



Universidad
Indoamérica

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR
HUMANO
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN
ADOLESCENTES EN UNA UNIDAD EDUCATIVA

Trabajo de Integración Curricular previo a la obtención del título de Licenciadas en
Psicología.

Autor(a)

Anahi Velástegui Rodríguez

Tutor(a)

Ps. Cl. Leonel Alexander Llerena
Aguirre, Mg.

AMBATO– ECUADOR
2024

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL
TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

Yo, Anahi Velástegui Rodríguez, declaro ser autor del Trabajo de Integración Curricular con el nombre “BIENESTAR PSICOLÓGICO Y APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN ADOLESCENTES EN UNA UNIDAD EDUCATIVA”, como requisito para optar al grado de Licenciada en Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Ambato, a los 22 días del mes de Julio de 2024, firmo conforme:



Autor: Anahi Velástegui Rodríguez
Número de Cédula: 1600714081
Dirección: Mera, Ciudadela Popular, vía Río Anzu.
Correo Electrónico: anahi.velasteguirodriguez@gmail.com
Teléfono: 0997564939

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “BIENESTAR PSICOLÓGICO Y APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN ADOLESCENTES EN UNA UNIDAD EDUCATIVA” presentado por Anahi Velástegui Rodríguez, para optar por el Título de Licenciada en Psicología,

CERTIFICO

Que dicho Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte los Lectores que se designe.

Ambato, 22 de Julio de 2024




Ps. Cl. Leonel Alexander Llerena Aguirre, Mg.

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente Trabajo de Integración Curricular, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciada en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Ambato, 22 de Julio 2024



Anahi Velástegui Rodríguez

1600714081

APROBACIÓN DE LECTORES

El Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN ADOLESCENTES EN UNA UNIDAD EDUCATIVA previo a la obtención del Título de Licenciada en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del Trabajo de Integración Curricular.

Ambato, 19 de agosto de 2024



Ps. Cl. Stefania Del Roció Llerena Freire, Mg

LECTORA



Ps. Cl. Verónica Elizabeth Labre Tarco, Mg.

LECTORA

DEDICATORIA

Dedico este logro académico a mis amados padres, Oliverio Velástegui y Adriana Rodríguez, cuyo amor incondicional, apoyo constante y sacrificios innumerables han sido la base sobre la cual he construido todos mis logros. Gracias por enseñarme el valor del esfuerzo, la dedicación y la perseverancia. Su fe en mí me ha dado la fuerza para superar cada obstáculo y seguir adelante en los momentos más difíciles. A mi hermana, Alina Velástegui, gracias por sus palabras de aliento, por creer en mí incluso cuando yo dudaba.

A mi querida abuelita, Marcía Pérez, cuya sabiduría, amor y enseñanzas han sido una guía constante en mi vida. Gracias por tus consejos, por tus historias llenas de sabiduría y por tu amor incondicional. Tu fortaleza y tu dedicación han sido una fuente de inspiración para mí y siempre llevaré tus enseñanzas en mi corazón.

A mi amada hija, Lía Alvarado, por ser mi mayor inspiración y la luz de mi vida. Cada sonrisa tuya me ha dado la energía para seguir adelante. Todo lo que hago es por ti y para ti, con la esperanza de que puedas ver en mí un ejemplo de perseverancia y dedicación. Tu presencia en mi vida me ha llenado de alegría y propósito.

A mi amado novio, Alex Alvarado, por ser mi roca y mi apoyo constante. Gracias por tu amor incondicional, tu paciencia infinita y tu comprensión. Tus palabras de aliento y tu confianza en mí me han dado la fuerza necesaria para superar cada desafío. Gracias por estar a mi lado en cada paso de este camino, celebrando mis éxitos y sosteniéndome en los momentos de duda.

Finalmente, dedico este trabajo a mí misma, por no rendirme nunca, por creer en mis sueños y por cada hora de estudio, esfuerzo y dedicación que he invertido para llegar hasta aquí. Este logro es una prueba de que, con determinación y trabajo duro, cualquier meta puede ser alcanzada.

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a todas las personas que, de una u otra manera, han contribuido a la realización de este trabajo de titulación. Sin su apoyo y guía, este logro no habría sido posible.

En primer lugar, agradezco a mi familia, cuyo amor incondicional, sacrificios y apoyo emocional y económico constante han sido fundamentales superar desafíos durante el trayecto académico.

A mis profesores y mentores, al docente José Acuña y Leonel Llerena, quienes con su conocimiento, paciencia y dedicación han sido una guía invaluable en mi formación académica y profesional. Su influencia ha sido crucial para mi crecimiento y desarrollo.

Finalmente, agradezco a todos aquellos que han contribuido de alguna manera a mi formación y desarrollo, incluyendo compañeros de clase y colegas, gracias por ser parte de este viaje. De igual manera, a la Unidad Educativa por participar y brindar aportes esenciales para el éxito de este trabajo.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA	I
AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.....	II
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	III
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	IV
APROBACIÓN DE LECTORES.....	V
DEDICATORIA.....	VI
AGRADECIMIENTO.....	VII
RESUMEN EJECUTIVO.....	X
ABSTRACT	XI
1. INTRODUCCIÓN	3
2. MARCO METODOLÓGICO	12
3. RESULTADOS.....	15
3.1 NIVEL GLOBAL DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES.....	16
3.2 DIMENSIONES DEL APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN LOS ADOLESCENTES.....	17
3.3 COMPARAR EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL APOYO SOCIAL PERCIBIDO SEGÚN EL SEXO.....	18
3.4 RELACIONAR EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN ADOLESCENTES.....	19
4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	21
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.	24

7. ANEXOS.....	31
-----------------------	-----------

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla No. 1 Descripción de datos de sexo de la ficha sociodemográfica	15
Tabla No. 2 Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov de las variables estudiadas ..	16
Tabla No. 3 Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov de las dimensiones de las variables estudiadas.....	16
Tabla No. 4 Frecuencias y porcentajes de los niveles de bienestar psicológico.....	16
Tabla No. 5 Estadísticos descriptivos de la variable bienestar psicológico.....	17
Tabla No. 6 Frecuencias y porcentajes de la dimensión familia de la variable apoyo social percibido.....	17
Tabla No. 7 Frecuencias y porcentajes de la dimensión amigos de la variable apoyo social percibido.....	17
Tabla No. 8 Frecuencias y porcentajes de la dimensión otro significativos de la variables apoyo social percibido.....	17
Tabla No. 9 Estadísticos descriptivos de las dimensiones de la variable apoyo social percibido.....	17
Tabla No. 10 Media de puntuaciones de las dimensiones por sexo.....	18
Tabla No. 11 Prueba T de las dimensiones de las variables estudiadas.....	18
Tabla No. 12 Rangos promedio de las dimensiones por sexo.....	19
Tabla No. 13 U de Mann-Whitney de las dimensiones de las variables estudiadas.....	19
Tabla No. 14 R de Pearson entre bienestar psicológico y apoyo social percibido.....	20
Tabla No. 15 R de Pearson entre las dimensiones con distribución paramétrica de las variables estudiadas.....	20
Tabla No. 16 Rho de Spearman entre las dimensiones con distribución no paramétrica de las variables estudiadas.....	21

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico No. 1	Dispersión entre bienestar psicológico y apoyo social percibido.....	20
---------------	--	----

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN ADOLESCENTES EN UNA UNIDAD EDUCATIVA

AUTOR(A): Anahi Velástegui Rodríguez

TUTOR (A): Ps.Cl. Leonel Alexander Llerena Aguirre, Mg

RESUMEN EJECUTIVO

La adolescencia es una etapa crucial para el desarrollo de la identidad y la autonomía. El bienestar psicológico y el apoyo social son fundamentales para mitigar los riesgos asociados a esta etapa. El objetivo de este estudio es relacionar el bienestar psicológico y apoyo social percibido en adolescentes de una Unidad Educativa. Se utilizó una metodología cuantitativa con diseño no experimental, de alcance correlacional y de corte transversal. Con una muestra de 80 estudiantes adolescentes de edades entre 11 y 19 años, a través de un muestreo no probabilístico. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, la Escala de Apoyo Social Percibido de Zimet (MSPSS) y una ficha sociodemográfica; por otro lado, para el análisis de los datos se desarrolló en el software IBM SPSS con la técnica de Rho de Spearman. Los resultados mostraron que los adolescentes presentan altos niveles de Bienestar Psicológico, actuando como factor protector, mientras que el Apoyo Social muestra valores bajos a promedio. No hay diferencias significativas en el Apoyo Social Percibido según sexo. La relación entre Bienestar Psicológico y Apoyo Social es positiva pero no significativa, excepto entre la dimensión de amigos y la dimensión de crecimiento personal.

DESCRIPTORES: Adolescencia, Ayuda social, Bienestar, Psicología, Salud Mental.

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND SOCIAL SUPPORT
PERCEPTION OF TEENAGERS IN A HIGH SCHOOL

AUTOR (A): Anahi Velástegui Rodríguez

TUTOR (A): Ps.Cl. Leonel Alexander
Llerena Aguirre, Mg

ABSTRACT

Adolescence is a crucial stage for the development of identity and autonomy. Psychological well-being and social support are fundamental to mitigating the risks associated with this stage. The study aims to relate psychological well-being and perceived social support of teenagers in high school. A quantitative methodology with a non-experimental, correlational, and cross-sectional design was used in a sample of 80 teenage students between the ages of 11 and 19 through non-probabilistic sampling. The Ryff Psychological Well-Being Scale, the Zimet Perceived Social Support Scale (MSPSS), and a sociodemographic card were used for data collection; moreover, data analysis was developed in IBM SPSS software. The results showed that teenagers present high levels of psychological well-being, that acts as a protective factor, while social support shows low levels to average values. There are no significant differences in Perceived Social Support according to gender. Psychological Well-Being and Social Support are positively related but not meaningful, except in the dimension of friends and personal growth.

KEYWORDS: Adolescence, mental health, psychology, social support, well-being

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN ADOLESCENTES EN UNA UNIDAD EDUCATIVA

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND PERCEIVED SOCIAL SUPPORT IN ADOLESCENTS IN AN EDUCATIONAL UNIT

Autor: Anahi Velástegui Rodríguez
avelastegui8@indoamerica.edu.ec

Tutor: Leonel Alexander Llerena Aguirre
leonelllerena@uti.edu.ec

Lector: Stefanía del Rocío Llerena Freire
stefaniallerena@uti.edu.ec

Lector: Verónica Elizabeth Labre Tarco
veronicalabre@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la obtención del título de Psicólogo General de la Universidad Tecnológica Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

Ambato, Ecuador.
Julio de 2024.

RESUMEN

La adolescencia es una etapa crucial para el desarrollo de la identidad y la autonomía. El bienestar psicológico y el apoyo social son fundamentales para mitigar los riesgos asociados a esta etapa. El objetivo de este estudio es relacionar el bienestar psicológico y apoyo social percibido en adolescentes de una Unidad Educativa. Se utilizó una metodología cuantitativa con diseño no experimental, de alcance correlacional y de corte transversal. Con una muestra de 80 estudiantes adolescentes de edades entre 11 y 19 años, a través de un muestreo no probabilístico. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, la Escala de Apoyo Social Percibido de Zimet (MSPSS) y una ficha sociodemográfica; por otro lado, para el análisis de los datos se desarrolló en el software IBM SPSS con la técnica de Rho de Spearman. Los resultados mostraron que los adolescentes presentan altos niveles de Bienestar Psicológico, actuando como factor protector, mientras que el Apoyo Social muestra valores bajos a promedio. No hay diferencias significativas en el Apoyo Social Percibido según sexo. La relación entre Bienestar Psicológico y Apoyo Social es positiva pero no

ABSTRACT

Adolescence is a crucial stage for the development of identity and autonomy. Psychological well-being and social support are fundamental to mitigate the risks associated with this stage. The aim of this study is to relate psychological well-being and perceived social support in adolescents of an educational unit. A quantitative methodology with a non-experimental, correlational and cross-sectional design was used in a sample of 80 adolescent students between the ages of 11 and 19 years, through a non-probabilistic sampling. The Ryff Psychological Well-Being Scale, the Zimet Perceived Social Support Scale (MSPSS) and a sociodemographic card were used for data collection; on the other hand, data analysis was developed in IBM SPSS software. The results showed that the adolescents present high levels of Psychological Well-Being, acting as a protective factor, while Social Support shows low to average values. There are no significant differences in Perceived Social Support according to sex. The

significativa, excepto entre la dimensión de amigos y la dimensión de crecimiento personal.

Palabras Clave: *Adolescencia, Ayuda social, Bienestar, Psicología, Salud Mental.*

relationship between Psychological Well-being and Social Support is positive but not significant, except between the friend's dimension and the personal growth dimension.

Keywords: *Adolescence, Social assistance, Well-being, Psychology, Mental Health.*

1. INTRODUCCIÓN.

En la presente investigación, se tratará el tema del bienestar psicológico y el apoyo social percibido en adolescentes de la Unidad Educativa. Para entender correctamente estos fenómenos, se examinará su relación desde el punto de vista de la Psicología clínica, una disciplina que se dedica al estudio, diagnóstico y tratamiento de los trastornos mentales y emocionales, y que ofrece un marco teórico y práctico significativo para comprender el bienestar psicológico y el apoyo social percibido en adolescentes.

Por ello, el enfoque de este estudio es el humanismo, según Rodríguez (2008) es una doctrina que afirma la alta dignidad del hombre, la naturaleza de la racionalidad y el propósito de este, enfatizando su autonomía, libertad y humanidad. La capacidad de transformación histórica y social (p. 89). Este enfoque tiene como objetivo comprender cómo las personas dan sentido al mundo, comenzando por capturar las perspectivas que les permiten prosperar en su entorno (Paniagua, 2022).

Además, el enfoque antes mencionado es referenciado por diversos autores, como Abraham Maslow, quien menciona que toda actividad brinda una motivación que se enfoca en el objetivo de poder cubrir ciertas necesidades, las cuales se pueden clasificar según la importancia que tienen para lograrse el bienestar y satisfacción de las personas y Carl Rogers, con su énfasis en el proceso terapéutico centrado en el cliente, ofrecen perspectivas útiles para abordar las variables de esta investigación (Paniagua, 2022).

Esta perspectiva humanista nos permite entender cómo el bienestar psicológico está intrínsecamente ligado a la satisfacción de estas necesidades básicas y al apoyo social percibido. Cuando las personas se sienten seguras, amadas y aceptadas, están más capacitadas para desarrollar su potencial y enfrentar los desafíos de la vida de manera saludable (Bueno, 2023). El apoyo social percibido, es decir, la percepción de que se cuenta con un sistema de apoyo emocional y práctico también juega un papel crucial en la promoción del bienestar psicológico al proporcionar un recurso invaluable durante tiempos de dificultad y estrés (Arce, 2023). La falta de apoyo social puede contribuir al desarrollo de trastornos mentales, mientras que un adecuado apoyo social puede promover la salud mental y el bienestar emocional (López, 2023).

Partiendo de entender que los adolescentes son individuos en la etapa intermedia entre la infancia y la edad adulta, generalmente comprendidos entre los 10 y los 19 años (OMS, 2011). Esta etapa se caracteriza por cambios físicos, emocionales, cognitivos y sociales significativos, y representa un período crucial para el desarrollo de la identidad y la autonomía (López, 2023).

De acuerdo con Rodríguez & Barajas (2020) la adolescencia es una fase de construcción de identidad, desarrollo de nuevas formas de pensamiento, incluyendo la capacidad de razonamiento moral, y fortalecimiento de relaciones sociales, lo que ofrece una oportunidad única para la consolidación de valores y fortalezas humanas, para ello deberá tener un adecuado apoyo social, que le guíe a desarrollar un estado óptimo de

salud mental para enfrentar los desafíos propios de la etapa.

Bajo una perspectiva similar Sánchez y Bresó (2020), describe la adolescencia como un período de cambios múltiples, tanto físicos como emocionales, donde los jóvenes tienen necesidades objetivas y subjetivas específicas, al tiempo que demuestran habilidades en desarrollo.

Dentro del ciclo vital, la adolescencia se divide en cinco fases claramente diferenciadas, según Parra (2023) preadolescencia, adolescencia temprana, adolescencia propia, adolescencia tardía y post adolescencia. Se enfoca particularmente en la adolescencia temprana debido a las transformaciones significativas que ocurren durante este período y su relevancia para las demandas familiares y sociales.

La adolescencia temprana se caracteriza por cambios físicos, transformaciones cognitivas y la transición del grupo primario al grupo de pares. Esto puede dar lugar al conformismo entre iguales y a cambios en el estado de ánimo y la conducta. Los cambios experimentados durante la adolescencia afectan principalmente tres áreas: la cognición, la identidad y el proceso de socialización, lo que puede dejar al adolescente en una situación vulnerable, si no posee una guía adecuada por parte de sus progenitores o cuidadores, por tanto, el apoyo social será un punto clave en el adecuado desarrollo del bienestar del adolescente (Medina, 2022).

Bajo tal contexto, esta etapa del desarrollo puede ser una etapa sensible para la

aparición de comportamientos de riesgo, que pueden tener consecuencias negativas para la salud, la economía y la vida social. La vulnerabilidad se ve exacerbada por contextos de inseguridad y relaciones deficientes, lo que expone a los adolescentes a situaciones de riesgo y aislamiento, lo que puede manifestarse en comportamientos violentos o conductas de riesgo (Paniagua, 2022).

Los factores de riesgo y protección juegan un papel crucial en la adaptación del adolescente. Identificar estos factores es fundamental para comprender y abordar las necesidades de los jóvenes en esta etapa de la vida. Los factores protectores se consideran recursos que protegen la salud y el bienestar del adolescente, mitigando el impacto de los factores de riesgo. Para este estudio, se consideran dos variables clave: el bienestar psicológico, como factor interno, y las redes de apoyo social, que incluyen familia, amigos, escuela y comunidad, como factores externos (Rodríguez y Barajas, 2020).

Por tanto, es necesario entender la connotación de las variables de estudio, partiendo del bienestar psicológico, término que hace referencia al estado general de satisfacción y equilibrio emocional de una persona. Carol Ryff (1989) ha sido una de las teóricas más influyentes en el ámbito del bienestar o salud positiva. Ella argumenta que el bienestar psicológico está vinculado al desarrollo del verdadero potencial de uno mismo, y así, este término sería el resultado de una vida feliz. El modelo teórico propuesto por Ryff (1989b) es esencial para el estudio del bienestar psicológico, dado que establece que este bienestar se compone

de seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con los demás, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Además, es crucial considerar la etapa evolutiva de cada individuo (Fernández, 2020).

Asimismo, Según García et al. (2020) se presenta como un factor de protección debido a su fundamento en el sentido de realización y crecimiento personal. Este sentido de bienestar favorece comportamientos más adaptativos durante la adolescencia, lo que contribuye a minimizar los riesgos asociados. Se entiende como un indicador positivo de la relación de uno mismo con su entorno, incorporando aspectos valorativos y afectivos que influyen en la proyección futura y el propósito de la vida (Che Y, 2022).

Este bienestar surge de la relación entre la persona y su entorno, y se experimenta gracias a la posesión de recursos psicológicos que facilitan el afrontamiento exitoso de las demandas internas y externas. Se considera un indicador clave de la salud mental, aunque no necesariamente implica la ausencia de síntomas (Jiménez y Axpe, 2021).

La investigación sobre este constructo es importante debido al impacto que tiene en la calidad de vida de las personas, yendo más allá de los estados emocionales y las valoraciones personales para promover el desarrollo óptimo de los individuos (Cordero y Páez, 2024).

Es crucial distinguir entre el bienestar psicológico y el bienestar subjetivo. Mientras que el bienestar subjetivo se

relaciona con una perspectiva hedonista que busca maximizar el placer y la ausencia de problemas, el bienestar psicológico se basa en una perspectiva eudaimónica que enfatiza el desarrollo del verdadero potencial personal y la realización del ser. Así, el bienestar psicológico está asociado con el crecimiento personal y el esfuerzo por alcanzarlo (Barrio, 2022).

Por otro lado, el apoyo social percibido hace referencia a la consolación y ayuda que se brinda a otros para enfrentar una variedad de situaciones estresantes fisiológicas, psicológicas y sociales, según el Diccionario de la Asociación de Psicología Americana (APA). Cualquier relación interpersonal en la red social de una persona, como sus vecinos, amigos, familia, comunidad, instituciones, organizaciones religiosas, colegas, cuidadores o grupos de apoyo, puede proporcionar apoyo social. Existen tres tipos de apoyo social que percibe una persona; sin embargo, el apoyo emocional es el más importante porque le da la sensación de valoración, aceptación y comprensión. Se ha demostrado que el apoyo social es bueno para la salud física y mental, especialmente para aliviar el estrés (Mariano, 2021).

Pero además es necesario establecer que el apoyo social puede ser percibido de diferentes maneras, obteniendo así una clasificación de acuerdo con Gutiérrez et al. (2021), se enlista el apoyo emocional el cual implica recibir comprensión, empatía, afecto y consuelo de los demás, manifestándose a través de gestos de cariño, escucha activa y expresiones de apoyo en momentos difíciles. El apoyo instrumental se refiere a la asistencia tangible o material proporcionada por otros, como ayuda

financiera, apoyo en tareas domésticas, transporte u otras formas prácticas de ayuda que facilitan la vida cotidiana del individuo. El apoyo informativo implica recibir consejos, orientación, información útil o conocimiento relevante de otras personas. Puede estar relacionado con la resolución de conflictos, la toma de decisiones o el desarrollo de habilidades y recursos. El apoyo social de pertenencia se refiere al sentimiento de inclusión, aceptación y conexión social que se experimenta al formar parte de un grupo o comunidad. Este tipo de apoyo se obtiene a través de la interacción social, el sentido de identidad compartida y el sentimiento de pertenencia a un grupo (Jiménez y Axpe, 2021).

Es importante reconocer el papel fundamental que desempeñan las relaciones con los demás, los atributos personales que comúnmente actúan como protectores durante la adolescencia, se forman a través de las relaciones y el apoyo social. Ya que, establecer vínculos con otras personas contribuye a crear una red de apoyo emocional, instrumental y social que brinda respaldo en momentos de necesidad (García et al., 2020).

Es por ello, las redes de apoyo social juegan un papel significativo en el progreso del adolescente y están estrechamente vinculadas al bienestar psicológico. Bajo tal contexto, es crucial promover el ajuste psicosocial en esta etapa pues, numerosos estudios han demostrado que el apoyo percibido de los principales agentes de socialización, como la familia y los amigos, determinan dicho bienestar (Jiménez y Axpe, 2021).

En relación con la familia, se destaca su importancia durante la adolescencia. Aunque este período se caracteriza por la búsqueda de independencia, también se mantiene una fuerte necesidad de pertenencia. La familia puede ser un factor protector fundamental si proporciona un entorno saludable para el adolescente. Se la considera la principal red social para desarrollar habilidades y superar desafíos, pero también puede actuar como un obstáculo si no promueve comportamientos adecuados para la vida en sociedad (Medina, 2022).

Por tal motivo, se menciona a la familia, como la fuente básica de la sociedad, es crucial para el desarrollo de sus miembros. A través de ella, se adquieren habilidades y pautas de comportamiento adaptativas. Sin embargo, durante la adolescencia, tanto el individuo como la familia experimentan cambios significativos. Los padres deben adaptarse a las demandas cambiantes de sus hijos, lo que implica redefinir roles y establecer nuevos límites (Barrio, 2022).

En medio de los cambios característicos de la adolescencia y el consiguiente distanciamiento que frecuentemente se experimenta, la influencia de la familia en el ajuste de los hijos continúa siendo significativa. Esta influencia es beneficiosa cuando en el pasado se establecieron vínculos estrechos, se dedicó tiempo a actividades recreativas compartidas, se mostraron calidez y afecto, así como límites claros, lo que permitió que el apego se mantuviera durante la adolescencia. Este apego, a su vez, tiene un impacto en la forma en que se desarrolla la comunicación dentro de la familia.

La comunicación familiar no se limita únicamente a compartir información, sino que también abarca el intercambio de afectos, expectativas, creencias, opiniones y tiempo de convivencia. Es un proceso crucial en la individuación de los adolescentes y en la promoción de su autonomía. Cuando la comunicación familiar es abierta, fluida, clara y empática, funciona como un factor de protección, fomentando comportamientos adaptativos. En contraste, cuando hay rechazo, críticas constantes o falta de atención a las necesidades del adolescente, la comunicación se convierte en un factor de riesgo (López, 2023).

Según la teoría del aprendizaje social, los adolescentes asimilan conductas sociales observando y modelando el comportamiento de sus pares. El refuerzo de comportamientos, tanto positivos como negativos, influye en la internalización de normas sociales del grupo de iguales. Aunque a menudo se asocia la influencia de los iguales con comportamientos de riesgo, es importante destacar que también pueden desempeñar un papel fundamental en la adopción de comportamientos saludables (Rodríguez y Barajas, 2020).

Dentro del grupo de pares, es común que los adolescentes establezcan vínculos más estrechos con algunos de ellos, quienes suelen ser considerados sus mejores amigos. Estas amistades, e incluso relaciones románticas si surgen, son percibidas por el adolescente como personas significativas en cuanto al apoyo emocional, lo cual puede actuar como un factor protector (López, 2023).

De acuerdo con Higuera y Cardona (2020), los amigos juegan un papel esencial en la calidad de vida del adolescente, ya que están vinculados a la sensación de ser aceptado e integrado en un grupo de iguales. El apoyo percibido de los amigos no solo implica sentirse aceptado, sino también amado y valorado, lo cual es un predictor importante de la salud mental en los adolescentes. En cambio, la falta de este apoyo puede limitar el ajuste psicosocial.

La interacción social entre amigos proporciona a los adolescentes un espacio para explorar aspectos del mundo adulto, compartir vivencias, emociones y tiempo libre de manera no estructurada. De manera similar, este entorno actúa como un contexto para fomentar el desarrollo positivo al fortalecer la autoestima, brindar apoyo emocional y satisfacer necesidades de compañía. Además, ofrece la oportunidad de desarrollar habilidades emocionales que contribuyen a una mejor autorregulación y al establecimiento de relaciones funcionales y positivas (Oliva, 2021).

No obstante, es crucial reconocer que la pertenencia a un grupo puede llevar al adolescente a realizar acciones que individualmente no llevaría a cabo, y en ocasiones, estas conductas pueden implicar riesgos para su integridad física, emocional y social, así como para la de sus compañeros. Aunque idealmente la interacción con pares sea un indicador de ajuste psicológico, es imprescindible tener en consideración estos posibles riesgos (Méndez y Lemos, 2021).

El grupo de iguales se convierte en una de las principales redes de apoyo social después de la familia, ya que proporciona un tipo de

apoyo que la familia no siempre puede ofrecer en ciertas situaciones.

A su vez, este mundo de iguales se encuentra presente en los entornos educativos. La escuela representa un contexto fundamental en la vida del adolescente, ya que pasa gran parte del día en ella (Peñaloza, 2022). Además de compartir conocimientos, la escuela es un espacio donde se establecen relaciones con iguales y adultos, lo que brinda la oportunidad de desarrollar habilidades sociales diversas.

Es por ello por lo que, para muchos estudiantes, la escuela es un refugio donde pueden encontrar un ambiente de paz que a veces no encuentran en sus hogares. En este sentido, la escuela no solo es un lugar de aprendizaje académico, sino también un espacio vital para la vida adolescente, donde se construyen relaciones significativas y se desarrollan habilidades sociales importantes (De la Mora et al., 2019).

Al desempeñar un papel crucial en la vida del adolescente, la escuela influye en la adquisición de rutinas y hábitos que son transmitidos por los compañeros o profesores, introduciendo a los estudiantes en prácticas sociales. Sin embargo, es importante señalar que la responsabilidad de criar al adolescente no recae exclusivamente en la escuela, por lo que no debe esperarse que asuma tareas que no le corresponden (Medina, 2022).

Paniagua, (2022), los centros educativos no solo cumplen una función académica, sino que también pueden proporcionar un entorno acogedor tanto para los alumnos como para los docentes. En este sentido, la

escuela actúa como un factor de protección cuando los adolescentes perciben a otros adultos como un apoyo emocional y los docentes sirven como modelos de conducta responsable, generando un contexto afectuoso y estimulante. Del mismo modo, el establecimiento de normas dentro de la escuela brinda estructura, lo que es fundamental en esta etapa del desarrollo.

La escuela se convierte así en un centro de vida social para el adolescente, donde establece relaciones significativas con compañeros y profesores. Un buen clima social en la escuela favorece un sentido de bienestar personal y contribuye al desarrollo positivo de los estudiantes (Méndez y Lemos, 2021). La escuela no opera en un vacío, sino que forma parte de una comunidad más amplia. Durante la adolescencia, la comunidad ejerce una influencia significativa, ya que los adolescentes pasan más tiempo fuera de casa y están expuestos a las condiciones del entorno. El barrio puede convertirse en un factor de protección si ofrece seguridad, límites claros, valoración positiva de los adultos y acceso a recursos como centros deportivos, servicios de salud, actividades culturales y espacios recreativos al aire libre (Méndez y Lemos, 2021).

En conjunto con la familia y la escuela, la comunidad representa uno de los entornos de socialización más cruciales para el bienestar de los adolescentes y una fuente invaluable de apoyo. Es en la comunidad donde se establecen amistades, se forman redes sociales y se adquieren habilidades sociales que complementan lo enseñado en el hogar y en la escuela. Mediante la interacción social, los adolescentes asimilan

normas sociales, expectativas y roles que la sociedad les requiere cumplir (Méndez y Lemos, 2021).

Según lo mencionado previamente, el apoyo social se refiere a la ayuda mutua entre individuos que comparten diversos entornos como hogares, escuelas, vecindarios, lugares de trabajo u organizaciones comunitarias. Agregan que este apoyo también abarca la identidad derivada del sentimiento de pertenencia y la percepción de que la comunidad brinda seguridad y estabilidad (López y Herrera, 2019).

Estas ideas resaltan que el apoyo proveniente del entorno vecinal está asociado con un mejor ajuste en los adolescentes, especialmente cuando participan en actividades que ponen a prueba sus habilidades y aprovechan los recursos comunitarios, como la eficacia colectiva y las redes de apoyo entre vecinos, como menciona (Méndez y Lemos, 2021). Por otro lado, en condiciones de pobreza, falta de cohesión social, desinterés e inseguridad, pueden surgir comportamientos de riesgo.

Este análisis indica que los adolescentes están expuestos a vulnerabilidades no solo por los cambios internos que atraviesan, sino también por las condiciones externas que, si son perjudiciales, pueden aumentar la probabilidad de comportamientos problemáticos. Por consiguiente, es fundamental explorar los caracteres individuales, sociales o culturales que pueden actuar como factores de riesgo o de protección, dependiendo del contexto sociocultural e histórico.

De esta manera, la investigación sobre el bienestar psicológico y el apoyo social en adolescentes representa un área crucial en la psicología clínica. A nivel global, se estima que uno de cada siete adolescentes de entre 10 y 19 años sufre de algún trastorno mental, representando estos trastornos el 13% de la carga global de enfermedades en ese grupo etario. Además, se calcula que el 3,6% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 4,6% de los de 15 a 19 años sufren de trastornos de ansiedad, mientras que el 1,1% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 2,8% de los de 15 a 19 años padecen depresión. La depresión y la ansiedad comparten síntomas como cambios rápidos e inesperados en el estado de ánimo, lo que contribuye a que el suicidio sea la cuarta causa de muerte entre los adolescentes mayores de 15 a 19 años a nivel mundial (OMS, 2021).

En Almería, España, se llevó a cabo un estudio titulado "Activos para el desarrollo, adaptación a la escuela y bienestar subjetivo en adolescentes", enfocado en el bienestar psicológico. La investigación contó con la participación de 1317 adolescentes con edades comprendidas entre los 14 y los 18 años. Empleando modelos de ecuaciones estructurales, se analizaron los efectos de variables como la autoestima, el apoyo social y el control emocional en la satisfacción con la escuela y la satisfacción general con la vida de los adolescentes. Los hallazgos revelaron que tanto la autoestima como el apoyo familiar tienen influencias positivas directas sobre la satisfacción con la vida de los adolescentes. Además, se encontraron efectos significativos e indirectos del apoyo social en la escuela y el apoyo familiar sobre la satisfacción con la vida, mediados por la satisfacción con la escuela (Santiago, 2015).

Así mismo, un estudio llevado a cabo por UNICEF encuestó a 8444 adolescentes y jóvenes en Latinoamérica y el Caribe, abarcando edades de 13 a 29 años. Los resultados indican que el 46% de los participantes ha experimentado una reducción en el interés por actividades que antes disfrutaban, mientras que el 36% ha reportado una disminución en la motivación para realizar tareas diarias. En general, el 73% de los encuestados ha expresado la necesidad de buscar ayuda en relación con su bienestar físico y mental (Unicef, 2020).

Por otro lado, en Ecuador, un estudio publicado en la revista de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca investigó el impacto de la migración de los padres en el bienestar psicológico de los adolescentes. La investigación entrevistó a 659 adolescentes, de los cuales el 43% eran mujeres y tenían una edad promedio de 13,9 años. Además, se consideraron datos sociodemográficos para ampliar la comprensión del problema. Según los hallazgos, el 46% de los adolescentes mostraron un mejor bienestar psicológico, mientras que el 54% restante reportó una menor sensación de bienestar psicológico debido a la ausencia de sus padres migrantes. Se destacó la existencia de diferencias demográficas que influyen directamente en la salud mental, subrayando la importancia de la presencia de los padres en la vida de los jóvenes. El estudio también señaló que este tema ha sido descuidado en el ámbito de la salud pública en Ecuador, abogando por la creación de políticas nacionales que aborden adecuadamente la salud mental (Pillacela, 2020).

En Ecuador, las tasas de suicidio en

adolescentes son alarmantes, representando entre el 15% y el 20% de las muertes por causas externas en este grupo de edad (Bahamón, 2023). Esto indica que el problema afecta de manera significativa a la población adolescente ecuatoriana, poniendo en tela de duda la situación de bienestar psicológico y su percepción de apoyo social, en los adolescentes. Los factores multifactoriales que contribuyen al suicidio, como los trastornos del estado de ánimo, el uso de sustancias psicoactivas y las experiencias de vida adversas, hacen que sea necesario un enfoque integral para abordar esta problemática (Bahamón, 2023). Situación que se debe considerar con el objetivo ayudar a la prevención de dicho escenario desalentador, ya que como se menciona varias pueden ser las causas para el suicidio adolescente, sin embargo, factores como la falta de recursos económicos, la disfunción familiar, el acoso escolar y la presión académica presentes en una Unidad Educativa. Pueden afectar negativamente su salud mental y capacidad de adaptación y detonar posiblemente escenarios catastróficos.

Investigaciones como las de Laino (2023), han destacado la importancia del bienestar psicológico como factor protector durante la adolescencia, mientras que estudios como los de Orcasita y Uribe (2020), han resaltado el papel del apoyo social en el desarrollo óptimo de los individuos, dejando de lado la correlación existente entre ambas variables.

Por tanto, es necesario profundizar en la comprensión de los factores particulares que afectan el bienestar psicológico y el apoyo social de los adolescentes en entornos educativos específicos. A pesar de la

importancia de estos temas, existe una falta de investigación en el contexto específico de la Unidad Educativa y otras instituciones educativas del mismo cantón. La escasez de estudios específicos en esta población y entorno educativo limita la comprensión de los factores que influyen en el bienestar psicológico y el apoyo social percibido por los adolescentes.

Esta ausencia de investigación impide la implementación de intervenciones efectivas por parte del departamento psicológico de la institución. Sin un entendimiento completo de las insuficiencias y desafíos específicos que desafían los adolescentes, es difícil diseñar programas de apoyo y prevención que sean verdaderamente efectivos y pertinentes para su bienestar.

Es evidente destacar que la falta de información en este ámbito no solo afecta a la comunidad educativa local, sino que también tiene implicaciones más amplias para la salud mental y el perfeccionamiento de los adolescentes y posiblemente en otras áreas con características similares. Sin datos concretos y contextualizados, es complejo implementar políticas y programas a nivel local que aborden de manera efectiva las necesidades de los jóvenes y promuevan su bienestar psicológico y social.

Es importante resaltar que esta investigación surge del interés en comprender mejor los factores que contribuyen al bienestar de los adolescentes en un entorno educativo específico. Se reconoce la importancia de abordar el bienestar y el apoyo social en esta etapa crucial del desarrollo, por otro lado, a nivel académico se proporcionará información valiosa para mejorar las

situaciones de vida de los jóvenes en el entorno educativo y sus alrededores.

Por tanto y para dar paso al desarrollo completo de la investigación surgen las siguientes preguntas de investigación:

¿Identificar la relación entre bienestar psicológico y apoyo social percibido en adolescentes de la Unidad Educativa?

¿Cuál es el nivel global del bienestar psicológico en los adolescentes de la Unidad Educativa de estudio?

¿Cuáles son las dimensiones del apoyo social percibido en los adolescentes de la Unidad Educativa de estudio?

¿Cómo se comparan el bienestar psicológico y el apoyo social percibido según el sexo de la Unidad Educativa de estudio?

Por lo tanto, se propone utilizar la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff para evaluar el bienestar psicológico, y la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido de Zimet (MSPSS) para medir el apoyo social percibido.

Objetivo General:

Relacionar el bienestar psicológico y el apoyo social percibido en adolescentes de la Unidad Educativa.

Objetivos Específicos:

- Estimar el nivel global del bienestar psicológico en los adolescentes de la Unidad Educativa de estudio.

- Estimar las dimensiones del apoyo social percibido en los adolescentes de la Unidad Educativa de estudio.
- Comparar el bienestar psicológico y el apoyo social percibido según el sexo de la Unidad Educativa de estudio.

2. MARCO METODOLÓGICO.

La presente investigación se enmarca en el paradigma positivista, esta escuela utiliza el método científico para generar conocimiento, tomando en cuenta el empirismo, la medición y el razonamiento lógico para explicar fenómenos como patrones de conducta (Casari, 2020).

El objetivo de este paradigma, según Deroncelle (2023), es verificar hipótesis utilizando métodos estadísticos para determinar los parámetros de la variable y expresarlos de manera numérica, además de tener en cuenta que la realidad es única. El positivismo inicialmente surgió como un modelo de investigación aplicado en las ciencias físicas y naturales, y posteriormente se extendió al ámbito de las ciencias sociales. En este enfoque positivista hacia los fenómenos sociales, los métodos para generar conocimiento se fundamentan en técnicas de análisis de datos similares a las empleadas en métodos científicos convencionales. Además, este modelo propone la utilización de métodos provenientes de disciplinas como la medicina, la física o la biología. En el contexto de la investigación en ciencias sociales, se considera que este enfoque es fundamental para definir la auténtica ciencia social, argumentando que las ciencias humanas deben explicarse mediante leyes

naturales o métodos de conocimiento generalizados (Ramos, 2015). Con relación a la investigación, se adoptó este paradigma ya que se centrará en el estudio del bienestar psicológico y el apoyo social percibido de manera objetiva y además mediante la utilización de técnicas estadísticas se obtendrán los resultados para la verificación de los objetivos planteados.

Dentro de este paradigma se identifican tres dimensiones fundamentales: onto-epistemológica, metodológica y ético-política. La dimensión onto-epistemológica engloba una fusión de aspectos que incluyen la interrelación entre la concepción de la realidad y los métodos para obtener conocimiento. En este sentido, explora cómo la realidad influye en la comprensión del conocimiento y cómo este conocimiento se adquiere, y viceversa. Esta dimensión contempla diversos elementos como la perspectiva de la realidad, los métodos de investigación, el rol del investigador y la validación del conocimiento (Villa, 2020). Así, esta dimensión facilita la comprensión de la relación entre el bienestar psicológico y el apoyo social percibido por los adolescentes en su desarrollo cotidiano dentro del contexto en el que se desenvuelven.

Además de esto también se encuentra la dimensión metodológica, la cual se caracteriza por conformarse con estrategias y métodos que ayuda a realizar una investigación sobre una muestra, y esta sección ayuda a explicar cómo se obtuvieron y analizaron los datos. En relación con esta metodología, existen varios aspectos importantes, como la recopilación de datos, el diseño del estudio, el análisis, la

interpretación de los resultados y la confiabilidad y validez del estudio (Feria et al., 2019). Dentro de esta dimensión se abordaron los principios de la metodología cuantitativa, así como el tipo de diseño y su alcance, la población y muestra utilizada, las estrategias para el análisis de datos, y por último, las consideraciones éticas involucradas.

Como última dimensión se encuentra la ético-político, la cual se refiere a las implicaciones éticas, responsabilidades y valores asociados a la investigación. En ella se abordan, aspectos importantes como la ética de la investigación, el consentimiento informado, la confidencialidad, la privacidad y confidencialidad y la responsabilidad social. Los investigadores sostienen consideraciones éticas y políticas para justificar procedimientos que protejan los derechos y el bienestar de las personas involucradas en la investigación (Chamarro, 2020). En la presente investigación se tomó en cuenta la confidencialidad de respuestas del consentimiento y asentimiento informado, es decir, la información general de los participantes.

Por otro lado, este estudio se centró en una metodología cuantitativa, esta es un enfoque de investigación que mide y analiza datos utilizando técnicas numéricas y estadísticas. La mayoría de los datos se recopilan a través de encuestas y experimentos controlados. El propósito de la investigación cuantitativa es extender los hallazgos a una población más amplia (Hadi et al., 2023). La cual permitió lograr un análisis y comprensión de los datos seleccionados dentro de la investigación para llegar a los resultados y después desarrollarlos.

Este estudio se basa en un alcance correlacional en esta área de investigación se debe formular una hipótesis que muestre la relación entre dos o más variables. A nivel cuantitativo, se aplican métodos estadísticos inferenciales para producir resultados de investigación que beneficien a toda la población, con un diseño no experimental debido a que no se llevó a cabo un experimento, es decir, se observó los participantes en un entorno natural cotidiano y no se manipuló las variables. (Carlos, 2020). Además, este estudio utiliza un diseño de corte transversal ya que se basa en la recopilación de datos en un tiempo concreto, también realiza una sola medida retrospectiva, en otras palabras, se recoge la información en un determinado tiempo (Pereyra, 2022).

La muestra seleccionada es de tipo no probabilístico por conveniencia, lo que significa que se eligieron casos accesibles y disponibles para el estudio. Este enfoque se basa en la proximidad y accesibilidad de los sujetos al investigador (Otzen y Manterola, 2017).

Con relación a la población, se realizó una investigación con 80 adolescentes de sexo femenino y masculino de edades entre 11 y 19 años de la Unidad Educativa “Fray Jacinto Dávila” del Cantón Mera Provincia de Pastaza. En cuanto a los criterios de inclusión se determina los siguientes: a) adolescentes de entre 11 y 19 años de edad; b) adolescentes pertenecientes la U.E “Fray Jacinto Dávila”; c) contar con los permisos correspondientes, es decir, consentimientos y asentamientos informado. Por otro lado, los criterios de exclusión: a) adolescentes que presenten trastornos asociados a

dificultades en el aprendizaje; b) adolescentes bajo efectos de alguna sustancia que interfiera en su capacidad para comprender y responder a cuestionamientos; c) adolescentes menores de 11 años y mayores de 19 años de edad; d) adolescentes que no cuenten con un consentimiento y asentimiento informado legalmente autorizado.

Así mismo, para este estudio se tomó en cuenta las siguientes técnicas de producción de datos: ficha sociodemográfica, Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y Escala de Apoyo Social Percibido de Zimet.

La ficha sociodemográfica se define como un conjunto de preguntas cerradas diseñadas para recopilar información sobre las variables relevantes para determinar el perfil o las necesidades de un sujeto de estudio. Dentro de la ficha se encuentra lo siguiente: la edad, el sexo, la nacionalidad, el lugar de procedencia, el lugar de residencia, la zona de domicilio, la identificación étnica, el estado civil, la identificación religiosa, con quién vive, los problemas de salud, la escolaridad, la situación económica y de trabajo (Bacon, 2022).

La Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, Durante los últimos 30 años, varios investigadores han utilizado esta escala por lo que es de las más conocidas y validadas. Se obtuvieron alfas de Cronbach de 0.84 a 0.70 para los niveles de confiabilidad. Tiene de aplicación: 20 minutos como mínimo. La escala se aplica a la población de adolescentes y adultos. Según Ryff (1995), este constructo se define mediante seis dimensiones: autoaceptación, dominio del

entorno, relaciones positivas, crecimiento personal, autonomía y propósito de vida. La escala consta de 39 ítems a los cuales los participantes responden utilizando un formato tipo Likert, con puntajes que van de 1 a 6 y alcanzan un máximo de 234 puntos. Puntuaciones más altas, como 176 en adelante, indican un nivel muy alto de bienestar psicológico (BP); entre 141 y 175 indican un nivel alto; entre 117 y 140, moderado; y por debajo de 116, bajo. Además del puntaje global, es posible realizar análisis en cada dimensión para evaluar la predominancia de afectos positivos sobre los negativos, dado que el bienestar psicológico es un constructo multidimensional que engloba componentes emocionales y cognitivos diversos. Por ejemplo, el factor de autoaceptación incluye seis componentes, mientras que los factores de dominio del entorno, relaciones positivas y propósito de vida contienen siete, y el factor de crecimiento personal comprende ocho componentes (Solórzano, 2019).

Escala de Apoyo Social Percibido de Zimet (MSPSS), diseñada por Zimet (1988) creó una herramienta que consta de doce ítems para evaluar el apoyo social percibido de tres fuentes o dimensiones: familia, amigos y otras personas importantes. Algunos ítems como "mi familia hace un gran esfuerzo por ayudarme", "mis amigos hacen un gran esfuerzo por ayudarme" y "hay alguien especial cerca cuando lo necesito" se responden en una escala desde 1 hasta 5 indicando casi nunca o casi siempre. Un mayor puntaje en MSPSS indica una mayor aceptación social, el diseño validado en la ciudad de Lima, Perú por Juárez (2018), presenta una confiabilidad alfa de Cronbrach de .87. Esta escala se la aplica a

adolescentes y adultos (Gómez & Iluffi, 2020).

Por otra parte, la técnica de análisis de datos empleada en este estudio se desarrolló en el software IBM SPSS, que permite a los investigadores recopilar datos, probar hipótesis, elaborar correlaciones entre variables e identificar tendencias de forma sistemática (IBM Corp, 2017). Finalmente se utilizó la prueba de Rho de Rangos de Spearman para determinar si había o no una correlación entre las variables (Rodríguez, 2016). Esta técnica permitirá encontrar la relación entre las variables de bienestar psicológico y apoyo social percibido en los adolescentes de la Unidad Educativa.

Por último, las consideraciones éticas de acuerdo con Barreto (2011) son simplemente las acciones a través de las cuales los investigadores aplican los principios morales a una población específica de la práctica, por lo que menciona además, que son útiles para evitar riesgos al evaluar. Es por ello que esta investigación es principalmente importante proteger la privacidad y confidencialidad de la población adolescente a través de un consentimiento informado autorizado por el representante legal y el uso de un asentimiento informado autorizado por el menor de edad. Al mismo tiempo, la investigación se tomó en cuenta las normas éticas de Helsinki, que incluyen el principio fundamental del respeto por el individuo, su derecho a tomar decisiones una vez que se aclaren las ventajas y desventajas de participar en la investigación, respeto a la dignidad e integridad, disminución del daño al medio ambiente y compensación correspondiente por los daños causados a

los participantes de la investigación (Percio, 2020). También se tuvo en cuenta la última versión de la Ley Orgánica de Protección de Datos Personales de Ecuador para garantizar el anonimato de los participantes. Se les informó que su participación sería voluntaria y que los datos serían tratados con el debido cuidado y utilizados exclusivamente para los fines de la investigación.

3. RESULTADOS

En el siguiente apartado se desarrolla los resultados obtenidos de la aplicación de los reactivos descritos a una población total de 80 adolescentes de ambos sexos entre edades de 11 y 19 años de la Unidad Educativa “Fray Jacinto Dávila”. Estos resultados se presentan con relación a los objetivos planteados, iniciando los datos de la ficha sociodemográfica, seguida de la utilización de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov la cual permite responder a los objetivos propuestos con mayor efectividad, además se describe los resultados de los objetivos específicos y para finalizar se describe los resultados del objetivo general.

Tabla 1

<i>Sexo</i>	Frecuencia	Porcentaje
Hombre	41	51,25%
Mujer	39	48,75%
Total	80	100,0%

El 51,25% de la población reportaron ser hombres ($n= 41$) y el 48,75% restantes mujeres ($n= 39$). Representando al sexo hombre como la mayoría de la muestra.

Tabla 2
Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov de las variables estudiadas

	Estadístico	Sig.
Bienestar psicológico	0,074	0,200
Apoyo social percibido	0,087	0,200

En la variable *bienestar psicológico* el valor del estadístico de la prueba Kolmogorov-Smirnov fue de 0,074 con una significación de 0,200 y en la variable *apoyo social percibido* fue de 0,087 con una significación de 0,200. En ambos casos la significación fue superior a 0,05 lo que fue indicativo de las variables se distribuyeron de manera normal, permitiendo el uso de pruebas de comprobación de hipótesis paramétricas para las variables estudiadas.

Tabla 3
Prueba Kolmogorov-Smirnov de las dimensiones de las variables estudiadas

	Estadístico	Sig.
Autoaceptación	0,135	0,001
Dominio del entorno	0,119	0,007
Relaciones positivas	0,112	0,015
Crecimiento personal	0,091	0,099
Autonomía	0,108	0,022
Propósito de vida	0,111	0,016
Familia	0,098	0,055
Amigos	0,090	0,162

Otros significativos 0,164 0,000

Para la verificación de hipótesis del tercer objetivo específico se realizó la prueba Kolmogorov-Smirnov en las dimensiones de ambas variables estudiadas. Las puntuaciones que siguieron una distribución normal fueron: *Crecimiento personal, Familia y Amigos*, mientras que las otras dimensiones presentaron una distribución anormal de sus puntuaciones, haciéndose necesario el uso de pruebas de comprobación de hipótesis no paramétricas para estos casos.

3.1 NIVEL GLOBAL DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES

Tabla 4
Frecuencias y porcentajes de los niveles de bienestar psicológico

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	6	7,50%
Moderado	15	18,75%
Alto	31	38,75%
Elevado	28	35,00%
Total	80	100,00%

El 7,50% de la población presentó un bienestar psicológico bajo ($n=6$), el 18,75% un nivel moderado ($n=15$), el 38,75% un nivel alto ($n=31$) y el 35,00% un nivel elevado ($n=28$). Evidenciándose como a la mayoría de la población con un nivel alto de bienestar psicológico.

Tabla 5
Estadísticos descriptivos de la variable bienestar psicológico

Media	Mínimo	Máximo
159,61	69	209

La media de puntuaciones de la variable *bienestar psicológico* fue de 159,61, con una puntuación mínima de 69 y una máxima de 209.

3.2 DIMENSIONES DEL APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN LOS ADOLESCENTES

Tabla 6
Frecuencias y porcentajes de la dimensión familia de la variable apoyo social percibido

Nivel de apoyo social	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	31	38,75%
Promedio	27	33,75%
Alto	22	27,50%
Total	80	100,00%

El 38,75% de la población obtuvo un nivel de apoyo social bajo en la dimensión *familia* ($n= 31$), el 33,75% un nivel promedio ($n= 27$) y el 27,50 un nivel alto ($n= 22$). La mayoría de los adolescentes mencionan tener un nivel bajo, es decir que, la persona casi nunca percibe el apoyo emocional por parte de su familia.

Tabla 7
Frecuencias y porcentajes de la dimensión amigos de la variable apoyo social percibido

Nivel de apoyo social	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	24	30,00%
Promedio	39	48,75%
Alto	17	21,25%
Total	80	100,00%

El 30,00% obtuvo un nivel bajo de apoyo social percibido en la dimensión *amigos* ($n= 24$), el 48,75% un nivel promedio ($n= 39$) y el 21,25% un nivel alto ($n= 17$). Considerando a 39 adolescentes en el nivel promedio, lo que se interpreta que, la persona a veces percibe el apoyo emocional por parte de sus amigos.

Tabla 8
Frecuencias y porcentajes de la dimensión otros significativos de la variable apoyo social percibido

Nivel de apoyo social	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	33	41,25%
Promedio	28	35,00%
Alto	19	23,75%
Total	80	100,00%

En la dimensión *otros significativos*, el 41,25% presentó un nivel bajo de apoyo social ($n= 33$), el 35,00% un nivel promedio ($n= 28$) y el 23,75% un nivel alto ($n= 19$). El total de 33 adolescentes presenta un nivel bajo en la dimensión, lo que significa que, las personas casi nunca perciben el apoyo emocional por parte de otras personas significativas.

Tabla 9
Estadísticos descriptivos de las dimensiones de la variable apoyo social percibido

	Media	Mínimo	Máximo
Familia	14,96	7	20
Amigos	13,20	4	20
Otros significativos	14,96	6	20

El promedio de puntuaciones en la dimensión *familia* de la variable *apoyo social percibido* fue de 14,96, al igual que en la dimensión otros significativos, mientras que en el caso de la dimensión *amigos* fue de 13,20. La puntuación mínima en la dimensión *familia* fue de 7, en la dimensión *amigos* fue de 4 y en la dimensión *otros significativos* fue de 6. En las tres dimensiones el puntaje máximo fue 20.

3.3 COMPARAR EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL APOYO SOCIAL PERCIBIDO SEGÚN EL SEXO

Para el cumplimiento del tercer objetivo específico se aplicó la prueba T para muestras independientes con las variables *crecimiento personal*, *amigos* y *familia*, dado que las mismas siguieron una distribución normal de sus puntuaciones, sin embargo, para las dimensiones restantes se aplicó la prueba estadística no paramétrica U de Mann-Whitney. Ambos estadísticos son indicados cuando la variable filtro posee dos categorías, como en el presente estudio, la variable sexo posee a la categoría hombre y mujer (McCrum, 2008).

Tabla 10
Media de puntuaciones de las dimensiones por sexo

Dimensión	Sexo	Media
Crecimiento personal	Hombre	29,12
	Mujer	28,36

Familia	Hombre	14,37
	Mujer	15,59
Amigos	Hombre	12,93
	Mujer	13,49

La puntuación promedio de hombres en la dimensión *crecimiento personal* fue de 29,12 y de mujeres 28,36; en la dimensión *familia* el promedio en hombres fue de 14,37 y en mujeres de 15,59; y en la dimensión *amigos* la media fue de 12,93 en el caso de los hombres y 13,49 en las mujeres.

Tabla 11
Prueba T de las dimensiones de las variables estudiadas

Dimensión	t	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias
Crecimiento personal	0,529	0,598	0,763
Familia	-1,559	0,123	-1,224
Amigos	-0,576	0,567	-0,560

La dimensión *crecimiento personal* presentó un valor de la prueba t de 0,529, con una significación de 0,598 y una diferencia de medias de 0,763; en la dimensión *familia* el valor de la prueba t fue de -1,559, con una significación de 0,123 y una diferencia de medias de -1,224; y en la dimensión *amigos* el valor de la prueba t fue de -0,576 con una significación de 0,567 y una diferencia de medias de -0,560.

La diferencia de medias en las tres dimensiones analizadas no fue estadísticamente significativa, dado que la significación fue superior a 0,05 en los tres casos.

Tabla 12

Rangos promedio de las dimensiones por sexo

Variable	Sexo	Rango promedio
Autoaceptación	Hombre	42,00
	Mujer	38,92
Dominio del entorno	Hombre	41,85
	Mujer	39,08
Relaciones positivas	Hombre	42,96
	Mujer	37,91
Autonomía	Hombre	43,01
	Mujer	37,86
Propósito de vida	Hombre	39,56
	Mujer	41,49
Otros significativos	Hombre	35,11
	Mujer	46,17

El rango promedio en hombres en la dimensión *autoaceptación* fue de 42,00 y en mujeres 38,92; en la dimensión *dominio del entorno* en hombres fue de 41,85 y en mujeres de 39,08; en la dimensión *relaciones positivas* en hombres fue de 42,96 y en mujeres de 37,91; en la dimensión *autonomía* en hombres fue de 43,01 y en mujeres de 37,86; en la dimensión *propósito de vida* en hombres fue de 39,56 y en mujeres de 41,49; y en la dimensión *otros significativos* el rango promedio en hombres fue de 35,11 y en mujeres de 46,17.

Tabla 13

U de Mann-Whitney de las dimensiones de las variables estudiadas

	U de Mann-Whitney	Sig. Asintótica (bilateral)
Autoaceptación	738,000	0,553

Dominio del entorno	744,000	0,592
Relaciones positivas	698,500	0,330
Autonomía	696,500	0,321
Propósito de vida	761,000	0,710
Otros significativos	578,500	0,032

El valor de la prueba U de Mann-Whitney en la dimensión *autoaceptación* fue de 738,000 ($p= 0,553$), en la dimensión *dominio del entorno* fue de 744,00 ($p= 0,592$), en la dimensión *relaciones positivas* fue de 698,500 ($p=0,330$), en la dimensión *autonomía* fue de 696,500 ($p= 0,321$), en la dimensión *propósito de vida* fue de 761,00 ($p= 0,710$), y en la dimensión *otros significativos* fue de 578,500 ($p= 0,032$). La única dimensión en la cual la diferencia de rangos promedio fue estadísticamente significativa fue *otros significativos* de la variable *apoyo social percibido*, en este caso los hombres (35,11) presentaron un rango promedio inferior al de las mujeres (46,17). En el resto de las dimensiones las diferencias no fueron estadísticamente significativas ($p > 0,05$).

3.3 RELACIONAR EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL APOYO SOCIAL PERCIBIDO EN ADOLESCENTES

Tabla 14

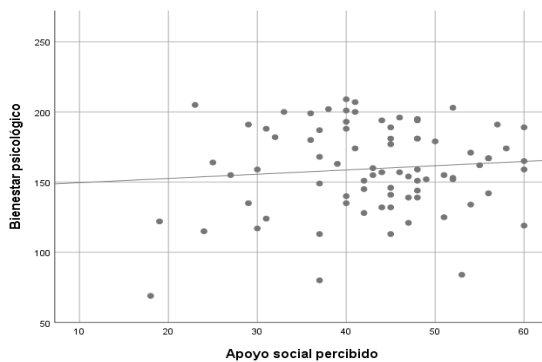
R de Pearson entre bienestar psicológico y apoyo social percibido

		Apoyo social percibido
Bienestar psicológico	Correlación de Pearson	0,095
	Sig. (bilateral)	0,402

El coeficiente de correlación de Pearson entre el *bienestar psicológico* y el *apoyo social percibido* fue de 0,095 con una significación de 0,402. La correlación fue positiva, sin embargo, no fue estadísticamente significativa, dado que el valor de la significación fue superior a 0,05.

Figura 4

Gráfica de dispersión entre bienestar psicológico y apoyo social percibido



Nota: Dispersión entre bienestar psicológico y apoyo social percibido

Tabla 15

R de Pearson entre las dimensiones con distribución paramétrica de las variables estudiadas

		Crecimiento personal
Familia	Correlación de Pearson	-0,050
	Sig. (bilateral)	0,663
Amigos	Correlación de Pearson	0,262
	Sig. (bilateral)	0,019

El coeficiente de correlación de Pearson entre la dimensión *familia* y *crecimiento personal* fue de -0,050 con una significación de 0,0663, mientras que el coeficiente de correlación entre la dimensión *amigos* de la variable *apoyo social percibido* y la dimensión *crecimiento personal* de la variable *bienestar psicológico* fue de 0,262 con una significación de 0,019. Solo la última correlación descrita fue positiva y estadísticamente significativa, ya que el p valor fue inferior a 0,05.

Tabla 16

Rbo de Spearman entre las dimensiones con distribución no paramétrica de las variables estudiadas

		Otros significativos
Autoaceptación	Coefficiente de correlación	-0,157
	Sig. (bilateral)	0,165

Dominio del entorno	Coefficiente de correlación	-0,114
	Sig. (bilateral)	0,312
Relaciones positivas	Coefficiente de correlación	-0,172
	Sig. (bilateral)	0,127
Autonomía	Coefficiente de correlación	-0,103
	Sig. (bilateral)	0,364
Propósito de vida	Coefficiente de correlación	-0,011
	Sig. (bilateral)	0,921

El coeficiente de correlación de la prueba estadística Rho de Spearman de la dimensión *otros significativos* y la dimensión *autoaceptación* fue de -0,157 ($p= 0,165$), con la dimensión *dominio del entorno* fue de -0,114 ($p= 0,312$), con la dimensión *relaciones positivas* fue de -0,172 ($p= 0,127$), con la dimensión *autonomía* fue de -0,103 ($p= 0,364$) y con la dimensión *propósito de vida* el coeficiente de correlación fue de -0,011 ($p=0,921$). Ninguna de las correlaciones antes descritas fue estadísticamente significativa, ya que la significación en todos los casos fue superior a 0,05.

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

El propósito de este estudio se desarrolla con el objetivo de exponer la relación del bienestar psicológico y apoyo social percibido en adolescentes de la Unidad Educativa “Fray Jacinto Dávila” del cantón Mera.

En relación con el nivel global de bienestar psicológico en adolescentes, se evidenció un nivel alto del 35,00% ($n=31$) de los adolescentes, lo que refleja que se encuentra contento y satisfecho con su vida, adecuada capacidad de desarrollo frente a los desafíos de la vida y presencia de una constante motivación. Estos resultados convergen con lo descrito por Rodríguez y Barajas (2020), quienes evidenciaron en su investigación realizada a 201 estudiantes adolescentes donde el 48,7 % de ellos presentaron niveles altos de bienestar psicológico. Asimismo, en un estudio realizado por Bahamón et al. (2019) a una población de 120 adolescentes de la ciudad de Colombia, se identificó que el 34,7% de ellos obtuvieron niveles altos de bienestar psicológico, describiendo una satisfacción con ellos mismos, control y autonomía para alcanzar metas.

Con respecto a las dimensiones de apoyo social percibido en los adolescentes. Los resultados mostraron un nivel bajo en la dimensión *familia* con un 38,75%, seguido por *otras personas significativas* con un 41,25% y, finalmente, la dimensión *amigos* con un nivel promedio del 48,75%. Esto indica que los adolescentes perciben ocasionalmente apoyo emocional de sus amigos, pero no tanto de su familia y otras personas significativas. Estos hallazgos divergen de lo

expuesto por Huerta et al. (2020) en un estudio de 627 adolescentes de la ciudad de Lima, quienes demostraron un mayor nivel de apoyo en las dimensiones de *familia* y *amigos* y un nivel promedio en *otras personas significativas* en una población adolescente de la ciudad de Lima, sugiriendo un alto apoyo emocional de la familia y amigos. Asimismo, un estudio realizado por Justiniano (2022) con 134 adolescentes de instituciones educativas de la ciudad de Lima, mostró un nivel alto en la dimensión de *amigos* 21,11%, seguido de *otras personas significativas* 20,67% y, finalmente, la dimensión de *familia* 19,76%, destacando la importancia de las amistades en el apoyo emocional de los adolescentes.

En cuanto a la comparación del bienestar psicológico y el apoyo social percibido entre hombres y mujeres, tanto de manera global como por dimensiones, los resultados reflejan que la única dimensión en la cual la diferencia de rangos promedio fue estadísticamente significativa fue *otras personas significativas* de la variable *apoyo social percibido*. En este caso, los hombres 35,11% presentaron un rango promedio inferior al de las mujeres 46,17%. En el resto de las dimensiones, las diferencias no fueron estadísticamente significativas ($p > 0,05$). Estos resultados convergen con el estudio realizado por Barrio (2022) con 107 adolescentes de la ciudad de España, donde se encontró que no existen diferencias significativas en relación con la categoría de sexo, tanto de manera global como por dimensiones. En contraste, los resultados divergen con un estudio realizado por Huerta et al. (2020), en una muestra de 627 adolescentes de la ciudad de Lima, se encontró que los varones perciben un mayor

apoyo social familiar, con un 33,4%, en comparación con las mujeres, mientras que las mujeres reportan un mayor soporte social proveniente de amistades, alcanzando un 33,55%.

Por último, en relación con el objetivo general de relacionar el *bienestar psicológico* y el *apoyo social percibido* en adolescentes de una Unidad Educativa, los resultados mostraron que la correlación global fue positiva, aunque no estadísticamente significativa, ya que el valor de significación fue superior a 0,05. Sin embargo, al analizar la correlación por dimensiones, se destacó que la dimensión *amigos* de la variable *apoyo social percibido* y la dimensión *crecimiento personal* de la variable *bienestar psicológico* presentaron una correlación de 0,262 con una significación de 0,019. Esta correlación fue positiva y estadísticamente significativa, ya que el valor p fue inferior a 0,05. Por el contrario, estos resultados divergen de un estudio realizado por Rodríguez y Barajas (2020), donde se descubrió que más de un tercio de los adolescentes informaron tener un nivel elevado de bienestar, seguidos por aquellos que se encuentran en un nivel medio. Se observaron correlaciones significativas con la comunicación familiar, el apoyo social de pares y el apoyo escolar, y en menor medida con el apoyo comunitario. Estos resultados son similares a los presentados en los estudios de Vivaldi y Barra (2012) y Cuadra-Peralta et al. (2016), en una población de la ciudad de Arica y Concepción, donde se encontraron correlaciones positivas y significativas entre el bienestar psicológico y el apoyo social percibido, así como una relación entre el bienestar psicológico y el apoyo social con la calidad de vida.

Finalmente, se concluye que la muestra de adolescentes presenta valores positivos en Bienestar Psicológico, así como valores bajos y promedio en las dimensiones de Apoyo Social. Es decir, en la variable de Bienestar Psicológico, los adolescentes mostraron un nivel alto, lo que sugiere que el bienestar psicológico actúa como un factor protector; desde la perspectiva del adolescente, predomina un nivel alto de bienestar psicológico, en contraste con las redes familiares, amigos u otras personas, que pueden convertirse en factores de riesgo debido a la falta de definición en algunos factores y una tendencia hacia niveles bajos en otros. Por otro lado, no se encontraron diferencias significativas en el Apoyo Social Percibido en cada dimensión. Los participantes de la Unidad Educativa “Fray Jacinto Dávila” no muestran diferencias significativas en relación con el sexo. Finalmente, aunque la relación entre Bienestar Psicológico y Apoyo Social es positiva, no resultó estadísticamente significativa, excepto en la dimensión de amigos de la variable Apoyo Social y la dimensión de crecimiento personal de la variable Bienestar Psicológico.

Con relación a las limitaciones presentadas durante el desarrollo del estudio, se mencionan las siguientes: a) falta de información literaria científica sobre el tema, la escasez de estudios previos que exploren la relación entre las variables propuestas dificultó la contextualización y comparación de los hallazgos obtenidos. Esta limitación subraya la necesidad de realizar más investigaciones en esta área para construir

un cuerpo de literatura más sólido, b) las condiciones climáticas adversas impidieron asistir con regularidad a las tutorías, lo que afectó la recolección de datos y el seguimiento continuo del estudio, c) el tamaño de la muestra podría ser insuficiente para obtener resultados más robustos y generalizables. Ampliar la población en futuros estudios podría proporcionar datos más significativos y representativos, d) algunos estudiantes mostraron falta de compromiso, lo que pudo influir en la calidad y consistencia de los datos recolectados. El nivel de motivación y participación de los adolescentes es un factor crítico que debe abordarse en estudios futuros y e) divergencia en los resultados debido al tipo de población estudiada: Los estudios comparativos mencionados en la discusión se realizaron en adultos mayores, lo que podría explicar las diferencias encontradas en los resultados.

En base a los resultados obtenidos de este estudio se recomienda realizar investigaciones con muestras más representativas en términos de cantidad y diversidad sociodemográfica. Esto permitirá obtener resultados más generalizables y una comprensión más completa de las variables investigadas. También es esencial llevar a cabo más investigaciones que exploren la relación entre el bienestar psicológico y el apoyo social percibido en adolescentes. Esto contribuirá a construir un cuerpo de literatura más desarrollado y a identificar factores específicos que influyen en estas variables.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Agustina, M. (2021). "APOYO SOCIAL PERCIBIDO DE PROGENITORES Y PARES, Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PRIMER AÑO". *Repositorio de Universidad Católica de Argentina*, 10-24.

Alvarez-Cabrera, Percy Leonardo, Lagos-Lazcano, Juan Pablo, & Urtubia Medina, Yibrán Andrés. (2020). Percepción de Bienestar Psicológico y Apoyo Social Percibido en adultos mayores. *Fides et Ratio - Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*, 20(20), 37-60. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-081X2020000200004&lng=es&tlng=es.

Álvarez-Risco, A. (2020). Clasificación de las investigaciones. Repositorio Institucional - Ulima. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/10818>

Arce Roca, A. M. G. (2023). Apoyo social percibido y autoeficacia general en estudiantes de una universidad pública de Lima.

Bacon-Shone, J. (2022). Introduction to Quantitative Research Methods.

Bahamón, M., Alarcón-Vásquez, Y., Cudris Torres, L., Trejos-Herrera, A., & Campo Aráuz, L. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes colombianos. *AVFT*, 38(5). Obtenido de https://revistaavft.com/images/revistas/2019/avft_5_2019/2_bienestar_psicologico.pdf

Bahamón, M.J.; Javela, J.J.; Vinaccia, S.; Matar-Khalil, S.; Cabezas-Corcione, A.; Cuesta, E.E. (2023). Risk and Protective Factors in Ecuadorian Adolescent Survivors of Suicide. *Children*, 10, 549. <https://doi.org/10.3390/children10030549>

Barrera, M. A. (30 de Noviembre de 2014). *Dialnet*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5156978.pdf>

Barreto, M. (2011). *Scielo*. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2011000200011#:~:text=Las%20consideraciones%20%C3%A9ticas%20no%20son,mundo%20concreto%20de%20la%20pr%C3%A1ctica.

Barrio, D. (2022). Bienestar psicológico, apoyo social percibido, compromiso académico y resiliencia en estudiantes universitarios en España. Universidad Europea Madrid.

Bueno Lacerda, A. G. (2023). Educación Emocional y Procesos de Aprendizaje.

Cañete, Roberto, Guilhem, Dirce, & Brito, Katia. (2012). Consentimiento informado: algunas

consideraciones actuales. *Acta bioethica*, 18(1), 121-127. <https://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2012000100011>

Carlos, R. G. (2020). LOS ALCANCES DE UNA INVESTIGACIÓN. *CienciAmérica*, 9(3), 3-5.

Casari, L. M. (2020). Diseños Cuantitativos de Investigación en Psicología: Una introducción. 25(2), 17-26.

Che Y, Lu J, Fang D, Ran H, Wang S, Liang X, Sun H, Peng J, Chen L, Xiao Y. Association between school bullying victimization and self-harm in a sample of Chinese children and adolescents: The mediating role of perceived social support. *Front Public Health*. 2022 Nov 10; 10:995546. doi: 10.3389/fpubh.2022.995546. PMID: 36438249; PMCID: PMC9687387.

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

Cuadra-Peralta, A., Medina, E. & Salazar, K. (2016). Relación de bienestar psicológico, apoyo social, estado de salud física y mental con calidad de vida en adultos mayores de la ciudad de Arica. *Límite*, 11(35), 56-67. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83646545005>

Deroncele, A. (2023). Paradigmas de investigación científica. Abordaje desde la competencia epistémica del investigador. *Paradigms of Scientific Research. Approach from the epistemic competence of the researcher* | Arrancada.

Feria Avila, H., Blanco Gómez, M. R., & Valledor Estevill, R. F. (2019). *LA DIMENSIÓN METODOLÓGICA DEL DISEÑO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA*. Cuba: Edacun.

Fernández, T. H. (2020). Interdisciplinariedad y Transdisciplinariedad en la Investigación de Carol Ryff. *Repositorio de la Universidad de Navarra*, 1-13.

García Álvarez, D., Hernández-Lalinde, J., Espinosa-Castro, J.-F., & Soler, M. J. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Avft-archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, V39(n2), págs. 182-190. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4068398>

Gómez Oyarzún , D., & Iluffi Iriarte, I. (20 de Octubre de 2020). Obtenido de *Revistafacso.ucentral.c*:<https://revistafacso.ucentral.cl/index.php/liminales/article/view/422/504>

Gutiérrez, M., Tomás, J. M., & Pastor, A. M. (2021). Apoyo social de familia, profesorado y amigos, ajuste escolar y bienestar subjetivo en adolescentes peruanos. *Suma Psicológica*, 28(1),

17-24.

Hadi, M., Martel, C., Huayta, F., Rojas, R., & Arias, J. (2023). *Metodología de la investigación: Guía para el proyecto de tesis*. Perú : Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C

Huerta Rosales, R. E., Santivañez, R., Ramos, J., Vega, J., Pastor, S., & Escudero, J. (2020). Salud mental y apoyo social percibido en escolares de cuarto grado de secundaria de Instituciones Educativas públicas de Lima Metropolitana. *Revista De Investigación En Psicología*, 22(2), 233-250. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17424>

Justiniano, Camila C. (2022). Apoyo social percibido y resiliencia en adolescentes de instituciones educativas de Lima metropolitana. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/10216>

Laino, N. (2023). Redes que cuentan. Revisión sistemática sobre el bienestar subjetivo y el apoyo social percibido en la adolescencia. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación Mente Clara*, [S.l.], v. 8, ago. ISSN 2469-0783. Disponible en: <<https://fundacionmenteclara.org.ar/revista/index.php/RCA/article/view/337>>. Fecha de acceso: 01 mayo 2024 doi: <https://doi.org/10.32351/rca.v8.337>

López, L. J. A. (2023). Importancia de la salud mental en la primera infancia y su repercusión en la etapa adulta. *Revista Científica FIPCAEC (Fomento de la investigación y publicación científico-técnica multidisciplinaria)*. ISSN: 2588-090X. Polo de Capacitación, Investigación y Publicación (POCAIP), 8(2), 3-23.

Barrio Luquero, Diana. (2022, 1 marzo). Bienestar psicológico, apoyo social percibido, compromiso académico y resiliencia en estudiantes universitarios en España. *Universidad Europea*. <http://hdl.handle.net/20.500.12880/2133>

Mager, F. (2020). *Ética de la investigación: Una guía práctica*.

McCrum-Gardner, E. (2008). Which is the correct statistical test to use? *British Journal Of Oral & Maxillofacial Surgery/British Journal Of Oral And Maxillofacial Surgery*, 46(1), 38-41. <https://doi.org/10.1016/j.bjoms.2007.09.002>

Medina Ruelas, C. A. (2022). Efectos de la exclusión e inclusión en la autoestima de estudiantes en situación vulnerable: un estudio exploratorio en primarias de Hermosillo, Sonora.

Méndez, M. V., Klos, M. C., & Lemos, V. (2021). Bienestar psicológico de los adolescentes: un modelo explicativo basado en la compasión y autocompasión. *Anuario de Investigaciones*, 28(1), 417-424.

Mercedes Nancy Jiménez-Rosario, Igor Esnaola e Inge Axpe. (2021). Capacidad predictiva del apoyo social percibido sobre el bienestar subjetivo del alumnado de Educación Secundaria. Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU). Vol. 16. Pp. 31-43 doi:10.23923/rpye2021.01.200

Orcasita Pineda, L; Uribe Rodríguez, A (2020). La importancia del apoyo social en los adolescentes *Psychologia. Avances de la disciplina*, vol. 4, núm. 2, julio-diciembre, pp. 69-82 Universidad de San Buenaventura Bogotá, Colombia

Organización Mundial de la Salud (2011). Estrategias y Plan de acción Regional para los Adolescentes y Jóvenes 2010-2018. Washington, D.C.

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol.* , 227-232.

Paniagua Serrano, F. G. (2022). Manual de Práctica Clínica Niñez y Adolescencia.

Parra Suasa, A. (2023). Bienestar psicológico y dinámica familiar en las familias reconstituida o compuestas con hijos en etapa de adolescencia en Puerto Berrio, Antioquia.

Peñaloza Espinoza, D. (2022). Transiciones de adolescentes rurales en contextos socioeducativos.

Percio, D. D. (2020). La Declaración de Helsinki: Sinopsis de su nacimiento y evolución. *Revista Argentina de Reumatología*.

Ramos, C. A. (2015). LOS PARADIGMAS DE LA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA . *UNIFE*, 1-9.

Rodríguez, Eudoro. «¿Qué es el humanismo? Problemática de la formación humanística.» *Revista Colombiana de Humanidades*, 2008: 84-104.

Rodríguez, M. M., & Barajas, D. D. (2020). Bienestar psicológico en adolescentes en situación de vulnerabilidad: impacto de redes de apoyo social. *Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 7(14), 253-278.

Sanchez-Gomez, M., Oliver, A., Adelantado-Renau, M., & BRESO, E. (2020). Inteligencia emocional y ansiedad en adolescentes: una propuesta práctica en el aula.

Santiago, B. L. (2015). ESTILO PARENTAL Y SU INFLUENCIA EN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE 14-17 AÑOS DE EDAD DEL COLEGIO TIRSO DE MOLINA. *Repositorio de la Universidad Técnica de Ambato*, 30-40.

Solórzano, N. D. (2019). PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DE LA ESCALA DE

BIENESTAR PSICOLÓGICO. *Repositorio de la Universidad de Lima*, 14-110.

Uribe Ortega, M., (1993). El desarrollo del pensamiento formal y la adolescencia universitaria. *Perfiles Educativos*, (60).

Villa Soto, Juan Carlos, & Mendoza Rosas, Rosa María. (2020). Criterios para definir el carácter interdisciplinario de diseños curriculares universitarios. *Inter disciplina*, 8(20), 169-189. Epub 14 de agosto de 2020. <https://doi.org/10.22201/ceiich.24485705e.2019.18.71977>

Vivaldi, F. & Barra, E (2012). Bienestar Psicológico, Apoyo Social Percibido y Percepción de Salud en Adultos Mayores. *Terapia psicológica*, 30(2), 23-29.

AGRADECIMIENTOS.

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a todas las personas que, de una u otra manera, han contribuido a la realización de este trabajo de titulación. Sin su apoyo y guía, este logro no habría sido posible.

En primer lugar, agradezco a mi familia, cuyo amor incondicional, sacrificios y apoyo emocional y económico constante han sido fundamentales superar desafíos durante el trayecto académico.

A mis profesores y mentores, al docente José Acuña y Leonel Llerena, quienes con su conocimiento, paciencia y dedicación han sido una guía invaluable en mi formación académica y profesional. Su influencia ha sido crucial para mi crecimiento y desarrollo.

Finalmente, agradezco a todos aquellos que han contribuido de alguna manera a mi formación y desarrollo, incluyendo compañeros de clase y colegas, gracias por ser parte de este viaje. De igual manera, a la Unidad Educativa por participar y brindar aportes esenciales para el éxito de este trabajo.

DEDICATORIA.

Dedico este logro académico a mis amados padres, Oliverio Velástegui y Adriana Rodríguez, cuyo amor incondicional, apoyo constante y sacrificios innumerables han sido la base sobre la cual he construido todos mis logros. Gracias por enseñarme el valor del esfuerzo, la dedicación y la perseverancia. Su fe en mí me ha dado la fuerza para superar cada obstáculo y seguir adelante en los momentos más difíciles. A mi hermana, Alina Velástegui, gracias por sus palabras de aliento, por creer en mí incluso cuando yo dudaba.

A mi querida abuelita, Marcía Pérez, cuya sabiduría, amor y enseñanzas han sido una guía constante en mi vida. Gracias por tus consejos, por tus historias llenas de sabiduría y por tu amor incondicional. Tu fortaleza y tu dedicación han sido una fuente de inspiración para mí y siempre llevaré tus enseñanzas en mi corazón.

A mi amada hija, Lía Alvarado, por ser mi mayor inspiración y la luz de mi vida. Cada sonrisa tuya me ha dado la energía para seguir adelante. Todo lo que hago es por ti y para ti, con la esperanza de que puedas ver en mí un ejemplo de perseverancia y dedicación. Tu presencia en mi vida me ha llenado de alegría y propósito.

A mi amado novio, Alex Alvarado, por ser mi roca y mi apoyo constante. Gracias por tu amor incondicional, tu paciencia infinita y tu comprensión. Tus palabras de aliento y tu confianza en mí me han dado la fuerza necesaria para superar cada desafío. Gracias por estar a mi lado en cada paso de este camino, celebrando mis éxitos y sosteniéndome en los momentos de duda.

Finalmente, dedico este trabajo a mí misma, por no rendirme nunca, por creer en mis sueños y por cada hora de estudio, esfuerzo y dedicación que he invertido para llegar hasta aquí. Este logro es una prueba de que, con determinación y trabajo duro, cualquier meta puede ser alcanzada.

ANEXOS.

https://drive.google.com/drive/folders/1D0lnpcEVokdO6dSDtMDHSeH12MtZj7pf?usp=s_haring