad las “estrategias de afrontamiento productivas” sin embargo, no mostraron relación significativa con las “estrategias improductivas”.

Marín et al. (2023) estudiaron la conexión del bienestar psicológico con las estrategias de afrontamiento y la satisfacción familiar, en Chile. Fue un enfoque correlacional y descriptivo, la encuesta incluyó 377 jóvenes de 18 años o más. Los autores utilizaron el COPE-28, la escala de satisfacción FACES y la escala de bienestar de Ryff. Las evidencias hallaron una correlación positiva en las estrategias adaptativas como: “planificación” ($r = 0.456$, $p < .01$) y el “afrontamiento activo” ($r = .537$, $p < .01$) con el bienestar, sin embargo, las estrategias desadaptativas como el “uso de sustancias” ($r = -.338$, $p < 0.01$), negación ($r = -.442$ $p < .01$) se asocian negativamente. Los resultados concluyen que las estrategias adaptativas se correlacionan positivamente, pero las desadaptativas muestran relación negativa y significativa.

Reyes y Tonato (2021) realizaron un estudio sobre la conexión del afrontamiento al estrés con el bienestar psicológico, en una escuela de militares en Quito. En un estudio descriptivo y correlacional, la muestra se formó con 348 estudiantes de 18 a 34 años. En este estudio fueron aplicados la escala de Ryff y el COPE. El análisis permitió evidenciar que los: “afrontamientos enfocados en el problema” y “enfocados en la emoción” tienen una correlación

positiva con: ($r = .191$; $p < 0.01$). Asimismo, todas las dimensiones de crecimiento personal, se relacionan positivamente; por su parte, propósito de vida tiene la relación más relevante entre “reinterpretación positiva” ($r = .249$; $p < 0.01$) con el “soporte emocional”. Además, relaciones positivas presenta una fuerte correlación con acudir a la religión ($r = .264$; $p < 0.01$). Por su parte, supresión de otras actividades con: dominio del entorno con: ($r = .166$; $p < 0.01$). Por lo tanto, el bienestar se relaciona con el uso de estrategias de afrontamiento adaptativas.

Guato (2022) realizó una investigación descriptiva y correlacional de las estrategias de afrontamiento con el bienestar psicológico, en 288 estudiantes de la Unidad Educativa Salcedo de Ambato Ecuador. Utilizó la Escala de Ryff y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI). Los descubrimientos muestran que existen correlaciones positivas y significativas entre la mayoría de las estrategias como: “la autoaceptación y la solución de problemas” ($r = .517$; $p < .01$); “reestructuración cognitiva” ($r = .507$; $p < 0,01$); “evitación de problemas” ($r = .335$; $p < 0.05$). Sin embargo, no presenta relación con retirada social ($r = -.021$); y la autocrítica ($r = -.037$). Este hallazgo evidencia que hay relación en las variables de forma positiva en estudiantes indicando que los estudiantes se asocian con el uso de estrategias de afrontamiento.

Narváez et al. (2021) centraron su investigación en el vínculo del afrontamiento al estrés con el bienestar psicológico, mediante un estudio correlacional y descriptivo. A través de la Escala de Estrategias Coping y la Escala de bienestar de Ryff se recopiló información en 201 estudiantes universitarios mayores de 18 años en Colombia que fueron quienes conformaron la muestra. Se evidenció una relación positiva en las “estrategias adaptativas”, entre ellas: Religión ($r = 0.145$, $p < 0.05$), Evitación Cognitiva ($r = 0.255$, $p < 0.01$), Reevaluación Positiva ($r = 0.363$, $p < 0.01$) y Negación ($r = 0.166$, $p < 0.05$). Sin embargo, con las “estrategias desadaptativas” como autonomía ($r = 0.003$), y reacción agresiva ($r = -0.009$), no mostraron relación significativa. En conclusión, las estrategias adaptativas se asocian mejor con el bienestar, mientras que con las estrategias desadaptativas no muestra asociación significativa.

A nivel nacional, Nakano y Paredes (2024) centraron su investigación en el vínculo del bienestar psicológico con los modos de afrontamiento, en 350 estudiantes de secundaria en Lambayeque con los instrumentos BIEPS-J y COPE-28. El estudio fue por muestreo no probabilístico, enfoque correlacional y descriptivo, y los resultados evidencian correlaciones estadísticamente significativas positivas. Los estudios demuestran que el factor “control “se asoció positivamente con modos centrados en el problema y emoción, y negativamente con los “centrados en la evitación”, excepto autodistracción; la mayor correlación fue con “reinterpretación positiva” ($\rho = .43$, $p < .001$). “Vínculos” se relacionó positivamente con “afrontamientos centrados en problema y emoción”, y negativamente con “evitación”,

destacando el “apoyo emocional” ($\rho = .37, p < .001$). El factor “proyectos” mostró correlación positiva con afrontamientos centrados en problema y emoción, y negativa con evitación, resaltando “religión” ($\rho = .34, p < .001$). Finalmente, “aceptación” se asoció negativamente con autoinculpación ($\rho = -.44, p < .05$). Esto indica que un mayor uso de estrategias adaptativas se relaciona mejor con el bienestar, mientras que se relaciona negativamente con las estrategias de evitación.

Cornejo (2023) realizó un estudio sobre el vínculo de las estrategias de afrontamiento del estrés con el bienestar psicológico, mediante un enfoque correlacional, descriptivo, con una muestra integrada por estudiantes de secundaria de un colegio en Lima, empleando el BIEPS-J y la escala de afrontamiento de Frydenberg y Lewis. Los hallazgos encontraron correlaciones positivas significativas con el bienestar psicológico. Las estrategias con mayor relación fueron esforzarse y tener éxito ($\rho = .581; p = 0.01$), “buscar apoyo social” ($\rho = .480; p = 0.01$). Además, correlaciones moderadas en “buscar diversiones relajantes” ($\rho = .430; p = 0.01$). Por otro lado, halló correlación negativa con las estrategias productivas como “autoinculparse” ($\rho = -.246; p = 0.05$), y “reservarlo para sí” ($\rho = -.367; p = 0.01$). En conclusión, las estrategias de afrontamiento productivas, se asocian positivamente con el bienestar psicológico, mientras que las estrategias improductivas se asocian con menores niveles de bienestar.

Galarza y Pérez (2023) investigaron el vínculo de las estrategias de afrontamiento con el bienestar psicológico, en una muestra de 233 estudiantes de 13 a 18 años expuestos a violencia, en una escuela en Lima. Fue un enfoque correlacional y descriptivo. La medición se realizó mediante la escala de afrontamiento propuesta por Frydenberg y Lewis y el BIEPS-J. Los estudios, identificaron correlación positiva más relevante en el estilo de solución de problemas, como: invertir en amigos íntimos ($\rho = .381, p = .000$), concentrarse en el problema ($\rho = .434; p = .000$). Por su parte, en el estilo referencia a otros: acción social ($\rho = .372; p = .000$), buscar pertenencia ($\rho = .383; p = .000$). Por otro lado, una correlación negativa y significativa con hacerse ilusiones ($\rho = -.224; p = .000$) y falta de afrontamiento ($\rho = -.421; p = .000$). Demostrando que las estrategias productivas son las que se relacionan mejor con el bienestar que con las estrategias improductivas.

Cresto (2022) realizó una investigación sobre el vínculo del afrontamiento al estrés con el bienestar psicológico, en San Juan de Lurigancho encuestando a 253 jóvenes. Realizó un estudio correlacional y descriptivo. Se aplicó los instrumentos BIEPS-J y COPE-28. Asimismo, se evidenció una relación directa en los estilos de afrontamiento focalizados en el problema ($r = .213; p = .000$), en cambio, los estilos adicionales (evitativos) se asociaron de manera inversa ($r = -.214; p = .000$). El análisis mostró que el nivel predominante de los estilos de afrontamiento

fue “depende de las circunstancias” con un 51% (129); por otro lado, el bienestar psicológico se ubicó en el nivel medio con un 55.3% (140). En resumen, el bienestar se relaciona positivamente con los estilos adaptativos, sin embargo, con los estilos evitativos se asocian negativamente.

El estudio de Gutiérrez et al (2021), se enfocó en explorar la relación entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico, el estudio fue correlacional y descriptivo en 216 escolares de 12 a 17 años de Lima Sur, utilizaron la escala de afrontamiento de Frydenberg y Lewis y la escala de bienestar de Ryff. Los hallazgos evidencian asociación significativa entre diversas estrategias de afrontamiento productivas como “concentrarse en la resolución de problemas” ($\chi^2 = 43.448$; $p=0.000$), “fijarse en lo positivo” ($\chi^2 = 47,263$; $p =0.000$), “esforzarse y tener éxito”. Además, las estrategias de afrontamiento improductivas como: “autoinculparse” ($\chi^2 = 39,270$; $p =0.000$). Demostrando que diversas estrategias de afrontamiento muestran correlación con el bienestar psicológico.

Canchari (2021) analizó un estudio correlacional sobre la relación de las estrategias de afrontamiento del estrés con el bienestar psicológico, en 240 estudiantes de un colegio en el distrito limeño de La Molina. Se trata de un análisis con un diseño cuantitativo, transversal y básico. Se emplearon como instrumentos la escala de afrontamiento de Frydenberg y Lewis ACS y la Escala de bienestar psicológico BIEPS-J. Los hallazgos evidencian una correlación positiva, las más relevantes son afrontamiento centrado en el problema con ($r = .231$; $p= .039$) Asimismo, “fijarse en lo positivo” con el control de situaciones ($r = .376$; $p =.001$). Además, en el afrontamiento en relación con los demás, mostró relación en “proyectos de vida” ($r = .290$; $p< .001$) y “aceptación de sí mismo” ($r = .231$; $p< .001$). Por otro lado, en el afrontamiento improductivo presentó relaciones significativas en “preocuparse” ($r = .421$; $p= .05$ y una correlación negativa con “falta de afrontamiento” ($r = -.352$; $p= .000$). En resumen, indica que mayor bienestar psicológico se relaciona mejor con el uso de estrategias productivas, sin embargo, se asocia negativamente con algunas estrategias de afrontamiento improductivas perjudicando el bienestar.

Con respecto a la primera variable, el afrontamiento al estrés se define como la utilización de estrategias cognitivas y del comportamiento para manejar situaciones estresantes (Lazarus & Folkman, 1986). Además, señalan que es un proceso que involucra la forma de manejar situaciones desfavorables, como medidas que reducen las alteraciones psicofisiológicas (Mok & Tam, 2001). Por otra parte, las teorías cognitivas ven el afrontamiento como un proceso activo donde el individuo modifica sus esfuerzos para controlar las demandas externas e internas en todo momento (Nicholls et al., 2016). Estos estilos de

afrontamiento varían de acuerdo con los factores de personalidad y contextuales, lo que genera diversas estrategias de afrontamiento en diferentes circunstancias (Morales, 2020). Por su parte, Sandín y Chorot (2003) definen el estrés tanto psicológico como físico como una expresión de alteraciones en el comportamiento ante los estresores del día a día, subrayando la importancia de la evaluación cognitiva y las conductas adaptativas en la gestión del estrés. Estos indican que ante factores de estrés, las personas contribuyen con un valor cognitivo (pensamiento de inquietud o serenidad) y conductas adaptables que se desarrollan para contrarrestar los factores internos o externos que se ven como positivos o negativos.

Algorani y Gupta (2023) describen recientemente al afrontamiento como “comportamientos y pensamientos dirigidos a gestionar situaciones complejas, como la reducción de la tensión interna y externa”, siendo similar a una función de mecanismos de defensa. Al mismo tiempo, Bertolini Svec et al. (2023) señalan que los estilos de afrontamiento refieren no solo la reducción de la tensión, sino también a la “disminución de la presión” ante situaciones de estrés. Asimismo, indican que las estrategias de afrontamiento pueden ser positivas, especialmente cuando la persona se enfoca en la reducción del estrés, y negativas, si se centran en la evasión o la expresión emocional sin generar solución. Viñas et al. (2014) enfatizan que el afrontamiento abarca las respuestas conductuales que las personas emplean ante los factores estresantes. Ho et al. (2022) enfatiza que el afrontamiento abarca las respuestas conductuales a los factores estresantes que las personas suelen tolerar o mitigar. Además, Cheng et al. (2022) describen el afrontamiento como una adaptación consciente y flexible del comportamiento para mantener la estabilidad en entornos desafiantes, mientras que Wu et al. (2021) lo destacan como un paradigma conductual adoptado en respuesta a situaciones inesperadas.

En primer lugar, según la Teoría transaccional del estrés y afrontamiento de Lazarus y Folkman (1986) la percepción del estrés resulta de una interacción recíproca entre el sujeto y las demandas contextuales, en lugar de ser una respuesta pasiva frente a los estímulos externos (Lazarus & Folkman, 1984). Esta teoría resalta como componente principal, la evaluación cognitiva, la cual percibe una situación como desafiante, determinando el nivel de estrés. Esta evaluación se divide en: primaria y secundaria. En la etapa primaria, un individuo determina si un evento es irrelevante, estresante o positivo. Durante la etapa secundaria, una persona evalúa sus estrategias y capacidad para lidiar con un evento. El análisis le permite al individuo más claramente identificar qué medidas correctivas debe aplicar o que información adicional necesita. Este modelo se basa en un modelo de cuentas transaccional del estrés. En otras palabras, el estrés se presenta como consecuencia de una transacción: el individuo y su

ambiente (Lazarus & Folkman, 1984).

En este contexto, el concepto transaccional (o relacional) contribuye y se expresa como un elemento esencial y claro del proceso de estrés, ya que la teoría transaccional del estrés incorpora las idiosincrasias ambientales e individuales como componentes de la consideración de referencia, en este sentido, el significado que una persona asigna a una situación depende de su historia personal y contexto social (Franco-Taboada, 2015). Esta teoría destaca la importancia de la percepción personal y la importancia asignada a los factores estresantes, que influyen en las respuestas emocionales y físicas (Suarez & Shugulí 2023). Además, Compas et al. (2017) clasifican las estrategias de afrontamiento en: Centralizado en el problema, que atiende a la modificación de la causante del estrés y Centrados en las emociones, destinados a regular las respuestas emocionales. En resumen, este modelo destaca la importancia de la valoración subjetiva y los recursos personales en las experiencias de estrés y, por lo tanto, proporciona orientación para la intervención en salud mental, la gestión manejo del estrés y el fortalecimiento resiliente. (Folkman & Moskowitz, 2004; Biggs et al., 2017).

En segundo lugar, el modelo procesual del estrés de Sandín y Chorot (2003) sugiere que el estrés es una interacción dinámica entre los estímulos del medio ambiente y del individuo, y se manifiesta por procesos cognitivos y emocionales. Esta teoría indica que las maneras en que las personas responden al estrés dependen de la forma en que lo valoren cognitivamente. El estrés ocurre cuando “una persona percibe una amenaza o una sobrecarga para su bienestar”.

Este modelo enfatiza como elemento central la evaluación cognitiva, que incluye dos componentes: el primero, la evaluación primaria, que implica percibir si una situación es amenazante, dañina o desafiante, y el segundo, la evaluación secundaria, el cual valora los recursos de afrontamiento disponibles. Cuando la persona siente que sus recursos son insuficientes, emerge el estrés y se producen síntomas físicos, emocionales y conductuales “como signos y señales de un estado temporal de desequilibrio interno”. Este enfoque reconoce la naturaleza subjetiva y dinámica del estrés, determinada por percepciones y habilidades de afrontamiento individuales. Por esta razón, cada persona responde de manera diferente a desencadenantes similares (Sandín, 2003). En otras palabras, las respuestas al estrés pueden entenderse como respuestas a demandas ambientales, subrayando un modelo comportamental que ve al estrés como un desequilibrio orgánico que se produce debido a la falta de recursos. Este modelo, consta de siete etapas: los estresores ambientales, la evaluación cognitiva, las respuestas emocionales y físicas, el afrontamiento, los factores sociales, los rasgos de personalidad y estado de salud general, demostrando la interacción complicada entre

múltiples componentes que influyen en la gestión del estrés.

En tercer lugar, la teoría de Frydenberg y Lewis (1993) señalan que el afrontamiento al estrés es un proceso para afrontar el estrés en adolescentes respondiendo a nivel conductual, emocional y cognitivo. Desde esta perspectiva el afrontamiento se describe como un desarrollo contextual y dinámico que se ve condicionado por las características del individuo así también, por las demandas del entorno. Según Frydenberg y Lewis, el afrontamiento es la respuesta conductual que ayuda a facilitar la adaptación y estas pueden cambiar según las experiencias y las situaciones estresantes. Frydenberg y Lewis (1993) crearon una herramienta para afrontar el estrés en adolescentes. Asimismo, la fuente utilizada correspondió al enfoque de Lazarus y Folkman (1986), constituyendo una contribución importante para definir las dimensiones. A través de esta herramienta de evaluación y los principios obtenidos por el estudio transversal es posible obtener múltiples respuestas frente al estrés y clasificarlas para ser representadas en tres tipos de afrontamiento, en donde se incluyen elementos funcionales y disfuncionales del afrontamiento, según propuestas más actuales que apuntan a no mirar el afrontamiento en un aspecto dicotómico y proponen acciones como: resolver el problema, recurrir a los otros o enfrentarse de manera improductiva.

Frydenberg (2011) define los estilos funcionales, como enfoques que buscan abordar el problema de manera precisa, a diferencia de los estilos disfuncionales, que se refieren a la aplicación de estrategias improductivas, que no aportan soluciones. No obstante, estas categorías han sido criticadas porque no diferencian de manera suficiente entre diversas acciones de afrontamiento usadas por los adolescentes. Por lo tanto, se considera fundamental interpretar el afrontamiento en el marco de la investigación, y tomar en cuenta dentro del contexto del problema y el individuo. La teoría plantea que estos estilos y estrategias no se deben interpretar de forma absoluta ya que su función puede variar según las circunstancias en las que se empleen.

A partir de este contexto teórico, Ruiz (2018), elaboró el (EAA-RC) diseñado para adolescentes. Asimismo, se agrupa a través de tres dimensiones: Estilo Orientado hacia la resolución del problema, que comprende: el afrontamiento directo, organización, esfuerzo y compromiso, perspectiva positiva y autorrealización. Además, el Estilo Socio-emocional, abarca la pertenencia social, búsqueda de soporte emocional, respaldo social, acciones sociales, el soporte espiritual y ayuda profesional. Y el Estilo Improductivo-disfuncional, incluye: falta de afrontamiento, falsas esperanzas, ignorar el problema, aislamiento y finalmente auto culparse.

Con respecto a la segunda variable, bienestar psicológico, Ryff (1989) lo conceptualiza desde una perspectiva eudaimónica como la determinación de la persona hacia sus metas de vida, superación de obstáculos, en la ejecución de los objetivos y en el estímulo del crecimiento del desenvolvimiento personal. Adicionalmente, Casullo (2002) afirma que el bienestar se vincula con la valoración de los logros obtenidos, lo que otorga satisfacción a nivel personal. Según Ryff (1989) los cuatro componentes del bienestar abarcan la capacidad de manejo de situaciones, las relaciones sociales, la realización de proyectos y la aceptación de uno mismo. Narváez et al. (2021) argumentaron que, no es un estado que se pueda obtener simplemente, ya que se trata de una perspectiva personal que se crea y se percibe en relación con las experiencias positivas o negativas, considerando las creencias personales y la existencia del respaldo de otras personas.

En primer lugar, el Modelo multidimensional de Ryff es actualmente reconocido como parte de las aportaciones más relevantes en la psicología positiva y representa una contribución fundamental para comprender el bienestar de la persona. Se concibe como una evaluación valorativa basada en vivencias y desarrollo actual, donde los elementos de influencia son sociales y personales, ocurriendo durante el proceso de crecimiento de cada individuo. Aspectos como la aceptación y el desarrollo personal, la incorporación al entorno, entre otros, son parte de una estructura integral de bienestar psicológico, en el que destacan la aceptación de sí, las relaciones psicosociales, el manejo de las circunstancias y el desarrollo de metas o proyectos de vida (Ryff, 1989). Igualmente, el bienestar psicológico incluye componentes de carácter temporal que están vinculados con aspectos emocionales, y cognitivos, los cuales están íntimamente vinculados y la personalidad tiene un impacto significativo en el proceso (Ryff, 1989). Los estudios se han centrado principalmente en el bienestar a lo largo de la vida, revelando que las personas con un desarrollo psicosocial saludable en la edad adulta tienden a experimentar un mayor bienestar. (Ryff, 1989). Ryff y Keyes (1995) indican que el bienestar sufre alteraciones esenciales a lo largo de la vida y varía según el género y la cultura. En particular, creen que es una lucha constante para que la persona logre completarse a través del esfuerzo.

En segundo lugar, la Teoría de las Emociones Positivas establece un vínculo con los recursos personales. Desde el marco de la teoría, estas emociones positivas son esenciales para el desarrollo y sostenimiento de las herramientas esenciales que permiten alcanzar los objetivos significativos de las personas (Fredrickson, 2001). Según Fredrickson, una emoción comienza con la apreciación que experimenta la persona, ante un evento específico. Mientras que las emociones negativas se fundamentan en una respuesta inmediata de afrontamiento

(Fredrickson, 2001). Fredrickson argumenta que si hay una función que requiera una respuesta específica y útil, el individuo debe sentir, en última instancia, una emoción positiva o negativa. Dado que es común experimentar temor y ansiedad, según la capacidad de afrontamiento, estas emociones preparan al individuo para enfrentar situaciones percibidas como amenazantes. Las emociones negativas tienden a restringir las acciones futuras del individuo con su entorno, en cambio una persona que fomente la serenidad suele tener una visión positiva de sí misma y del ambiente que le rodea para mejorar, teniendo en cuenta las circunstancias presentes (Fredrickson, 2001).

En tercer lugar, la teoría de la integración orgánica forma parte de la teoría de la Autodeterminación, representa un pilar esencial para entender el bienestar psicológico desde un enfoque eudaimónico. La integración orgánica implica una autorregulación consistente y una construcción narrativa que facilita a la persona la adaptación a circunstancias complejas manteniendo la congruencia consigo mismo (Ryan & Deci, 2001). Investigaciones actuales han corroborado este modelo en entornos educativos y clínicos, evidenciando que altos grados de integración corporal están vinculados con una menor incidencia de trastornos emocionales y un incremento en la satisfacción vital (Schotanus-Dijkstra et al., 2016). Igualmente, la teoría tiene apoyo empírico en la psicología positiva, pues fomenta el desarrollo de habilidades personales que promueven la resistencia y la adaptación emocional (Seligman, 2011). Por lo tanto, la teoría de la integración orgánica facilita entender el bienestar mental como un proceso activo de autorrealización, donde el individuo consigue formar una identidad consistente, saludable y vinculada socialmente. Este marco teórico continúa siendo esencial para la elaboración de intervenciones enfocadas en el desarrollo humano completo (Ryan & Deci, 2001).

Con respecto a las dimensiones, el modelo multidimensional de Carol Ryff se adaptó en Argentina para contexto latinoamericano reduciendo a cuatro dimensiones, el cual, mide el bienestar en alumnos de nivel secundario (Casullo & Castro, 2000). Posteriormente este modelo (BIEPS-J) es adaptado para población adolescente peruana (Niño de Guzmán, 2022). Estos comprenden: Control de situaciones, siendo esta la habilidad del individuo para lograr satisfacer sus necesidades y desarrollarse ajustándose al entorno por medio de la gestión adecuada de sus intereses y habilidades. Aceptación de sí mismo, sosteniendo que el individuo reconoce sus propias características y puede apreciar las fortalezas y debilidades de su persona, a fin de lograr la mayor cantidad posible de situaciones favorables. Vínculos sociales, definiendo cuán apropiada es la relación social establecida por el individuo, donde favorecen la empatía y la solidaridad reforzando el desarrollo socioemocional. Proyectos personales,

donde el individuo otorga sentido a su vida y a sus proyectos futuros, estableciendo sus objetivos y metas (Casullo & Castro, 2000; Niño de Guzmán, 2022).

Asimismo, se planteó la hipótesis general: H_i : Existe relación significativa entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026; H_0 : No existe relación significativa entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026; Y las hipótesis específicas H_{i1} : Existe relación significativa entre la dimensión Estilo Orientado hacia la resolución del problema y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026; H_{i2} : Existe relación significativa entre la dimensión Estilo Socio-emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026; y H_{i3} : Existe relación significativa entre la dimensión Estilo Improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026.

II. METODOLOGÍA

Este estudio hizo uso del método hipotético-deductivo. Rodríguez y Pérez (2017) señalan que para llegar a la verdad a través de la ciencia sirve de apoyo las teorías previas y así generar conocimientos nuevos. Asimismo, este método se refiere al estudio de las actitudes del individuo o del grupo para comprender el patrón de comportamiento humano, lo que ayuda a formular hipótesis, permitir la deducción y extraer conclusiones de confirmación.

Se adoptó una perspectiva cuantitativa. Medina et al. (2023) indican que se fundamenta en la cuantificación de las variables y en el estudio estadístico de los datos. Se trata de plantear un problema, luego formular hipótesis y establecer el contexto de estudio; luego, se realizará la recopilación y estudio con el fin de contrastar la hipótesis a través de pruebas estadísticas aplicadas a la información recabada.

Se usó el tipo de investigación básica, destacando la importancia de aportar saber teórico y científico nuevo a partir de lo ya investigado (Valderrama, 2015). Arias et al. (2022) señalan que este tipo de estudio tiene como propósito contribuir al conocimiento científico e incrementar los saberes sobre un determinado tema. Se empleó en este estudio, el no experimental puesto que no se realizó manipulación de las variables, sino más bien, se observó los hechos tal y como se manifiestan en su entorno común. Según Hernández Sampieri et al. (2014) indican que el estudio se clasifica como transversal, en vista de que la obtención de datos se desarrollará en un único momento. Además, el estudio tiene como propósito identificar

el vínculo entre las variables analizadas, es por ello que se considera como un estudio de nivel correlacional (Ato et al., 2013).

La población se integra por un grupo de individuos que residen en una región, con características semejantes; estos rasgos son los que el investigador trata de analizar (Ventura, 2017). La población accesible de este estudio estuvo formada por 120 estudiantes matriculados en el cuarto y quinto de secundaria procedentes de la institución educativa pública, Ramiro Prialé Prialé ubicada en el distrito del Callao. Artigas y Robles (2010) señalan que la muestra es la parte de la población, gracias a ello es posible la reunión de los datos y realizar deducciones sobre la condición de la población con base en lo encontrado en este subgrupo. En ese sentido, la muestra estuvo integrada por 120 estudiantes del nivel secundario.

Arias et al. (2022) indican que el muestreo es un método que ofrece la posibilidad de analizar un número representativo de la población. Este número produce un valor estadístico que simboliza la cantidad o número de individuos o componentes que constituyen la población. En el estudio actual, se utilizó al muestreo censal de tipo no probabilístico puesto que el tamaño de la población se incorporó en su totalidad, dado que todos los estudiantes autorizados y accesibles serán tomados en cuenta. Los criterios de inclusión comprendieron escolares de cuarto y quinto de secundaria, que accedan a participar en el estudio, entre los 12 y 18 años. Los criterios de exclusión fueron estudiantes ausentes el día de la aplicación y que no concluyan de forma adecuada los instrumentos.

Tabla 1*Operacionalización de la variable Afrontamiento al estrés*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Escala de medición	Escala valorativa Mujeres	Escala valorativa Varones
Afrontamiento al estrés	Se define como la estrategia adaptativa que funciona como, regulador permitiendo afrontar el estrés, basada en experiencias y procesos cognitivos permanentes (Ruiz, 2018).	Se define como la suma de las respuestas (del 0 al 4) otorgadas a los ítems de cada dimensión-estilo del EAA-RC, luego estos puntajes se agrupan en la categoría respectiva, conforme al baremo para varones y mujeres. Con ello, se consigue reconocer el estilo de afrontamiento de estrés más representativo de cada estudiante en situaciones de estrés (Ruiz, 2018).	Estilo Orientando a hacia la resolución del problema	•Afrontamiento directo (1, 16) •Organización (9,19) •Esfuerzo y Compromiso (4, 22) •Perspectiva Positiva (11, 15) •Autorrealización (5, 17)	Likert de cinco opciones. 0: Nunca, 1: Casi nunca 2: A veces 3: Casi siempre 4: Siempre	Categoría: Bajo Estilo ORP: 0 a 18 Estilo S-E: 0 a 17 Estilo I-D: 0 a 12 Categoría: Medio Estilo ORP: 19 a 29 Estilo S-E: 18 a 26 Estilo I-D: 13 a 18 Categoría: Alto Estilo I-D: 30 a + Estilo S-E: 27 a + Estilo I-D: 19 a +	Categoría: Bajo Estilo ORP: 0 a 17 Estilo S-E: 0 a 16 Estilo I-D: 0 a 11 Categoría: Medio Estilo ORP: 18 a 27 Estilo S-E: 17 a 25 Estilo I-D: 12 a 18 Categoría: Alto Estilo I-D: 28 a + Estilo S-E: 26 a + Estilo I-D: 19 a +
			Estilo Socio-emocional	•Pertenencia Social (6) •Búsqueda de soporte emocional (30, 2) •Respaldo Social (28, 3) •Acciones Sociales (8,29) •Soporte Espiritual (7,14) •Ayuda profesional (10)			
			Estilo Improductivo-disfuncional	•Falta de afrontamiento (12, 18) •Falsas Esperanzas (25, 20) •Ignorar el problema (13,26) •Aislamiento (23,21) •Auto culparse (24,27)			

Tabla 2*Operacionalización de la variable Bienestar psicológico*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Escala de medición	Escala valorativa
Bienestar Psicológico	Se define como la apreciación que tiene la persona sobre sus logros alcanzados y el nivel de satisfacción personal. Implica alcanzar un alto nivel de realización personal a lo largo del tiempo mediante el logro de objetivos y la autoaceptación (Casullo y Castro, 2000).	Se define como el sumatorio total de los datos obtenidos de los reactivos y dimensiones del BIEPS-J el cual, se evalúa en una escala del 1 al 3. Como resultado se genera un puntaje directo que posteriormente se transforma en un puntaje percentil. En efecto, se establece el grado de bienestar del estudiante agrupándolo en niveles: bajo, medio y alto (Niño de Guzmán, 2022).	•Control de situaciones •Aceptación de sí mismo •Vínculos Sociales •Proyectos Personales	(13,5,10,1) (9,4,7) (8,2,11) (12,6,3)	Ordinal Escala tipo Likert que posee los siguientes valores: 1: Estoy en desacuerdo 2: Ni de acuerdo ni en desacuerdo 3:De acuerdo	Bajo: 1 a 30 Medio: 35 a 80 Alto: 75 a 99

La encuesta es la que fue utilizada como técnica de recopilación de datos, que consiste en formular preguntas a individuos para analizar su comportamiento ante un problema específico (Casas et al.,2003; Arias et al., 2022). La encuesta es la que fue utilizada como técnica de recopilación de datos, que consiste en formular preguntas a individuos para analizar su comportamiento ante un problema específico (Casas et al.,2003; Arias et al., 2022).

Para la variable 1 se utilizó: “Inventario estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes (EAA RC)” desarrollado por Valery Ruiz (2018) con una duración de aproximadamente 15 minutos para población adolescente. Este Inventario está conformado por 30 ítems, calificados en una escala Likert de cinco categorías de respuesta que va desde 0 (nunca) a 4 (siempre). El instrumento consta de tres dimensiones: “Estilo Orientado hacia la resolución del Problema”, "Estilo Socio-emocional" y finalmente, la tercera dimensión “Estilo Improductivo-Disfuncional”.

Para la variable 2 se utilizó: “Escala de bienestar psicológico (BIEPS-J adolescentes)” desarrollado por: Casullo y Castro (2000) y adaptado en el Perú por: Katherine Niño De Guzmán Palomino (2022) con una duración de 10 minutos para adolescentes de 13 a 18 años. Esta escala constó de 13 ítems utilizando como respuesta tres opciones: 1 (de acuerdo), 2 (ni de acuerdo ni en desacuerdo) a 3 (en desacuerdo). Los ítems se agruparon en cuatro dimensiones: “control”, “relaciones interpersonales”, “proyectos” y “autoaceptación”.

El EAA RC, presentó adecuada validez mediante un V de Aiken igual o superior a .80 y validez de constructo, el cual, mostró correlaciones ítems-total superior a .20, indicando que los reactivos contribuían significativamente. Posteriormente se eliminaron los ítems que no cumplieron con los criterios psicométricos, terminando con una versión final de 30 ítems (Ruiz, 2018).

El BIEPS-J de Casullo y Castro (2000) evidenciaron 4 factores coherentes que respaldan la validez, además una carga factorial mayor a (0,30). Por su lado, la adaptación peruana de Niño de Guzmán (2022) evidenció validez de contenido mediante un V de Aiken igual o superior a .80 en los 13 ítems. El análisis factorial exploratorio obtuvo un (KMO= .754) y una prueba de Bartlett significativa ($p < .001$).

Según Ruiz (2018) el EAA RC reportó adecuados índices de confiabilidad mediante el coeficiente Omega. Las tres dimensiones evaluadas: la primera, resolución del problema, asimismo, socioemocional y finalmente improductivo-disfuncional tuvieron los siguientes coeficientes de confiabilidad entre 0.68 y 0.79. En el presente estudio, se obtuvo una alta consistencia interna, con un alfa de Cronbach de $\alpha = 0.888$.

Por otro lado, la confiabilidad del BIEPS-J en estudios iniciales del instrumento, Casullo y Castro (2000) evidenciaron un coeficiente de (0,74). En el Perú, Niño de Guzmán (2022) reportó que en el estudio de los ítems se registraron puntuaciones mayores a .20, con valores de .259 y .493, ajustándose con los criterios de discriminación. Con relación a la consistencia interna reportó un coeficiente entre 0.56 y 0.71. En el presente estudio, se obtuvo una confiabilidad alta mediante un alfa de Cronbach de $\alpha = 0.944$.

El proceso de investigación incluyó la autorización del Comité de ética y del centro educativo para la aplicación de los instrumentos. El estudio de datos incluyó el registro de los resultados en Excel, el análisis con SPSS (versión 25) y la aplicación de procesamiento estadístico, incluyendo la prueba de KS y la correlación Rho de Spearman, que confirmaron las hipótesis y demuestran relaciones significativas entre las variables.

El presente estudio se rigió por las normas éticas contempladas en la Declaración de Helsinki (2013), así como por los lineamientos de la American Psychological Association

(APA,2017), el Colegio de Psicólogos del Perú (2025) y el Reglamento de Ética de Investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener. Cabe mencionar que, el cumplimiento de las normas éticas se garantizó mediante una revisión y aprobación del CIEI de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW,2024), antes de iniciar la investigación. En ese sentido, se aplicó el primer principio de beneficencia y no maleficencia, implica velar por su salud física, emocional y psicológico, evitando cualquier daño potencial. El segundo, fidelidad y responsabilidad, el cual establece actuar con compromiso, confianza y confidencialidad. El tercero, integridad, que exige actuar con honestidad, evitando la distorsión o falsificación de información en cualquier etapa del estudio. El cuarto principio de justicia, garantiza la participación equitativa y voluntaria. Finalmente, el quinto principio centrado en la dignidad de las personas reconocer la privacidad, autonomía y derecho a retirarse del estudio (APA, 2017).

III. RESULTADOS

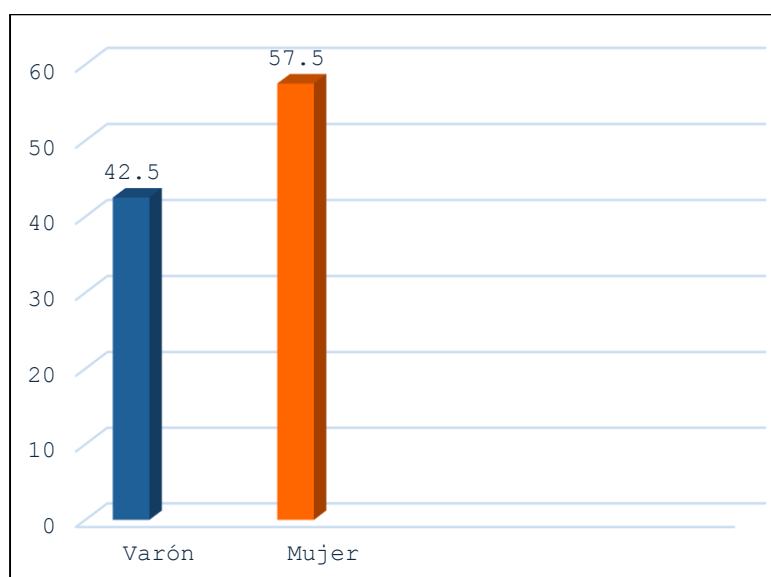
Tabla 3

Distribución del sexo de los estudiantes

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Varones	51	42.5
Mujeres	69	57.5
Total	120	100

Figura 1

Distribución del sexo de los estudiantes



En la tabla 3 y figura 1 presenta las características sociodemográficas de la muestra conformada por 120 estudiantes, de los cuales, el 57.5% de las participantes son mujeres y el 42.5% son varones.

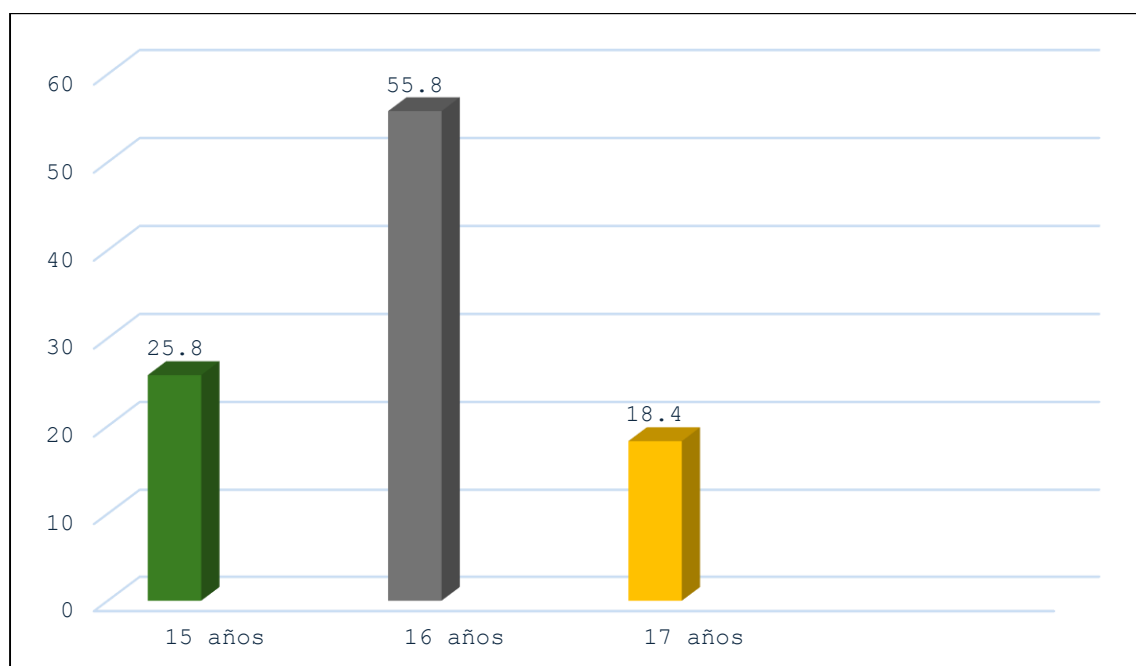
Tabla 4

Distribución de la edad de los estudiantes

Edad	Frecuencia	Porcentaje
15 años	31	25.8
16 años	67	55.8
17 años	22	18.4
Total	120	100

Figura 2

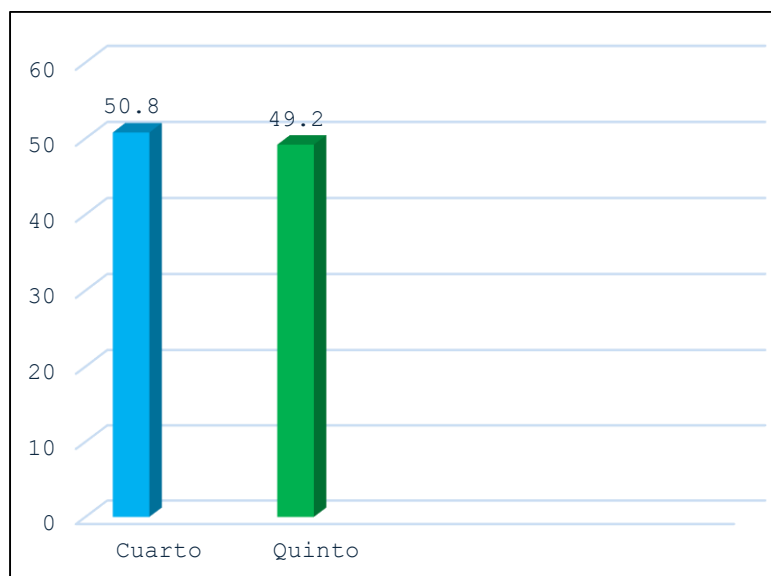
Distribución de la edad de los estudiantes



En la tabla 4 y figura 2 presenta las características sociodemográficas de la muestra conformada por 120 estudiantes, de los cuales, la mayoría de los participantes tienen 16 años (55.8%), seguidos por aquellos de 15 años (25.8%) y en menor proporción los de 17 años (18.3%).

Tabla 5*Distribución del grado de los estudiantes*

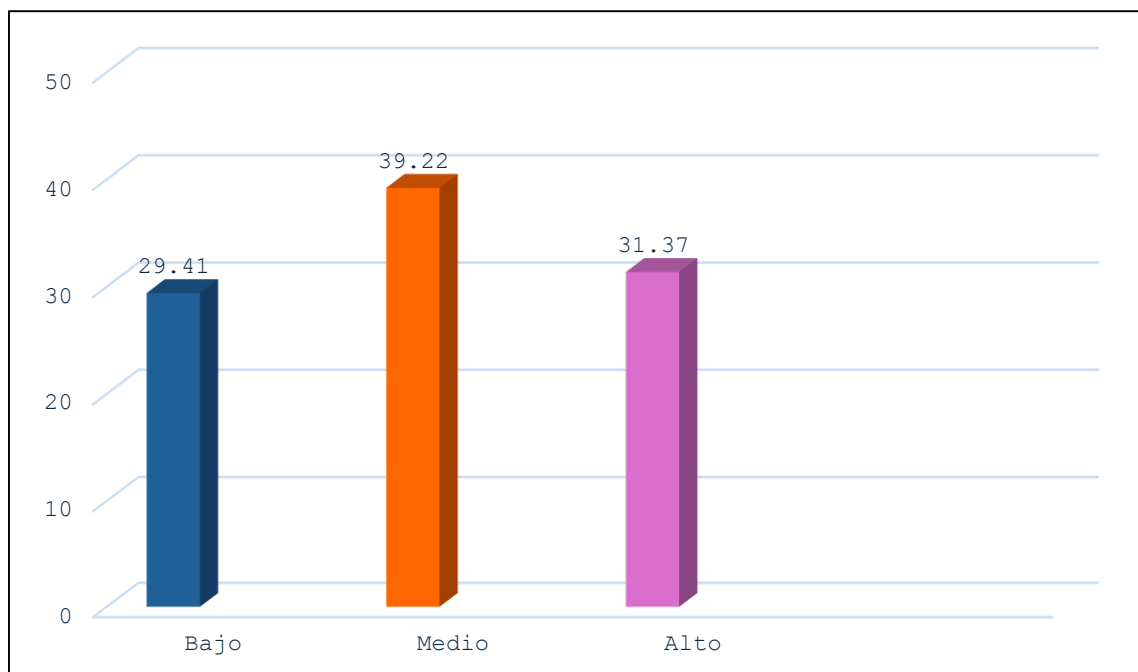
Grado	Frecuencia	Porcentaje
Cuarto	61	50.8
Quinto	59	49.2
Total	120	100

Figura 3*Distribución del grado de los estudiantes*

En la tabla 5 y figura 3 presenta las características sociodemográficas de la muestra conformada por 120 estudiantes. Con respecto al grado escolar, el 50.8 % cursa el cuarto grado, y el 49.2 % el quinto grado de secundaria.

Tabla 6*Nivel de Afrontamiento al estrés en varones*

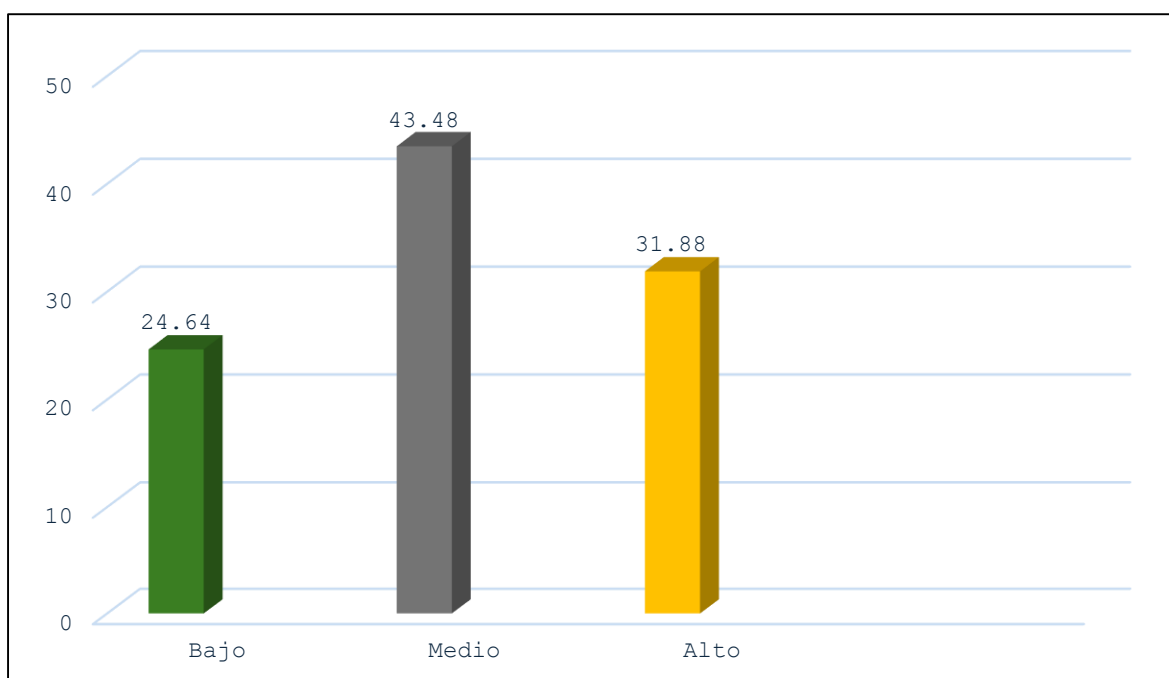
Variable	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Afrontamiento al estrés	Bajo	15	29.41
	Medio	20	39.22
	Alto	16	31.37
	Total	51	100

Figura 4*Nivel de Afrontamiento al estrés en varones*

En la tabla 6 y figura 4 muestra la distribución de la variable afrontamiento al estrés en sus tres niveles, en estudiantes varones, de acuerdo con los baremos diferenciados por sexo según establecido por el instrumento. El nivel medio presenta mayor frecuencia con 39.22%, seguido del nivel alto con 31.37 %, y en menor proporción el nivel bajo con un 29.41%.

Tabla 7*Nivel de Afrontamiento al estrés en mujeres*

Variable	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Afrontamiento al estrés	Bajo	17	24.64
	Medio	30	43.48
	Alto	22	31.88
Total		69	100

Figura 5*Nivel de Afrontamiento al estrés en mujeres*

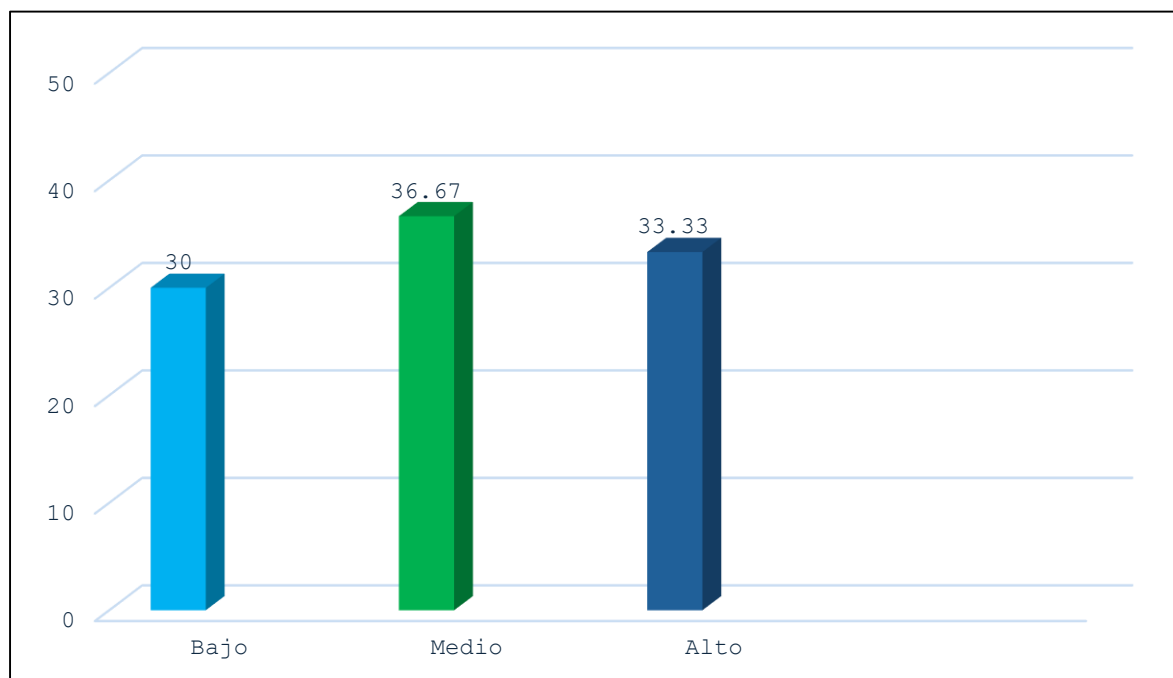
En la tabla 7 y figura 5 se muestra la distribución de la variable afrontamiento al estrés en sus tres niveles, en estudiantes mujeres, de acuerdo con los baremos diferenciados por sexo según establecido por el instrumento. Se observa que el 43.48% de los estudiantes presenta el nivel medio siendo el que presenta mayor frecuencia. Un 31.88% de los estudiantes se ubican en un nivel alto y en menor proporción el nivel bajo con un 24.64%.

Tabla 8*Nivel de bienestar psicológico*

Variable	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bienestar psicológico	Bajo	36	30
	Medio	44	36.67
	Alto	40	33.33
	Total	120	100

Figura 6

Nivel de la variable bienestar psicológico



En la tabla 8 y figura 6 se observa la distribución de los niveles de bienestar psicológico. Se observa que el 36.67% de los estudiantes presenta un nivel medio, siendo este el que prevalece. Un 33.33% de los estudiantes se ubican en un nivel alto, y en menor proporción, el 30% en un nivel bajo.

Tabla 9

Análisis de normalidad de las variables de estudio y sus dimensiones

Variables	K-S	Significancia
Estilo Orientado Hacia la Resolución del Problema	0.075	0.094
Estilo Socio-emocional	0.115	0.001
Estilo Improductivo-disfuncional	0.115	0.001
Afrontamiento al estrés	0.067	0.200*
Control de situaciones	0.126	0.000
Aceptación de sí mismo	0.123	0.000
Vínculos sociales	0.124	0.000
Proyectos personales	0.120	0.000
Bienestar psicológico	0.142	0.000

Nota. K-S = Kolmogorov-Smirnov.

La tabla 9 reporta la aplicación de la prueba de Kolmogorov - Smirnov para determinar la normalidad de los datos, en una muestra de 120 participantes ($n > 50$). Se observa que la dimensión Estilo Orientado a la resolución del problema ($p = 0.94$) y la variable Afrontamiento a estrés ($p = .200$) presentan distribución normal; sin embargo, las demás dimensiones y la variable Bienestar psicológico no cumplen con el supuesto de normalidad ($p \leq 0.05$). En consecuencia, se optó por usar pruebas no paramétricas (Rho de Spearman) para determinar la correlación entre las variables y sus dimensiones.

Tabla 10

Relación entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico

	Bienestar psicológico		
	ρ (Rho de Spearman)	p	N
Afrontamiento al estrés	.310	.001	120

Nota. ρ = Coeficiente de correlación Rho de Spearman. Nivel de significancia $\alpha = .05$.

La tabla 10 reporta los resultados de la aplicación de la prueba Rho de Spearman para determinar la relación entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico, evidenciando una correlación positiva baja y estadísticamente significativa ($Rho = .310$; $p = .001$). Por lo expuesto se rechaza la hipótesis nula por lo que se concluye que a mayores niveles de afrontamiento se asocian mayores niveles de bienestar psicológico.

Tabla 11

Relación entre la dimensión Estilo Orientado hacia la resolución del problema y el bienestar psicológico

	Bienestar psicológico		
	ρ (Rho de Spearman)	p	N
Estilo orientado hacia la resolución del problema	.338	<.001	120

Nota. ρ = Coeficiente Rho de Spearman. Nivel de significancia $\alpha = .05$.

La tabla 11 reporta los resultados de la aplicación de la prueba Rho de Spearman para determinar la relación entre la dimensión Estilo Orientado hacia la resolución del problema y

el bienestar psicológico, evidenciando una correlación positiva baja y estadísticamente significativa ($Rho = .338$; $p < .001$) con el bienestar psicológico. Por lo expuesto se rechaza la hipótesis nula por lo que se concluye que a mayores niveles del Estilo Orientado hacia la resolución del problema se asocian mayores niveles de bienestar psicológico.

Tabla 12

Relación entre la dimensión Estilo Socio-emocional y el bienestar psicológico

	Bienestar psicológico		
	ρ (Rho de Spearman)	p	N
Estilo socioemocional	.373	<.001	120

Nota. ρ = Coeficiente Rho de Spearman. Nivel de significancia $\alpha = .05$.

La tabla 12 reporta los resultados de la aplicación de la prueba Rho de Spearman para determinar la relación entre la dimensión Estilo Socio-emocional y el bienestar psicológico, evidenciando una correlación positiva baja y estadísticamente significativa ($Rho = .373$; $p < .001$). Por lo expuesto se rechaza la hipótesis nula por lo que se concluye que a mayores niveles de Estilo Socio-emocional se asocian mayores niveles de bienestar psicológico.

Tabla 13

Relación entre la dimensión Estilo Improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico

	Bienestar psicológico		
	ρ (Rho de Spearman)	p	N
Estilo Improductivo-disfuncional	.032	.732	120

Nota. ρ = Coeficiente Rho de Spearman. Nivel de significancia $\alpha = .05$.

La tabla 13 reporta los resultados de la prueba de la prueba Rho de Spearman para determinar la relación entre la dimensión Estilo Improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico. Los resultados evidencian que no existe correlación estadísticamente significativa ($Rho = .032$, $p = .732$). Por lo expuesto no se rechaza la hipótesis nula y se concluye que el estilo Improductivo-disfuncional no se asocia con el bienestar psicológico.

IV. DISCUSIÓN

Respecto al objetivo general, que buscó analizar la relación entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026, los hallazgos revelaron una correlación positiva baja y estadísticamente significativa ($Rho = .310$; $p = .001$), lo que indica que mayores niveles de afrontamiento al estrés tienden a asociarse con mayores niveles de bienestar psicológico.

Estos hallazgos obtenidos se alinean con estudios anteriores que han señalado asociaciones entre ambas variables. Nakano y Paredes (2024) encontraron correlaciones positivas entre diversos modos de afrontamiento y el bienestar psicológico ($Rho = .43$; $p < .01$) en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria en Lambayeque. De manera similar, Cornejo (2023) reportó relaciones significativas entre estrategias de afrontamiento adaptativas y el bienestar psicológico ($Rho = .581$; $p < .01$) en estudiantes de San Juan de Lurigancho. Estos estudios refuerzan la consistencia de la relación encontrada en diferentes contextos peruanos.

A nivel internacional, Suarez y Shuguli (2023) evidenciaron que el afrontamiento productivo se relaciona de forma significativa con el bienestar psicológico ($r = .452$; $p < .01$) en adolescentes ecuatorianos. Asimismo, Guato (2022) encontró correlaciones positivas entre las estrategias adaptativas y diversas dimensiones del bienestar psicológico ($r = .517$; $p < .01$), lo que sugiere que esta relación trasciende fronteras geográficas y culturales.

Desde el modelo transaccional de Lazarus y Folkman (1984), el afrontamiento representa un proceso dinámico de evaluación cognitiva mediante el cual el individuo evalúa las demandas del entorno, permitiendo disminuir el efecto negativo del estrés. En este sentido, aquellos estudiantes que logren adquirir un mayor y mejor repertorio de estrategias de afrontamiento se encontrarían en mejores condiciones para mantener y mejorar su bienestar psicológico.

El modelo multidimensional de Ryff (1989) permite comprender que el bienestar psicológico implica el desarrollo positivo del individuo, incluyendo aspectos como el crecimiento personal, las relaciones positivas y el dominio del entorno. Los hallazgos sugieren que el afrontamiento al estrés se relaciona con aspectos del funcionamiento psicológico positivo durante la etapa adolescente.

Respecto al objetivo específico 1, que buscó analizar la relación entre la dimensión Estilo Orientado hacia la resolución del problema y el bienestar psicológico en estudiantes de

secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026, los hallazgos revelaron una correlación positiva baja y estadísticamente significativa ($Rho = .338$; $p < .001$). Esto indica que los adolescentes que utilizan en mayor medida estrategias orientadas a afrontar activamente las dificultades y buscar soluciones tienden a presentar un mayor bienestar psicológico.

Estos resultados se alinean con lo informado por Cornejo (2023), quien encontró una correlación positiva y significativa entre la estrategia “esforzarse y tener éxito” y el bienestar psicológico ($Rho = .581$, $p < .001$), evidenciando una relación de mayor magnitud en estudiantes de secundaria. Asimismo, Galarza y Pérez (2023) identificaron correlaciones positivas entre “concentrarse en el problema” y el bienestar psicológico ($Rho = .434$, $p < .001$). En comparación con dichos estudios, la magnitud encontrada en la presente investigación es menor, aunque mantiene la misma dirección positiva.

Respecto al objetivo específico 2, que buscó analizar la relación entre la dimensión Estilo Socio-emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026, los hallazgos revelaron una correlación positiva baja y estadísticamente significativa ($Rho = .373$; $p < .001$). Esta dimensión presentó el coeficiente más elevado dentro del estudio, aunque continúa ubicándose en el rango bajo. Esto indica que las estrategias socioemocionales como la búsqueda de soporte emocional, el respaldo social y otras formas de apoyo interpersonal tienden a presentar un mayor bienestar psicológico.

Estos hallazgos guardan coherencia con lo reportado por Galarza y Pérez (2023), quienes identificaron asociaciones positivas y significativas entre estrategias vinculadas a la referencia a otros, como “acción social” ($Rho = .372$; $p < .001$) y “buscar pertenencia” ($Rho = .383$; $p < .001$). Asimismo, Cornejo (2023) reportó una asociación positiva entre la estrategia “buscar apoyo social” y el bienestar psicológico ($Rho = .480$; $p < .001$), mientras que Suarez y Shugulí (2023) identificaron una correlación significativa entre afrontamiento productivo y la dimensión de relaciones psicosociales ($r = .452$; $p < .01$).

Respecto al objetivo específico 3, que buscó analizar la relación entre la dimensión Estilo Improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026, los hallazgos revelaron que no existió una relación estadísticamente significativa ($Rho = .032$; $p = .732$). Estos resultados indican que el uso de estrategias consideradas desadaptativas no se asocia de manera significativa con los niveles de bienestar psicológico en la muestra estudiada.

Estos resultados guardan similitud con lo reportado por Suarez y Shugulí (2023), quienes identificaron que algunas estrategias no productivas, como “reservarlo para sí”, no mostraron correlación significativa con determinadas dimensiones del bienestar psicológico ($r = -.094$), evidenciando asociaciones débiles. De igual manera, Guato (2022) encontró que estrategias como “retirada social” ($r = -.021$) y “autocrítica” ($r = -.037$) no presentaron relación significativa con el bienestar psicológico. En este sentido, los hallazgos del presente estudio coinciden en señalar que el uso de estrategias improductivas no necesariamente implica una disminución directa del bienestar en adolescentes.

En este sentido, la ausencia de relación significativa indica que, en la muestra estudiada, no se encontró evidencia de asociación entre el estilo improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico, lo que es coherente con la concepción del bienestar como un constructo multidimensional relacionado con diversos factores personales y contextuales.

En conjunto, los hallazgos del estudio presentan implicancias teóricas y prácticas relevantes, ya que aportan evidencia empírica sobre la relación entre afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes del contexto educativo del Callao. Asimismo, sugieren la pertinencia de fortalecer estrategias de afrontamiento adaptativas en el ámbito escolar como parte de la promoción de la salud mental y el desarrollo socioemocional.

Entre las limitaciones del estudio se encuentra su diseño transversal, que no permite inferir relaciones de causalidad, así como la muestra limitada a una única institución educativa, lo que puede comprometer la generalización de los resultados a otros contextos socioeducativos del país.

Futuros estudios podrían profundizar en el análisis de variables mediadoras como el apoyo social, la autoeficacia y los recursos familiares que modulan la asociación entre afrontamiento y bienestar. Además, estudios longitudinales pueden ayudar a establecer la direccionalidad de esta asociación y cómo cambia en la adolescencia.

V. CONCLUSIONES

Respecto al objetivo general, se determinó que existe una correlación positiva baja y estadísticamente significativa entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026 ($Rho = .310$; p

= .001). Este hallazgo indica que mayores niveles de afrontamiento al estrés tienden a asociarse con mayores niveles de bienestar psicológico.

Respecto al primer objetivo específico, se encontró una correlación positiva baja y estadísticamente significativa entre la dimensión Estilo Orientado hacia la resolución del problema y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026 ($Rho = .338$; $p < .001$). Este hallazgo indica que los adolescentes que utilizan en mayor medida estrategias orientadas a afrontar activamente las dificultades y buscar soluciones tienden a presentar un mayor bienestar psicológico.

Respecto al segundo objetivo específico, se encontró una correlación positiva baja y estadísticamente significativa entre la dimensión Estilo Socio-emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026 ($Rho = .373$; $p < .001$). Este hallazgo indica que los adolescentes que utilizan en mayor medida estrategias socioemocionales, como la búsqueda de apoyo social, tienden a presentar un mayor bienestar psicológico.

Respecto al tercer objetivo específico, no se encontró relación estadística significativa entre la dimensión Estilo Improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026 ($Rho = .032$; $p = .732$). Este resultado indica que, en la muestra estudiada, no se encontró evidencia suficiente para afirmar que ambas variables se relacionan significativamente. Asimismo, este hallazgo reafirma que el bienestar psicológico es un constructo multidimensional asociado con diversos factores personales y contextuales.

VI. REFERENCIAS

- Algorani, E. B., y Gupta, V. (2023). *Coping mechanisms*. In StatPearls [Internet]. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559031/>
- Allen, B., & Waterman, H. (2019, 21 de mayo). *Etapas de la adolescencia*. Healthy Children. <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>
- American Psychological Association. (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. <https://www.apa.org/ethics/code>
- Arias, J., Holgado, J., Tafur, T. y Vásquez, M. (2022). *Metodología de la investigación: El método ARIAS para realizar un proyecto de tesis*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. <https://editorial.inudi.edu.pe/index.php/editorialinudi/catalog/view/22/16/32>
- Artigas, W y Robles, M. (2010). Metodología de la investigación: una discusión necesaria de universidades zulianas. *Revista digital Universitaria*, 11(11), 1067-6079. <http://www.revista.unam.mx/vol.11/num11/art107/art107.pdf>.
- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038–1059.
- Bertorini Svec, I. M., Jiménez Martínez, A. G., & Prieto Conroy, N. M. (2023). *Estrategias de afrontamiento y ansiedad según variables sociodemográficas en el personal de la salud durante la pandemia COVID-19: revisión aplicada*. [Trabajo académico, Universidad de Lima]. Repositorio Institucional de la Universidad de Lima. <https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/18219/Trabajo?sequence=3&isAllowed=y>
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's Psychological Stress and Coping Theory. En C. L. Cooper & J. C. Quick (Eds.), *The Handbook of Stress and Health: A Guide to Research and Practice* (pp. 351–364). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch21>
- Canchari Flores, Y. (2020). *Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa estatal de la ciudad de Lima*. PAIAN, 11(2), 21–29.
- Casas, J., Repullo, J., & Donado, J. (2003). La encuesta como técnica de investigación. *Revista Aten Primaria*, 1(8), 527-538. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7681866/>
- Casullo, M., y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Perú*, 18(1), 36-68. <https://doi.org/10.18800/psico.200001.002>

- Casullo, M., y Castro, A. (2002). Patrones de personalidad, síndromes clínicos y bienestar psicológico en adolescentes. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* 7(2), 129-140. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.7.num.2.2002.3927>
- Casullo, M. M. y Brenlla, M. E. (2002). Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica. Argentina: Paidós, 31-62. Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23 (3), 43-72. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419066004>
- Cheng, W. L. S., Young, P. M. C., y Luk, K. K. H. (2022). Moderating role of coping style on the relationship between stress and psychological well-being in Hong Kong nursing students. *International journal of environmental research and public health*, 19(18), 11822. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811822>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2025). Código de ética del colegio de psicólogos del Perú. <https://cpsplimaycallao.org.pe/wp-content/uploads/2025/04/CODIGO-DE-ETICA-2025.pdf>
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M., Dunbar, J. P., ... & Thigpen, J. C. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analytic and narrative review. *Psychological Bulletin*, 143(9), 939–991 <https://doi.org/10.1037/bul0000110>
- Cornejo Espinoza, R. F. (2023). *Estrategias de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima, 2022*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional de la UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/38108>
- Cresto, I. (2022). *Estilos de afrontamiento de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en universitarios de San Juan de Lurigancho* [Tesis de Pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2007>
- Díaz Quispe, W. H., & Sánchez Coronel, I. (2024). *Afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional USS. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/14219>
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: *Pitfalls and promise*. *Annual Review of Psychology*, 55, 745–774. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456>
- Franco Taboada, M. V. (2015). *La medición del estrés en contextos académicos en estudiantes universitarios* [Tesis doctoral, Universidad da Coruña]

<http://hdl.handle.net/2183/15705>

- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226.
<https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0003-066X.56.3.218>
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1993). *Adolescent coping: Theoretical and research perspectives*. Routledge.
- Frydenberg, E. (2011). *Coping and the challenge of resilience*. Springer.
- Galarza Valladares, K. L., & Pérez Vásquez, M. A. (2023). *Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una I.E. de San Juan de Lurigancho* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la UCV
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_0231f08642fc6867b747e07e3e9d32c6
- Guato, P. (2022). *Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes de la Unidad Educativa Salcedo*. *Psicología y Desarrollo*, 18(3), 78-95.
<https://repositorio.puce.edu.ec/items/ae4a103d-e3b0-4915-9e14-d983dacf8a0b>
- Gutiérrez, N., Veliz, Y., & Quinteros, D. (2021). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes del nivel secundario. *Revista Muro de la investigación*, 6(1), 01-10. <https://doi.org/10.17162/rmi.v6i1.1434>
- Hernández Sampieri, R., Fernández, C., y Baptista, M.P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ª Ed.). México: McGraw Hill Educación.
https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- Ho, C. S., Chua, J., & Tay, G. W. (2022). The diagnostic and predictive potential of personality traits and coping styles in major depressive disorder. *BMC Psychiatry*, 22(1), 301.
<https://doi.org/10.1186/s12888-022-03942-y>
- Lazarus, R. S. y Folkman, S. (1984). *El concepto de afrontamiento en estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martinez Roca
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company. <https://search.worldcat.org/oclc/10754235>
- Lazarus, R. S. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lizarraga Carrasco, O. A. (2020). *Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un penal del Callao* [Tesis de maestría, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio Académico USMP. <https://repositorio.usmp.edu.pe/item/7c706398-7f6f->

[4b3c-aa72-39a0d0688f79](#)

- Marín Medina, C. E., Jorquera Silva, Y. X., & La Banca Ledesma, H. G. (2021). *Relación del bienestar psicológico con las estrategias de afrontamiento y la satisfacción familiar en universitarios durante la pandemia*. Revista de Psicología, PUCP. <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/27072/25354>
- Medina, M., Rojas, R., Bustamante, W., Loaiza, R., Martel, C. & Castillo, R. (2023). Metodología de la investigación: *Técnicas e instrumentos de investigación*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. <https://editorial.inudi.edu.pe/index.php/editorialinudi/catalog/download/90/133/157?inline=1>
- Ministerio de Salud del Perú (MINSA). (2021). *El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional* <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>
- Montenegro, A. A. (2020). *Comunicación familiar y bienestar psicológico del hijo adolescente* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica Argentina]. Repositorio Institucional UCA. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/11628>
- Morales, F. M. (2020). Estrategias de afrontamiento, empatía y tendencia prosocial en universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 13(2), 187–200. <https://doi.org/10.30552/ejep.v13i2.360>
- Mok, E., & Tam, B. (2001). *Stressors and coping methods among chronic haemodialysis patients in Hong Kong*. *Journal of Clinical Nursing*, 10(4), 503-511. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2702.2001.00500.x>
- Nakano Cevallos, D. J., & Paredes García, V. M. (2024). *Bienestar Psicológico y Modos de Afrontamiento al estrés en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Región Lambayeque* [Tesis de pregrado. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio institucional de la UPC. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/683169>
- Narváez, J. H., Obando-Guerrero, L., Hernández-Ordoñez, K., & Cruz-Gordon, E. (2021). Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios. *Universidad y Salud*, 23(3), 207–216. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072021000300207

- Nicholls, A. R., Taylor, N. J., Carroll, B., & Perry, J. L. (2016). *The development of a new sport-specific classification of coping and a meta-analysis of the relationship between different coping strategies and moderators on sporting outcomes*. *Frontiers in Psychology*, 7, 1674. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01674>
- Niño de Guzmán, K. (2022). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de casullo en adolescentes de dos instituciones educativas de Villa María del Triunfo* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la UAP. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2336>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2025). *La salud mental de los adolescentes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2020). *No hay salud sin salud mental*-OPS/OMdS. <https://www.paho.org/es/noticias/8-10-2020-no-hay-salud-sin-salud-mental>
- Oviedo Álvarez, A. M. (2021). *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico de los ingresantes a una universidad pública del Callao, 2020* [Tesis de maestría, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Institucional URP. https://repositorio.urp.edu.pe/entities/publication/ef14f2d3-b07a-4693-8322-b7c8e86840da?utm_source=
- Reyes Benavides, G. B., & Tonato Aguilar, C. E. (2021). *Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en una escuela superior militar* [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Institucional de la Universidad Central del Ecuador. <https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/e854a8d6-f131-4510-982f-8b3bc8c527d7>
- Rodríguez, A., & Pérez, A. O. (2017). Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento. *Revista Escuela de Administración de Negocios*, 82, 175-195. <https://doi.org/10.21158/01208160.n82.2017.164750>
- Ruiz Castillo, V. (2018). *Construcción de un inventario de estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes-EAA-RC, distrito de Puente Piedra, 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/29878>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? *Explorations on the meaning of psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

- Ryff, C. (1989). La felicidad es todo, ¿o no? *La exploración de bienestar psicológico*. Miami, Estados Unidos: Diario de Personalidad y Psicología Social.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Salazar Suárez, O., Barneveld, J. O. V., Robles Estrada, E., & Rodríguez Aguilar, B. (2023). La percepción de la crianza y el afrontamiento del conflicto como predictores de las autolesiones no suicidas en adolescentes. *Acta universitaria*, 33. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0188-62662023000100130&script=sci_arttext
- Sandín, B., & Chorot, P. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 141-157. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33730109.pdf>
- Sandín, B., & Chorot, P. (2003). Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): Desarrollo y validación preliminar/The Coping Strategies Questionnaire: Development and preliminary validation. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 8(1), 39. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.8.num.1.2003.3941>
- Schotanus-Dijkstra, M., Drossaert, C. H. C., Pieterse, M. E., Walburg, J. A., & Bohlmeijer, E. T. (2016). An early-stage evaluation of a multicomponent positive psychology intervention to improve psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 18(2), 673–697. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30135833>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
- Shahuano Rengifo, L. V. (2025). Bienestar psicológico en adolescentes de un asentamiento humano, Pucallpa 2022 [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio ULADECH. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/39985>
- She, R., Wong, D. F. K., Lin, G., Zhang, X., Leung, C., & Yang, Q. (2022). *Profiles of stress and coping associated with mental, behavioral, and internet use problems among adolescents during the COVID-19 pandemic*. *Frontiers in Public Health*, 10, 826911. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.826911>
- Suarez, D. & Shugulí, C. (2023). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes institucionalizados. *Revista psicológica UNEMI*. 7(12), pp. 65 - 76. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol7iss12.2023pp65-76p>

- Universidad Privada Norbert Wiener. (2024). *Reglamento de Código de Ética e Integridad Científica*. UPNW. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/463168dc-94ce-42f6-8262-187c983e9cf5>
- Valderrama, S. (2015). *Metodología de la investigación*. Perú: San Marcos.
- Ventura-León, J. L. (2017). ¿Población o muestra?: Una diferencia necesaria. *Revista cubana de salud pública*, 43(4), 0-0. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21453378014>
- Viñas Poch, F., González Carrasco, M., García Moreno, Y., Malo Cerrato, S., & Casas Aznar, F. (2014). *Coping strategies and styles and their relationship to personal wellbeing in a sample of adolescents*. *Anales de Psicología*, 31(1), 226–233. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.1.163681>
- World Medical Association. (2013). *World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects*. *JAMA*, 310(20), 2191–2194. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>
- Wu, Y., Yu, W., Wu, X., Wan, H., Wang, Y., & Lu, G. (2020). Psychological resilience and positive coping styles among Chinese undergraduate students: a cross-sectional study. *BMC psychology*, 8(1), 79. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00444-y>
- Zimmer-Gembeck, M. J., & Skinner, E. A. (2024). *Stress Appraisals and Coping across and within Academic, Parent, and Peer Stressors: The Roles of Adolescents' Emotional Problems, Coping Flexibility, and Age* 4(1), 120–137. <https://www.mdpi.com/2673-7051/4/1/9?utm>

VIII. ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Método
Problema general ¿Existe relación entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026? Problemas específicos 1. ¿Existe relación entre la dimensión Estilo Orientado hacia la resolución del problema y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026? 2. ¿Existe relación entre la dimensión Estilo Socioemocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026? 3. ¿Existe relación entre la dimensión Estilo Improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026?	Objetivo general Analizar la relación entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026. Objetivos específicos 1. Analizar la relación entre la dimensión Estilo Orientado hacia la resolución del problema y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026. 2. Analizar la relación entre la dimensión Estilo Socioemocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026. 3. Analizar la relación entre la dimensión Estilo Improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026.	Hipótesis general Hi: Existe relación significativa entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026. H0: No existe relación significativa entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026. Hipótesis específicas Hi1: Existe relación significativa entre la dimensión Estilo Orientado hacia la resolución del problema y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026.	Variable 1: Estilos de afrontamiento Dimensión: Dimensión 1 Estilo Orientado hacia la resolución del problema Dimensión 2 Estilo Socio-Emocional Dimensión 3 Estilo Improductivo-disfuncional Variable 2: Bienestar Psicológico Dimensión: Dimensión 1 Control de situaciones Dimensión 2 Aceptación de sí mismo Dimensión 3 Vínculos Sociales Dimensión 4 Proyectos Personales	Método: Hipotético-Deductivo Enfoque: Cuantitativo Tipo: Básica Diseño: No experimental Corte: Transversal Nivel o alcance: Correlacional Población y muestra: 120 estudiantes de cuarto y quinto grado. Muestreo censal Instrumentos: Inventario de estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes (EAA RC) y Escala de bienestar psicológico (BIEPS-J adolescentes) (BIEPS-J adolescentes)

		Hi2: Existe relación significativa entre la dimensión Estilo Socioemocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026. Hi3: Existe relación significativa entre la dimensión Estilo Improductivo-disfuncional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026.		
--	--	--	--	--

Anexo 2. Instrumentos

INVENTARIO ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS – EAA-RC

Ruiz Castillo (2018)

NOMBRE: _____ EDAD: _____ GRADO Y SECCION: _____ SEXO: F () M ()

INSTRUCCIONES

Lee cada frase que describa tu forma de ser y marca con una X en las iniciales que creas conveniente. No hay contestaciones buenas o malas. Lo importante es que seas sincero al responder.

Nº		Nunca	Casi Nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre
1	Elijo hablar, preguntar y actuar para llegar a una solución ante una situación inesperada					
2	Comento con alguien sobre mis sentimientos cuando paso por un momento difícil					
3	Pregunto a quien pueda actuar concretamente en el problema (padres, tutores o profesores)					
4	Busco salir adelante esforzándome en todo lo que hago					
5	Lo malo no es tener problemas sino, como aprendes de ellos					
6	En un conflicto grupal procuro solucionar el problema cuanto antes a que dejar que este crezca y empeore la situación					
7	Creo firmemente que Dios me ayudará a superar mis problemas					
8	Creo grupos de trabajo que ayuden de forma voluntaria para enfrentar un problema					
9	Antes de intentar resolver un problema, primero ordeno mis ideas					
10	Valoro mucho la opinión de un experto ante, lo que puedan decirme conocidos u otras personas acerca del tema					
11	Opto por ver el lado bueno de las cosas antes que las malas					
12	Es mejor no hacer nada, hasta que la situación por si misma mejore					

13	No hago caso de los problemas que pueda haber a mi alrededor					
14	Tengo la certeza de que mi fe me dará la fuerza para salir bien de cualquier situación					
15	A pesar de que existan problemas algo bueno puede suceder después de todo					
16	Actuó directamente sobre cualquier percance que se me presente					
17	Pasar cualquier crisis ayuda en un futuro a ser mejor persona					
18	Me aseguro de no empeorar la situación no actuando en lo absoluto					
19	Pienso en un plan de acción para resolver algo					
20	Desearía tener otra vida					
21	Busco solucionar mis problemas sin ayuda de nadie					
22	Estoy convencido de que con esfuerzo y perseverancia se puede superar un mal momento					
23	Guardo mis pensamientos y sentimientos para mí					
24	Soy la única responsable de mis acciones así sean buenas o malas					
25	Quisiera que mis problemas desaparecieran de la noche a la mañana					
26	Cuando hay demasiados problemas prefiero no saber nada					
27	Considero que soy la causante de todo lo malo que me sucede					
28	Busco el consejo de otros, para tener ideas sobre cómo enfrentar el problema					
29	Me solidarizo si, observo que alguien está pasando por el mismo problema que yo tratando de ayudarlo					
30	Deseo que me escuchen y entiendan cuando paso por un momento difícil					

ESCALA BIEPS-J (JOVENES, ADOLESCENTES)

Casullo y Castro (2000)

Adaptación Peruana, Katherine Niño De Guzmán (2022)

Fecha: Edad: Grado:

Te pedimos que leas con atención las frases siguientes. Marca tu respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. Las alternativas de respuesta son:

ESTOY DE ACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	ESTOY EN DESACUERDO
D.A	NA. ND	E. D

No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No dejes frases sin responder. Marca tu respuesta con una cruz o aspa un uno de los tres espacios.

	DE ACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	EN DESACUERDO
1. Creo que me hago cargo de lo que sigo.			
2. Tengo amigos/as en quienes confiar.			
3. Creo que sé lo que quiero hacer en mi vida.			
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.			
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
6. Me importa pensar que haré en el futuro			
7. Generalmente le caigo bien a la gente.			
8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10. Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo combatirlo.			
11. Creo que en general me llevo bien con la gente.			
12.. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			

Anexo 3. Validez de los instrumentos

“Inventario de estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes (EAA RC)”

Este instrumento pasó por un riguroso proceso de evaluación de validez, basado en los siguientes criterios: En primer lugar, la validez de contenido se determinó mediante la valoración de 10 expertos, quienes evaluaron la claridad de los ítems, mostrando valores de V de Aiken igual o superior a .80 confirmando la claridad y pertinencia de los ítems. En segundo lugar, mediante el análisis de ítem-test se estableció la validez de constructo, el cual, mostró correlaciones ítems-total superior a .20, indicando que los reactivos contribuían significativamente. Posteriormente se eliminaron los ítems que no cumplieron con los criterios psicométricos, terminando con una versión final de 30 ítems (Ruiz, 2018).

“Escala de bienestar psicológico (BIEPS-J adolescentes)”

Casullo y Castro (2000) evidenciaron 4 factores coherentes que respaldan la validez, además una carga factorial mayor a (0,30). Por su lado, la adaptación peruana de Niño de Guzmán (2022) evidenció indicadores favorables de validez. La validez de contenido se determinó por medio de juicio de 10 expertos, mostrando valores de V de Aiken igual o superior a .80 en los 13 ítems.

El análisis factorial exploratorio obtuvo un (KMO= .754) con respecto a la validez de constructo, y una prueba de Bartlett significativa ($p < .001$) identificando una estructura de cuatro factores de 40.38 de la varianza total. Por consiguiente, el AFC evidencio un índice de ajuste aceptable luego de ser eliminados los ítems 1 y 7 consolidando l validez del constructo del instrumento.

Anexo 4. Confiabilidad de los instrumentos

Confiabilidad del Inventario de estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes (EAA RC)

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Valido	120	100,0
	Excluido	0	0,0
	Total	120	100,0
a.-La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento			

	N de ítems	Alfa de Cronbach
Afrontamiento al estrés	30	.0888

Nota. Elaboración propia.

Confiabilidad de la Escala de bienestar psicológico (BIEPS-J adolescentes)

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Valido	120	100,0
	Excluido	0	0,0
	Total	120	100,0
a.-La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento			

	N de ítems	Alfa de Cronbach
Afrontamiento al estrés	13	.0944

Nota. Elaboración propia.

Anexo 5. Aprobación del Comité de Ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 04 de febrero del 2026.

Autor Responsable:

ROSA AUGUSTA ORELLANA MAGALLANES

Exp. N°: 0073-2026

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica (CIEIC) de la Universidad Privada Norbert Wiener evaluó y **APROBÓ** el siguiente proyecto de investigación:

Proyecto Titulado: **“Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública del Callao, 2026”**

Versión Nro. 2, aprobada por el asesor en fecha 02/02/ 2026.

El cual tiene como Autor(es) a:

ROSA AUGUSTA ORELLANA MAGALLANES

La **APROBACIÓN** otorgada comprende la verificación del cumplimiento de las buenas prácticas éticas, la adecuada evaluación del balance riesgo/beneficio, la idoneidad del equipo de investigación y la garantía de confidencialidad en el manejo de los datos, entre otros aspectos éticos y metodológicos pertinentes.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

- La aprobación otorgada por el CIEIC tiene una **vigencia de veinticuatro (24) meses** contados desde la fecha de emisión del presente documento. Esta vigencia es exclusiva para los procedimientos éticos revisados por el Comité y no sustituye ni aplica a los trámites administrativos ante la Oficina de Grados y Títulos.
- La constancia de aprobación por el CIEIC **no garantiza** la **aceptación** por parte de las **instituciones** en las que se planea realizar la investigación.
- En caso de requerir una **enmienda**, entendida como una modificación menor que **no altera de manera sustantiva** el proyecto aprobado, esta deberá ser presentada al CIEIC y no podrá ejecutarse sin su aprobación previa. **Cualquier cambio sustantivo deberá tramitarse como proyecto nuevo** ante el CIEIC.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,

Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta
Presidente
Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
Universidad Privada Norbert Wiener

Anexo 6. Formato de consentimiento informado

FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de proyecto de investigación: “Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública del Callao, 2026”.

Autor Responsable: ROSA AUGUSTA ORELLANA MAGALLANES

Universidad /Institución: Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

I. INVITACIÓN

Estimado(a) participante:

Le invitamos a participar en un estudio de investigación titulado: “Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública del Callao, 2026” desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A. (UPNW). A continuación, le proporcionamos información detallada sobre el estudio y su participación.

II. INFORMACIÓN

2.1.-Propósito del estudio: El propósito de este estudio es conocer el nivel de Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en sus hijos y explicar la relación entre ambas. Su ejecución ayuda a obtener información que permita comprender mejor las emociones, pensamientos y estrategias que los adolescentes utilizan frente a situaciones difíciles o estresantes, con el fin de promover un desarrollo emocional más saludable dentro del entorno escolar.

2.2.- Duración del estudio: 4 a 6 meses

2.3.-Número esperado de participantes: 120 participantes

2.4.- Criterios de Inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión:

- Escolares de cuarto y quinto de secundaria.
- Estudiantes que accedan a participar en el estudio.
- Escolares entre los 12 y 18 años.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes ausentes el día de la aplicación.
- Estudiantes que no concluyan de forma adecuada los instrumentos.

2.5.-Procedimientos del estudio: Si usted decide participar en este estudio se realizará los siguientes procesos:

- Leer cuidadosamente el documento y participar voluntariamente.
- Responde todas las preguntas formuladas en las encuestas.
- Firma del asentimiento informado y consentimiento informado.
- Su participación en el estudio es voluntaria y puede retirarse en el momento que usted crea necesario.
- La encuesta puede demorar unos 25 minutos. Los resultados se almacenarán respetando la confidencialidad y el anonimato.
- La información proporcionada será totalmente confidencial; solo estará disponible para el investigador.

Si usted decide participar en este estudio deberá responder a los dos siguientes instrumentos, los cuales serán sencillos de realizar, en un tiempo determinado, y con respuestas de carácter simple. Estos son:

- El inventario de estilos de afrontamiento al estrés (EAA-RC) desarrollado por Valery Ruiz (2018) en Lima, Perú.
- Escala de bienestar psicológico (BIEPS-J) adaptado en el Perú por Niño de Guzmán (2022).

Las mediciones permitirán conocer el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico en los estudiantes adolescentes con el fin de promover un desarrollo emocional más saludable dentro del entorno escolar.

2.6.-Riesgos: La presente investigación no presenta riesgos para la salud o bienestar, se mantendrá el anonimato y la confidencialidad de los datos. Antes de responder a la encuesta, se dará instrucciones sobre el procedimiento y objetivos del estudio, resolviendo cualquier duda que se presente. La participación es voluntaria, no obstante, algunas preguntas podrían generar incomodidad emocional, por lo que el estudiante puede decidir libremente su participación o retiro cuando lo considere conveniente.

2.7.-Beneficios: La presente investigación no presenta beneficios, ya que la información brindada tiene como objetivo crear conocimiento científico, que puede ser utilizado para futuros investigadores para elaborar planes de intervención psicológica en diversos problemas específicos.

2.8.-Costos e incentivos: Usted no pagará ningún costo monetario por su participación en la presente investigación. Así mismo, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

2.9.-Confidencialidad: Nosotros guardaremos la información recolectada con códigos para resguardar su identidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al equipo de estudio.

2.10.-Derechos del participante: La participación en el presente estudio es voluntaria. Si usted lo decide puede negarse a participar en el estudio o retirarse de éste en cualquier momento, sin que esto ocasione ninguna penalización o pérdida de los beneficios y derechos que tiene como individuo, como así tampoco modificaciones o restricciones al derecho a la atención educativa. Dado que la población de estudio está conformada por adolescentes, considerados como grupo vulnerable, se garantiza el manejo restringido para asegurar la confidencialidad de la información recolectada.

2.11.-Preguntas/Contacto: Puede comunicarse con: Rosa Augusta Orellana Magallanes rosaorellmaga88@gmail.com

Así mismo puede comunicarse con el Comité de Ética que validó el presente estudio, Contacto del Comité de Ética: Mg. Angélica Karina Minaya Galarreta presidente del Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener, para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, email: comite.etica@uwiener.edu.pe

2.12.-Ocurriencias/Reclamos:

En caso de existir alguna ocurrencia o reclamo, puede contactar al Comité de Ética que validó este estudio a través del Presidente del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la UPNW, Mg. Angélica Karina Minaya Galarreta al correo comite.etica@uwiener.edu.pe

II. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

Declaro haber leído y comprendido el contenido de este Formulario de Consentimiento Informado. He recibido una explicación clara sobre el objetivo, procedimiento y finalidad del estudio, así como respuesta a todas mis preguntas. Entiendo que mi participación es voluntaria y tengo derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este Formulario.



FIRMA DEL PARTICIPANTE:

DNI:

Fecha:

FIRMA DEL AUTOR RESPONSABLE

DNI: 25845972

Fecha:

FORMULARIO DE ASENTIMIENTO INFORMADO

Título de proyecto de investigación: “Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública del Callao, 2026”.

Autor Responsable: ROSA AUGUSTA ORELLANA MAGALLANES

Universidad /Institución: Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

I.-PROPÓSITO DEL ESTUDIO

Determinar la relación entre el Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa pública del Callao, 2026.

II.-INFORMACION IMPORTANTE PARA TI

2.1.- Aunque tus padres o tutores hayan dado su permiso para que participes, la decisión final es tuya. Si no quieres participar, puedes decir que no, y está bien.

2.2.- Si decides participar, pero en algún momento ya no quieres continuar, puedes dejarlo sin ningún problema.

2.3.- Si alguna pregunta o actividad te hace sentir incomodo(a) y no quieres responderla, no tienes que hacerlo.

2.4.- Toda la información que nos proporciones será confidencial. Esto significa que nadie fuera del equipo de investigación conocerá tus respuestas o resultados. Usaremos estos datos únicamente para aprender más sobre la relación que tienen el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico y como estas intervienen en los estilos y estrategias para afrontar situaciones de estrés y aumentar el nivel de bienestar psicológico.

III. ¿Quieres participar?

Si aceptas participar, por favor marca (X) la casilla que dice "Sí quiero participar" y escribe tu nombre. Si no deseas participar, marca (X) "No quiero participar".

() Si quiero participar

() No quiero participar

Escribe tu nombre: _____



FIRMA DEL PARTICIPANTE:

DNI:

Fecha:

FIRMA DEL AUTOR RESPONSABLE

DNI: 25845972

Fecha

Anexo 7. Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos



"Año de la esperanza y el fortalecimiento de la democracia"

CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

De: Mg. Luis Moreyra Toral
Subdirector de la Institución Educativa N° 5085 "Ramiro Prialé Prialé" - Callao

Fecha: Callao, 30 de marzo de 2026.

Por medio de la presente, se deja constancia que la bachiller en psicología **ROSA AUGUSTA ORELLANA MAGALLANES**, identificada con DNI N° 25845972, cuenta con la autorización correspondiente de esta institución educativa para continuar con el desarrollo de su trabajo de investigación titulado "Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del Callao, 2026".

Asimismo, se le otorga el permiso correspondiente para el ingreso a la institución y la aplicación de los instrumentos necesarios para la recolección de datos, de acuerdo con los objetivos planteados en su investigación.

La presente constancia se expide a solicitud del interesado para los fines académicos y administrativos que considere convenientes.



Mg. Luis Moreyra Toral
SUB DIRECTOR SECUNDARIA
I.E. RAMIRO PRIALÉ PRIALÉ

12% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 9%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 9%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 9% Fuentes de Internet
- 3% Publicaciones
- 9% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Trabajos entregados POSGRADO on 2025-12-02	1%
2	Internet hdl.handle.net	1%
3	Trabajos entregados Universidad Wiener on 2026-06-22	<1%
4	Trabajos entregados Facultad de Psicología on 2025-10-13	<1%
5	Internet repositorio.ucv.edu.pe	<1%
6	Trabajos entregados Universidad Wiener on 2026-06-20	<1%
7	Internet repositorio.uwiener.edu.pe	<1%
8	Internet repositorio.continental.edu.pe	<1%
9	Trabajos entregados Saint Leo University on 2026-03-16	<1%
10	Internet repositorio.uladech.edu.pe	<1%
11	Trabajos entregados PREGRADO on 2025-10-30	<1%