

“ANSIEDAD Y BIENESTAR PSICOLÓGICO  
EN EL PERSONAL DE UN CENTRO DE SALUD  
UBICADO EN BELLAVISTA-CALLAO, 2021”

Tesis para optar el título profesional de:

**Licenciado en Psicología**

**Autores:**

Candy Marisol Apaza Vilcachagua

Bryann Sebasttian Bernal Sanchez

**Asesor:**

Dra. Kelly Milagritos Casana Jara

<https://orcid.org/0000-0002-7778-3141>

Lima – Perú

2023

**JURADO EVALUADOR**

Jurado 1 Presidente(a)	<b>JOHNNY ERICK ENCISO RÍOS</b>	<b>40419265</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	<b>KARIM ELISA TALLEDO SANCHEZ</b>	<b>43300453</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	<b>JUAN BAUTISTA CALLER LUNA</b>	<b>07143496</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD

## ANSIEDAD Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL PERSONAL DE UN CENTRO DE SALUD UBICADO EN BELLAVISTA-CALLAO, 2021

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS



Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Activo

## **DEDICATORIA**

Se lo dedicamos con mucho amor a nuestros padres, quienes se han esforzado mucho por brindarnos su respaldo en todos los aspectos. Este nuevo logro es una gran parte de ustedes, ya que sin sus motivaciones este trabajo que parecía interminable por fin ha finalizado con mucho éxito.

## AGRADECIMIENTO

Queremos agradecer principalmente a nuestros asesores de tesis, ya que ellos fueron los  
que lograron lo que se realizó.

También lo hacemos con todas las personas que fueron influenciando de alguna manera en  
el desarrollo y trascurso de este proceso, porque al final todos llegan a ser parte de este  
logro.

## Tabla de contenido

Jurado calificador	2
Informe de similitud	3
Dedicatoria	4
Agradecimiento	5
Tabla de contenido	6
Índice de tablas	7
Índice de figuras	8
Resumen	9
Abstract	10
Capítulo I: Introducción	11
Capítulo II: Metodología	26
Capítulo III: Resultados	32
Capítulo IV: Discusión y conclusiones	47
Referencias	54
Anexos	60

## Índice de tablas

Tabla 1. Definición operacional de las variables	17
Tabla 2. Escala de medición del Cuestionario de Bienestar psicológico (RYFF).	25
Tabla 3. Escala de medición del Cuestionario de ansiedad rasgo-estado IDARE.	27
Tabla 4. Distribución de la muestra según sexo.	30
Tabla 5. Distribución de la muestra según estado civil	30
Tabla 6. Distribución de la muestra según grado de instrucción.	31
Tabla 7. Distribución de la muestra según edad.	31
Tabla 8. Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov.	40
Tabla 9. Correlación Rho de Spearman entre ansiedad y bienestar psicológico.	41
Tabla10. Correlación Rho de Spearman entre la variable de ansiedad y la dimensión de auto aceptación.	41
Tabla11. Correlación Rho de Spearman entre la variable de ansiedad y la dimensión de relaciones positivas.	42
Tabla12. Correlación Rho de Spearman entre la variable de ansiedad y la dimensión de autonomía.	42
Tabla 13. Correlación de Rho de Spearman entre la variable de ansiedad y la dimensión dominio del entorno.	43
Tabla 14. Correlación de Rho de Spearman entre la variable de ansiedad y crecimiento personal.	44
Tabla 15. Correlación de Rho de Spearman entre la variable de ansiedad y propósito en la vida.	44

## Índice de figuras

Figura 1. Niveles de la variable bienestar psicológico en porcentajes.	32
Figura 2. Nivel auto aceptación.	33
Figura 3. Nivel relaciones positivas.	34
Figura 4. Nivel autonomía.	35
Figura 5. Nivel dominio del entorno.	35
Figura 6. Nivel crecimiento personal.	36
Figura 7. Nivel propósito en la vida.	37
Figura 8. Niveles de la variable ansiedad.	37
Figura 9. Niveles de la dimensión ansiedad estado.	38
Figura 10. Niveles de la dimensión ansiedad rasgo.	38



## RESUMEN

Este estudio de investigación aportará conceptos teóricos acerca de las variables a estudiar, instrumentos de medición fiables para otras investigaciones, estrategias promocionales y preventivas que contrarresten la problemática presentada. Partiendo desde esta instancia, la investigación busca determinar la relación entre ansiedad y bienestar psicológico en el personal de salud de un Centro de salud de Bellavista-Callao, 2021. A través de un método deductivo, desde un enfoque cuantitativo de diseño no experimental, de nivel correlacional con una población de 114 trabajadores sanitarios divididos en varones y mujeres, utilizando la totalidad de población para el presente estudio. Se utilizaron los dos instrumentos de medición fiables Escala de ansiedad rango-estado IDARE validado por Bazán (2021) y la Escala de bienestar psicológico de RYFF validado por Pérez (2017), diseñados como formularios. Utilizando el coeficiente de Rho Spearman para hallar la correlación entre ambas variables, los resultados obtenidos arrojan que existe una correlación negativa moderada entre las dimensiones de bienestar psicológico y la variable ansiedad. Por lo tanto, se toma la hipótesis del investigador planteada y se ultima que a mayor bienestar psicológico menor ansiedad y viceversa. Se concluye que la variable ansiedad guarda una relación negativa con todas las dimensiones de bienestar psicológico.

**PALABRAS CLAVES:** *Ansiedad, bienestar psicológico, dominio del entorno, autonomía.*

## ABSTRACT

This research study will provide theoretical concepts about the variables to be studied, reliable measurement instruments for other investigations, promotional and preventive strategies that counteract the problems presented. Starting from this instance, the research seeks to determine the relationship between anxiety and psychological well-being in the health personnel of a health center in Bellavista-Callao, 2021. Through a deductive method, from a quantitative approach of non-experimental design, of correlational level with a population of 114 health workers divided into men and women, using the entire population for the present study. The two reliable measurement instruments IDARE range-state anxiety scale validated by Bazán (2021) and the RYFF Psychological Well-Being Scale validated by Pérez (2017), designed as forms, were used. Using the Rho Spearman coefficient to find the correlation between both variables, the results obtained show that there is a moderate negative correlation between the dimensions of psychological well-being and the anxiety variable. Therefore, the researcher's hypothesis is taken, and it is finalized that the greater the psychological well-being, the less anxiety and vice versa. It is concluded that the anxiety variable is negatively related to all dimensions of psychological well-being.

**KEYWORDS:** *Anxiety, psychological well-being, mastery of the environment..*

## CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

### 1.1 Realidad problemática

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), refiere un impacto en la salud emocional y estabilidad del ser humano y la describe como el “bienestar total y no solo la carencia de enfermedad o padecimiento”. El Departamento de Salud mental del Ministerio de Salud (MINSA, 2019), infiere que los casos de ansiedad incrementaron en los últimos años, generando un declive en la estabilidad emocional de la población y actualmente se presentan en todos los sectores socioeconómicos del Perú con mayor incidencia en las regiones de Cusco, Lima y La Libertad.

Considerando esta situación actual y alarmante, se ha encontrado que una de las causas de esta afectación, es la ansiedad laboral. Respecto a ello, Ruani (2021) indica que durante el COVID-19, es irrefutable que los trabajadores del sector salud estén expuestos a elevadas jornadas de trabajo y circunstancias peligrosas, en particular en crisis sanitarias regionales, nacionales e internacionales, donde la salud de los trabajadores, tanto mental como física corre un alto riesgo, lo cual conlleva a consecuencias psicológicas. El ambiente laboral de crisis y crisis sanitarias ha sido un déficit a lo largo de los años en el país, debido a que la crisis sanitaria actual solo representa una explosión al manejo inadecuado de salud en años anteriores, por ende, esto ha generado un incremento en los riesgos de salud física y emocional del personal sanitario de los establecimientos.

De esta manera, el COVID-19 ha significado un desencadenante para el incremento de síntomas clínicos de ansiedad. Del mismo modo, la estabilidad de los trabajadores de la salud está en un rango de vulnerabilidad elevado y es una problemática actual que conlleva a una inestabilidad tanto mental y productiva a nivel laboral. Por otro lado, la crisis sanitaria

ha aumentado la carga de trabajo y ha creado nuevos factores de estrés para los empleados. Así mismo se ha encontrado que esta población vulnerable es particularmente la más propensa al estrés psicológico (Carmassi, 2022). Lo que aumenta la posibilidad de desarrollar trastornos mentales a futuro. (Kang, 2020).

Por consiguiente, se ha encontrado que la ansiedad tiene una alta prevalencia en cuanto a la sintomatología que afecta al personal de salud involucrado en la crisis sanitaria, y está enfocado a síntomas como insomnio, desconcentración constante, falta de apetito, sudoración en las manos, pensamientos de miedo (Lasalvia A, 2021), que puede tener una repercusión riesgosa en el personal que tiene un trato de atención directa con pacientes en estado crítico o vulnerable (Danet, 2021). Además, se ha encontrado que esto repercute en el estado anímico de los trabajadores más jóvenes y los de mayor experiencia que trabajan en primera línea de atención clínica, desarrollando diversos síntomas de ansiedad (Sanghera, 2020).

Conforme a esto, es fundamental realizar el análisis de ansiedad en el personal sanitario, ya que esta sintomatología puede afectar el bienestar emocional y repercutir en las áreas de vida de los trabajadores, lo que afectaría severamente el rendimiento en cada una de sus etapas de vida, tanto laboral como profesional. Asimismo, es importante comprender el enlace entre las variables a estudiar y las diferentes formas en la que impacta en el personal de salud, debido a que a nivel nacional la ansiedad tiene un nivel alto de afectación que interfiere con las actividades diarias y que a veces es difícil de controlar (Organización Mundial de la Salud, 2018).

Igualmente, le damos relevancia al constructo de bienestar psicológico, con el objetivo de resaltar la relevancia que se obtiene tenerla en la vida diaria (De la Cruz y

Álvarez, 2019) Además, se ha encontrado que la estabilidad emocional y psicológica brinda el soporte que nos ayuda a prevenir enfermedades mentales que nos puedan incapacitar de seguir desarrollando nuestras actividades diarias y por ende no exista un decaimiento en nuestras áreas de vida (Ballesteros; Palacio y Fernández, 2022)

### **Justificación**

A nivel teórico el actual estudio brindará conceptos de los constructos de ansiedad y bienestar psicológico, con la finalidad de aplicar y realizar estrategias promocionales y preventivas en los establecimientos de salud que reduzcan la sintomatología clínica en el personal sanitario.

A nivel práctico la presente investigación permitirá contar con una línea base para establecer acciones preventivas y correctivas sobre síntomas de ansiedad, también aportará conocimiento clínico, que nos ayudará a identificar síntomas relacionados con conductas ansiosas y a la vez diferenciarlos. Además, los resultados obtenidos brindaran la información y herramientas necesarias para un manejo adecuado de síntomas ansiosos y así favorecer un mejor desenvolvimiento en el personal del Centro de salud Bellavista.

A nivel metodológico, la presente investigación facilitará la generación de instrumentos fiables que permitan cuantificar y calcular diversas variables, para luego realizar el análisis estadístico, los resultados podrán ser contrastados y servirán como antecedentes para posteriores investigaciones.

## Antecedentes

Álvarez et al. (2019) En su estudio realizado para conocer correlación entre ansiedad y bienestar psicológico en 80 evaluados de Cuba, a través de un enfoque cuantitativo un diseño no experimental y un corte transversal, se utilizó la Escala de Ryff para medir bienestar psicológico y el Inventario IDARE STAI para medir ansiedad. En los resultados obtenidos se encontró una correlación negativa inversa de ( $Rho = -,520$ ). Por lo tanto, se infiere que a más síntomas de ansiedad menos rasgos de lograr una estabilidad emocional y viceversa.

Gutiérrez, Alday, Urzúa y Wlodarczyk (2020), mediante su estudio buscaron comprobar la correlación entre ansiedad y bienestar psicológico en 332 alumnos de Chile; siendo una investigación cuantitativa y diseño no experimental. Utilizaron la Escala de Ryff que mide el bienestar psicológico e Inventario rasgo-estado de ansiedad. Obteniendo como resultados, un Rho de Spearman negativo en la correlación de ambas variables. Concluyeron la presencia de relación inversa entre los indicadores de bienestar psicológico sobre los indicadores de ansiedad rasgo-estado.

Luna, Urquiza, Figueroa, Carreño y Meneses (2020) buscaron determinar los componentes académicos de ansiedad y bienestar psicológico en 176 alumnos de una facultad de salud de México, fue un enfoque cuantitativo de diseño no experimental de corte transversal. Utilizaron instrumentos tales como, la Escala de Ansiedad de Beck, y la Escala de Ryff para medir bienestar emocional. Se evidencio en los resultados que las variables se correlacionan negativamente. Concluyendo que a mayor ansiedad en los alumnos de medicina menor bienestar psicológico en sus áreas de vida y viceversa.

Cantón, Checa y Vellisca (2020) buscaron identificar bienestar psicológico y ansiedad en 213 hombres deportistas de Costa Rica, a través de un enfoque cuantitativo, un diseño no experimental. Se utilizó la Escala de Ryff para medir bienestar psicológico y el Cuestionario de Herramientas de afrontamiento para síntomas ansiosos en las competiciones deportivas. Se obtuvo una correlación negativa inversa entre las variables. Concluyendo en los resultados que a mayores rangos de ansiedad menor concentración y bienestar emocional en su rendimiento deportivo y viceversa.

Veliz, Dörner, Soto y Arriagada (2018) realizaron un estudio con el objetivo de conocer el nivel de ansiedad y bienestar mental en 121 trabajadores sanitarios en Chile, mediante un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental. Se utilizó el instrumento de la Escala de Ryff para medir rangos de estabilidad emocional y el Inventario burnout de Maslach. Se evidenció que las variables se correlacionan negativamente entre sí. Concluyendo en los resultados que a menor estabilidad emocional mayor sintomatología ansiosa y viceversa.

Pérez y Rengifo (2019) en su estudio realizado buscaron conocer la relación entre rasgos de ansiedad y la estabilidad emocional en trabajadores de la ciudad de Chiclayo, se obtuvo 15 muestras evaluadas a través de un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental de corte transversal. Se utilizó la Escala de Bienestar emocional de Ryff y la Escala de ansiedad estado rasgo IDARE. Encontrando en los resultados una correlación negativa inversa entre las variables de ( $\rho = -0,687$ ). Por lo tanto, se concluye que a mayor rasgo de ansiedad menor estabilidad mental y viceversa.

Cruzado (2020) En su estudio realizado se buscó conocer la relación entre el bienestar de salud mental y la ansiedad de estudiantes en Huancayo, se tuvo una población

de 110 evaluados a través de un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental. Se utilizó el Instrumento de bienestar psicológico de Ryff y la Escala de Ansiedad rasgo-estado. Se evidencio en los resultados una correlación negativa inversa de un ( $Rho=, -808$ ). Concluyendo que a mayor bienestar psicológico menor ansiedad y viceversa.

Saravia et al. (2020), realizaron un estudio para determinar el nivel de ansiedad en estudiantes de una facultad de salud de Lima, obtuvieron una muestra de 57 alumnos, mediante una investigación cuantitativa con un diseño no experimental. Se empleó los instrumentos de Escala para medir Ansiedad Generalizada. Se evidencio en los resultados una correlación negativa inversa entre ambas variables. Por lo tanto, se concluyó que a mayor cantidad de rasgo ansioso menor estabilidad emocional en los estudiantes y viceversa.

Aldave y Sinche (2020) en su estudio tuvieron como finalidad relacionar la ansiedad y bienestar psicológico en escolares de Lima; siendo un método deductivo y un enfoque cuantitativo, tuvo una población de 210 alumnos hombres de 18 a un rango de 25 años, se utilizó los instrumentos de la Escala de Satisfacción con la vida y la escala de Bienestar Psicológico para adultos. Evidenciando en los resultados una correlación inversa negativa. Concluyendo que a más ansiedad menos rango de estabilidad mental y viceversa.

Mego (2020) en su estudio buscó identificar la relación entre el bienestar emocional como influencia sobre la insatisfacción de la vida en una población de 150 alumnos de psicología en Trujillo, en un rango de 16 a 25 años a través de un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental. Se utilizó la Escala de Ryff para medir bienestar emocional y la Escala de Satisfacción con la Vida. Obteniendo como resultado una correlación negativa



inversa entre las variables. Se concluyó que a mayor influencia de bienestar psicológico menor grado de insatisfacción en las actividades diarias de la vida y viceversa.

Cabrera (2019) en su estudio busco determinar la relación entre Bienestar Psicológico y Ansiedad en 75 mujeres de un penal de Cajamarca en el 2018, en un rango de 19 a 60 años de edad a través de un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental de corte trasversal. Se utilizó los instrumentos de la Escala de Ryff que mide bienestar mental y la Escala para medir síntomas de Ansiedad de Zung. Se obtuvo una correlación negativa inversa en los resultados. Concluyendo que a mayor grado de ansiedad menor bienestar psicológico y viceversa.

Oblitas, Anicama, Ballona, Bazán (2019) en su estudio tuvo como finalidad medir el efecto de un programa de mindfulness para controlar síntomas ansiosos con los diferentes síntomas de estrés en trabajadores de Lima, participaron 28 trabajadores universitarios con niveles de estrés laboral a través de un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental. Se utilizó el instrumento Escala de Estrés Laboral y la Escala de ansiedad estado rasgo. Se evidencio en los resultados una correlación negativa inversa entre las variables. Concluyendo que a mayor interacción con la terapia mindfulness menor sintomatología ansiosa presente y viceversa.

Morales, Pastor, Vargas y Vásquez (2018) en su investigación tuvo como finalidad conocer los grados de satisfacción con la vida y la ansiedad del personal sanitario de un hospital de Lima, a través de un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental. Se obtuvo un poblado de 294 trabajadores sanitarios, y se utilizó los instrumentos Escala Oxford Happiness Questionnaire y El cuestionario de Bienestar psicológico de Ryff. Concluyendo que los resultados evidencian la correlación inversa negativa entre

satisfacción y ansiedad. Por lo tanto, a mayor satisfacción en las actividades laborales menos ansiedad y viceversa.

## **Bases teóricas**

### ***Variable1: Bienestar psicológico***

Bakker y Rodríguez (2018) refieren que la estabilidad emocional o psicológico es un constructo con sensaciones, que brinda facilidades para confrontar retos vitales, pese a ello, diversos autores infieren que la satisfacción a la vida está asociada con la vivencia de situaciones que conllevan a emociones positivas. Por otro lado, de existir rasgos de insatisfacción con las decisiones tomadas y las experiencias vividas, es latente la tendencia a desarrollar indicadores de intolerancia a la vida. Por lo tanto, está propenso a sufrir enfermedades mentales.

Ryff (2021) plantea la estabilidad psicológica como un cuidado óptimo en la propia salud mental de cada individuo; manifestando que este constructo no solo aborda las emociones positivas latentes en el tiempo, sino una forma adecuada de haber percibido diversas experiencias positivas. Se refiere a funcionalidades que son representadas como señales de desarrollo humano. (Medina, Gutiérrez y Padrós, 2021; Álvarez, 2019).

## **Dimensiones de Bienestar Psicológico**

### **Auto-aceptación**

Según Mendoza (2023) plantea esta dimensión como un proceso de adaptación a las diversas conductas, rasgos tanto positivos como negativos que se obtienen a raíz del temperamento y carácter forjado.

### **Dominio del entorno**

Como Rodríguez y Quiñonez (2018) refieren esta dimensión tiene como finalidad encontrar nuevamente un proceso de tolerancia al cambio y adaptación fluctuante ante las diversas problemáticas sociales, vulnerabilidades que se afronta en la vida diaria.

### **Relaciones positivas con los demás**

Mendoza (2023) refiere que representa la capacidad de la persona de tener una conducta empática, manejo adecuado de actitudes y de habilidades blandas para relacionarse a nivel social y obtener un desempeño óptimo dentro de las áreas de vida para cumplir objetivos a corto y largo plazo en cualquier faceta que nos desempeñamos.

### **Autonomía**

Escoto, Camacho, Rodríguez, y Mejía. (2019) indican que representa la actitud y aptitud de la persona para desempeñarse de manera independiente en diferentes áreas de vida. Tener la capacidad de tomar decisiones en eventos cruciales y un manejo adecuado de las emociones para poder cumplir las metas trazadas.

### **Crecimiento personal**

Mendoza (2023) plantea el crecimiento personal como un constructo auto evaluativo de cada persona para lograr una mejora total en cada una de sus habilidades características, teniendo como objetivo lograr un óptimo desempeño en todas sus áreas de vida.

## **Propósito de vida**

Vivaldi y Barra (2022) agregan que esta dimensión tiene como finalidad encontrar una motivación significativa que logre ordenar de manera constructiva una idea de los objetivos que queremos cumplir en nuestra vida diaria.

### ***Variable 2: Ansiedad***

Bergen y Cheon (2019) plantean la ansiedad como un estado de alarma que envía un signo de advertencia ante cualquier situación de peligro y ante un manejo inadecuado puede originar sintomatología clínica, tales como tendencia al llanto, rubor, falta de apetito, insomnio e incapacidad para concentrarse. Neff y Tirch (2019) Por otra parte, mencionan que los rasgos ansiosos hacen referencia a la estructura de una personalidad propia y la tendencia por percibir situaciones amenazantes o de peligro. Esto, a su vez, lleva al individuo a experimentar emociones desagradables tales como miedo y aprehensión debido a ser propensos a situaciones de peligro.

## **Dimensiones de la Ansiedad**

### **Ansiedad-Estado**

Spielberger (2020) infiere que la ansiedad abarca dos perspectivas clínicas, la primera como estado y la segunda como rasgo, la ansiedad en su forma estado tiende a ser una emoción transitoria de síntomas de preocupación, siendo el resultado de alguna situación o circunstancia problemática teniendo como rasgo emociones de miedo, aprehensión y angustia.

Spielberger (2020) resalta la importancia de recibir evaluación psicológica para cada persona que experimenta la ansiedad como estado, y la importancia de insertar

actividades fructíferas en nuestras de vida con la finalidad de reducir pensamientos negativos que influyan en nuestra conducta, lo que permite educar los estados de ansiedad; encontrándose una extensa evidencia científica en lo planteado, la cual vincula fuertemente al Bienestar psicológico como una sensación fundamental para contrarrestarlo

### **Ansiedad-rasgo**

Bazán (2021) plantea la ansiedad rasgo como respuestas ansiosas que aparecen independientemente de la situación. Por otra parte, hace referencia a una característica individual dominada por el miedo o la sensación de alarma ante alguna situación de riesgo latente. Neff y Tirsch (2019) refieren que en algunos casos, se presenta como conductas paranoicas tras percibir algún tipo de situación amenazante contra la persona misma

Bazán (2021) explica que cada respuesta ansiosa surge según la experiencia positiva o negativa que obtiene cada persona y repercute en la personalidad y en el mecanismo de afronte ante alguna complicación. Es denominada así debido a que influye en la conducta y la persona experimenta el estado de ansiedad y lo expresa mediante síntomas emocionales. Ries, Castañeda, Campos y Del Castillo (2012) Concluyeron que se infiere que los sujetos que experimentan ansiedad rasgo suelen sentir con mayor intensidad los síntomas clínicos presentes

### **Indicadores Ansiedad Estado-rasgo**

#### **Miedo**

Boucheron y Robin (2020) Se define como un sentimiento desagradable causado por la percepción de peligro en cualquier ámbito de la vida diaria. De esta forma, genera

pensamientos de angustia, rumiaciones y un incremento en los rasgos paranoicos que refuerzan alguna conducta de estado de alarma a generalizada.

### **Angustia**

Cullen (2020) Por lo general, se define como una sensación de desasosiego que principalmente está presente cuando existe algún pensamiento de preocupación excesiva o alguna situación de alarma.

### **Aprehensión**

Cabello, Roldán, Pérez (2005) Se define como una característica nerviosa y paranoica que tiene relación a nivel cognitivo con los pensamientos que generamos cuando existe una situación alarmante.

## **Definición operacional de las variables**

**Tabla 1**

*Definición operacional de las variables*

<b>Variab</b>	<b>Definición</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Ítems</b>	<b>Instrumentos</b>
Variable 1:	Será medida	Autoaceptación	1,7,17,24	Escala de Bienestar Psicológico de Ryff validado por Pérez (2018)
Bienestar	a través de la	Relaciones	2,8,12,22,25	
psicológico	Escala de	positivas		
	Bienestar	Autonomía	3,4,9,13,18,23	
	Psicológico	Dominio del	5,10,14,19,29,30	
	de Ryff	entorno		
	validado por	Crecimiento	21,26,27,28	
	Pérez (2018)	personal		
		Propósito en la	6,11,15,16,20	
		vida		

Variable 2:	Será medida	Ansiedad	3,4,6,7,9,12,13,14,17,18,	Inventario de
Ansiedad	a través del	estado	1,2,5,8,10,11,15,16,19,20	Ansiedad
	Inventario			Estado -
	STAI –	Ansiedad	22,23,24,25,28,29,31,32,34,35,	Rasgo Idare
	IDARE por	rango	37,38,40,21,26,27,30,33,35,39	por Bazán
	Bazán (2021)			(2021)

## 1.2 Formulación del problema

### *Pregunta de investigación*

¿Cómo se relaciona el bienestar psicológico con la ansiedad en el personal de un Centro de salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021?

### *Preguntas específicas*

¿Cómo se relaciona la ansiedad y la dimensión de auto aceptación en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021?

¿Cómo se relaciona la ansiedad y la dimensión de relaciones positivas con otras personas en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021?

¿Cómo se relaciona la ansiedad y la dimensión de autonomía en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021?

¿Cómo se relaciona la ansiedad y la dimensión de dominio del entorno en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021?

¿Cómo se relaciona la ansiedad y la dimensión de propósito en la vida en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021?

¿Cómo se relaciona la ansiedad y la dimensión de crecimiento personal en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021?

### 1.3 Objetivos

#### *Objetivo general*

Determinar la relación entre ansiedad y bienestar psicológico en el personal administrativo de un Centro de salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

#### *Objetivos específicos*

Determinar la relación entre la ansiedad y la dimensión de auto aceptación en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

Determinar la relación entre la ansiedad y la dimensión de relaciones positivas con otras personas en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

Determinar la relación entre la ansiedad y la dimensión de autonomía en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

Establecer la relación entre la ansiedad y la dimensión de dominio del entorno en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

Establecer la relación entre la ansiedad y la dimensión de propósito en la vida en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

Establecer la relación entre la ansiedad y la dimensión de crecimiento personal en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.



## 1.4 Hipótesis

### *Hipótesis general*

Existe relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico del personal administrativo de un centro de salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

### *Hipótesis específicas*

Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de auto aceptación en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de relaciones positivas con otras personas en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de autonomía en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de dominio del entorno en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de propósito en la vida en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de crecimiento personal en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

## CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

### 2.1. Modelos de investigación

#### *Método de investigación*

Se aplicó el método deductivo, pues la información se puede transferir de lo general a lo específico y viceversa. Dado que se complementan entre sí, en muchos casos las generalizaciones se forman con la ayuda de la inducción, se extraen varias conclusiones lógicas de esa generalización. Es una herramienta de conocimiento relacionado con la fundamentación empírica tiene muchas ventajas, Quiñonez-Berrios, A. (2018).

#### *Enfoque de investigación*

Cuantitativa, pues a través de la recolección y medición de información se busca resolver las preguntas de investigación para contrastar las hipótesis planteadas mediante análisis estadísticos. Según Muñoz (2015) se utiliza un cuestionario para su medición.

#### *Diseño*

De diseño no experimental, en vista que su propósito es describir las variables y no alterarlas para conocer la relación entre sí. Debido a esto, es de corte transversal, porque tiene como finalidad recopilar datos en un único momento. (Hernández, Fernández y Baptista, 2019).

#### *Nivel*

Correlacional, puesto que ambas variables se analizaron de forma individual para conocer el grado de relación. (Dahke, 2020), citado por Hernández y otros (2019).

### 2.2 Población y muestra

### ***Población***

Hernández y Mendoza (2018) la población como un grupo característico de elementos antes de la organización de la muestra obtenida. Se elegirá una población finita, debido a que se tiene conocimiento del número concreto de personas que constituyen el estudio. La cual, está conformada por 114 trabajadores mujeres y varones de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao.

### ***Muestra***

Según Hernández (2010) subconjunto es parte de la población de utilidad sobre el cual se recolectan datos para luego ser determinados con precisión y eficacia. En ese sentido se trabajará con el total de la población que fueron los 114 trabajadores: debido a que se presenta el acceso total y disposición de la población para colaborar con la investigación. Por lo tanto, la técnica de muestreo fue no probabilístico por conveniencia. En los cuales los criterios de selección fueron ser trabajadores pertenecientes al Centro de Salud, mayores de edad y con estudios mínimos de secundaria completa; por ello, todos los colaboradores del Centro de Salud cumplían con los criterios de selección.

## **2.3 Técnicas e instrumentos**

Según Casas y Repullo (2003) la encuesta es una técnica utilizada en diversos trabajos de investigación, debido a que logra obtener y gestionar datos de forma eficaz y concisa.

Por lo tanto, en este estudio empleamos la encuesta para la recolección de datos, debido a que utilizamos el cuestionario para recopilar la información y datos que se obtuvieron de las respuestas brindadas por parte de los trabajadores de la Institución y esto se considera importante para cumplir con el desarrollo del estudio.

Es importante mencionar, que mediante la validación y sus criterios de contenido y constructo se constatará si el instrumento dice medir lo que se supone tiene que medir de forma precisa (Gómez e Hidalgo, 2011).

La escala de Bienestar psicológico, desarrollada por Carol Ryff (1989) y validada por Pérez (2017), compuesta por 6 escalas con respuestas adaptadas que reflejan diferentes posturas, estas son totalmente en desacuerdo, poco en desacuerdo, moderadamente en desacuerdo, muy de acuerdo, bastante de acuerdo y totalmente de acuerdo. Esta escala fue validada por Pérez, (2018). En la cual, el análisis factorial infiere que, si adaptamos la estructura de la Escala de Bienestar Psicológico se divide en 6 factores, por lo tanto. Existe un 58.45% que explica la varianza global. Según lo indica Henson y Roberts (2006), es óptimo. Se halló el análisis factorial que confirmó evidencia estadística elevadamente significativa ( $p < .08$ ), demostrando que se adecua a el modelo esperado y al modelo teórico alcanzado, reafirmando la validez de Bienestar psicológico como variable en la escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Se logró obtener la confiabilidad a través de la consistencia interna, los coeficientes obtuvieron un grado de significancia elevado, donde el grado más alto fue 0.909 de la dimensión de Autonomía y la más deficiente fue 0.894 de la dimensión de relaciones positivas. Finalmente, en los baremos globales no se evidenció diferencias en los resultados entre mujeres y varones.

El Inventario de Ansiedad Estado (Idare) desarrollado por Charles Spielberger (1970) y validado por Bazán (2021) presenta una composición de 4 escalas con respuestas adaptadas a definir los rasgos y sensaciones ante un síntoma clínico de ansiedad, estas son Nunca, A veces, Casi siempre, Siempre. Bazán realizó un estudio donde adaptó y validó el IDARE en una población de personas adultas. Estos resultados obtenidos en la validación realizada en Trujillo, evidenciaron óptimos alcances de validación de contenido, validez de estructura

y la fiabilidad del instrumento utilizado. Los siguientes resultados concluyeron la validez y la garantía del instrumento y en el jueceo y aprobación de profesionales expertos; lo cual aprobaron la claridad, coherencia, relevancia de los ítems y a través del resultado obtenido en la V de Aiken  $p < 0.05$ . Asimismo, en otras versiones del IDARE con 37 ítems, se reportó una mejoría en los índices de ajuste, pertinencia y fiabilidad en los ítems de cada dimensión de las variables. Para hallar la confiabilidad se aplicó una prueba que tuvo una muestra compuesta por 332 participantes varones y mujeres obteniendo un coeficiente de alfa de Cronbach de ( $\alpha = 0.898$ ). Estos resultados validan que el instrumento presenta garantías para ser aplicado en las poblaciones con objeto de estudio modificando algunos ítems de la versión original.

También es importante mencionar que se realizó una validación de ambas pruebas. La cual pasó por el criterio de 5 psicólogos expertos en investigación y concluyeron que se puede aplicar los instrumentos en el personal peruano, debido a que no existen muchas variaciones, a excepción de algunas preguntas. Siendo los ítems 10, 13, 14, 18, 27 y 39 del IDARE, que fueron modificados y aprobados con sus respectivas sugerencias.

#### **2.4 Proceso de recolección de datos**

Se desarrolló de forma online, para ello se elaboró un formulario generado en Google Forms con la finalidad de dar a conocer nuestro título de investigación, nuestro objetivo, el consentimiento informado para los participantes y los instrumentos a utilizar. Luego fueron distribuidos a la población elegida indicando que su participación será para fines totalmente académicos y que el método para enviar y recolectar la información será mediante las redes sociales. Se empleó dos instrumentos mediante la escala Likert. Se elaboró las encuestas con 40 preguntas del Cuestionario IDARE y 30 del Cuestionario de Bienestar Psicológico, las mismas que se aplicaron a los trabajadores del Centro de Salud Bellavista, con la finalidad

de recoger y obtener información sobre la ansiedad y bienestar psicológico. En primer lugar, se aplicó el Cuestionario IDARE, que consta de 40 preguntas que evalúan la ansiedad en su forma estado y rasgo de los trabajadores.

Luego se aplicó la Escala de Bienestar psicológico que consta de 30 preguntas que evalúan 6 dimensiones las cuales son: auto aceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Es fundamental resaltar, que se realizó una solicitud con la finalidad de obtener la autorización de ambos autores para poder aplicar los instrumentos en nuestro trabajo de investigación, obteniendo respuesta únicamente del autor Bazán del instrumento IDARE. Además, se solicitó una autorización al jefe del Centro de Salud para poder aplicar las encuestas a los trabajadores y de igual manera, el consentimiento informado de los trabajadores.

## **2.5 Proceso de análisis de datos**

Una vez aplicados los instrumentos, se recolectó los datos y se trasladaron al programa Excel 2016 para posteriormente pasar por un proceso de análisis mediante el estadístico SPSS Versión 26. Posterior a ello, con las variables de estudio se utilizó la estadística descriptiva con la finalidad de precisar algunos niveles que predominan en relación de la ansiedad con el bienestar psicológico de la población estudiada.

De la misma manera, se llevó a cabo la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov, con la finalidad de conocer si las variables ansiedad y bienestar psicológico tienen una distribución normal o no. Luego de identificar el tipo de distribución estadística, se utilizó el estadístico correlacional de Rho Spearman para realizar el análisis correlacional y así contrastar las hipótesis que se plantearon.

## **2.6. Aspectos éticos de la investigación**

Este estudio salvaguarda el poder de decisión de cada evaluado en su proceso de participación voluntaria del proyecto de investigación, mediante un consentimiento informado. Por otro lado, se protegerá los datos de cada participante respetando la confidencialidad correspondiente únicamente utilizados para fines académicos. De acuerdo con el Código de Ética del Psicólogo Peruano (2017), en el art. N°87 infiere, que será de carácter estricto la confidencialidad de la información que se obtendrá de cada uno de los participantes. Según los Códigos de ética del investigador de diversas universidades, indican que la persona que realiza el estudio tiene la obligación de reservar los datos de todos los participantes que tengan relación y aporten de manera directa en el proyecto de investigación.

## CAPÍTULO III: RESULTADOS

### 3.1 Análisis descriptivo:

#### 3.1.1 Descripción demográfica

**Tabla 4**

*Distribución de la muestra según sexo*

	Frecuencia	Porcentaje (%)
Femenino	58	50,9
Masculino	56	49,1
Total	114	100,0

Según la Tabla 4 la investigación estuvo conformada por un total de 114 trabajadores, siendo el sexo femenino el porcentaje más elevado con un 50,9% y el menor porcentaje de 49,1% (56) el de los varones.

**Tabla 5**

*Distribución de la muestra según estado civil*

	Frecuencia	Porcentaje (%)
Soltero (a)	61	53,5
Casado (a)	27	23,7
En una relación	21	18,4
Divorciado (a)	2	1,8
Viudo (a)	3	2,6
Total	114	100,0



En la tabla 5 se observa que el (53,5%) de los participantes tienen un estado civil soltero, seguido por un (23,7%) porcentaje de casados, un (18,4%) en una relación, un (2,6%) en estado civil viudo y finalmente el menor número de trabajadores son divorciados son un (2,6%).

**Tabla 6**

*Distribución de la muestra según grado de instrucción*

	Frecuencia	Porcentaje (%)
Secundaria completa	14	12,3
Superior completo	64	56,1
Técnico incompleto	5	4,4
Superior incompleto	12	10,5
Técnico completo	19	16,7
Total	114	100,0

En la tabla 6 se observa que la mayoría de los trabajadores que participaron en este estudio se encuentran en el grado de instrucción superior completo (56,1%), seguido por el grado de instrucción técnico completo (16,7%), después sigue el grado de instrucción secundaria completa (12,3%), siguiendo el grado de instrucción superior incompleto (10,5%) y el menor número de trabajadores se encuentran en grado de instrucción técnico incompleto (4,4%).

**Tabla 7**

*Distribución de la muestra según edad*

	Frecuencia	Porcentaje (%)
De 21 a 29 años	16	14,0
De 20 a 38 años	31	27,2

De 39 a 47 años	31	27,2
De 48 a 56 años	25	21,9
De 57 a 63 años	11	9,6
<b>Total</b>	<b>114</b>	<b>100,0</b>

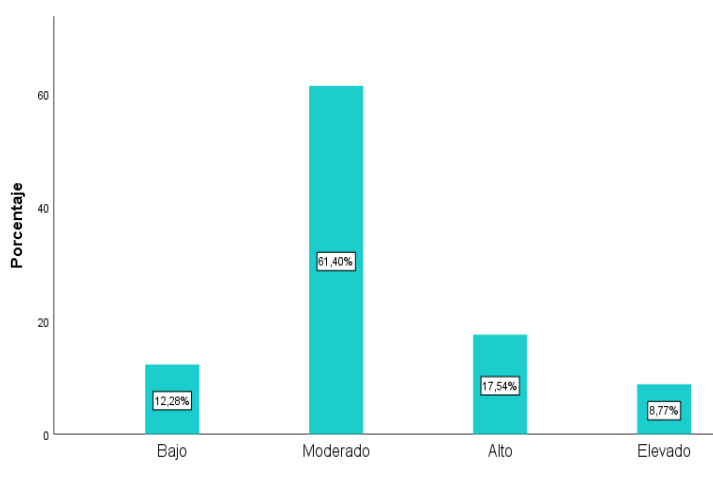
De acuerdo con la Tabla 7, se muestra que los rangos de edades con mayor frecuencia son desde los 20 a 38 años y de los 39 a 47 años, cada uno contando con el 27,2% (31 trabajadores) del total, siguiendo la frecuencia las edades de 21 a 29 años, contando con el 14% (16 trabajadores) del total y que los rangos de edad con menor frecuencia es el de 57 a 63 años con el 9,6% (11 trabajadores) restantes.

### 3.2 Descripción de variables

#### Variable: Bienestar psicológico

#### Figura 1

*Niveles de la variable bienestar psicológico en porcentajes*

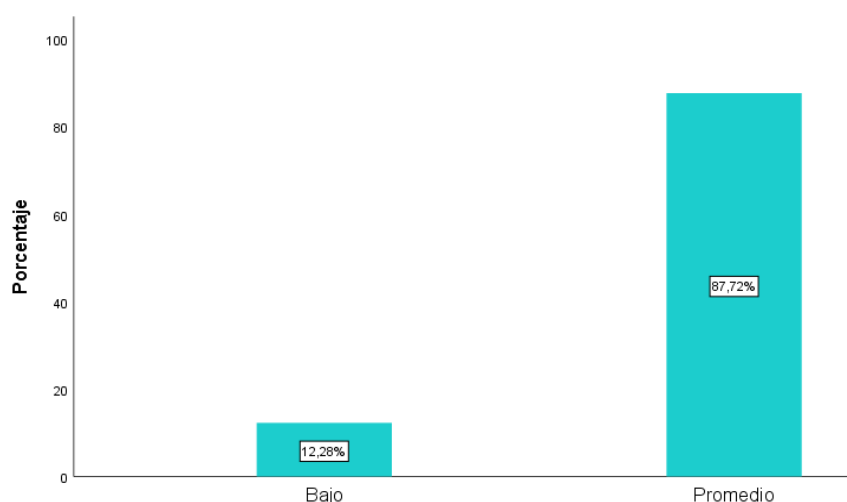


En la Figura 1 se describe en su mayoría que los encuestados presentan un grado moderado de los niveles de bienestar psicológico, siendo 70 trabajadores con un 61,40%, lo

que significa que más de la mitad de la población estudiada no se encuentra con estabilidad emocional y no pueden realizar sus actividades con óptima eficacia; seguido por el nivel alto, siendo 20 trabajadores con un porcentaje de 17,54%, lo que significa que sí presentan buenos factores protectores para poder encontrarse estables emocionalmente; seguido por 14 trabajadores con un nivel elevado y un porcentaje del 12,28%, quienes desarrollan sus actividades con óptima eficiencia y poseen factores protectores altos y por último con un nivel bajo, siendo 10 trabajadores con un porcentaje de 8,77%, los cuales carecen de recursos internos para poder encontrar la estabilidad emocional necesaria para desarrollar sus capacidades y actividades diarias.

**Figura 2**

*Nivel auto aceptación*

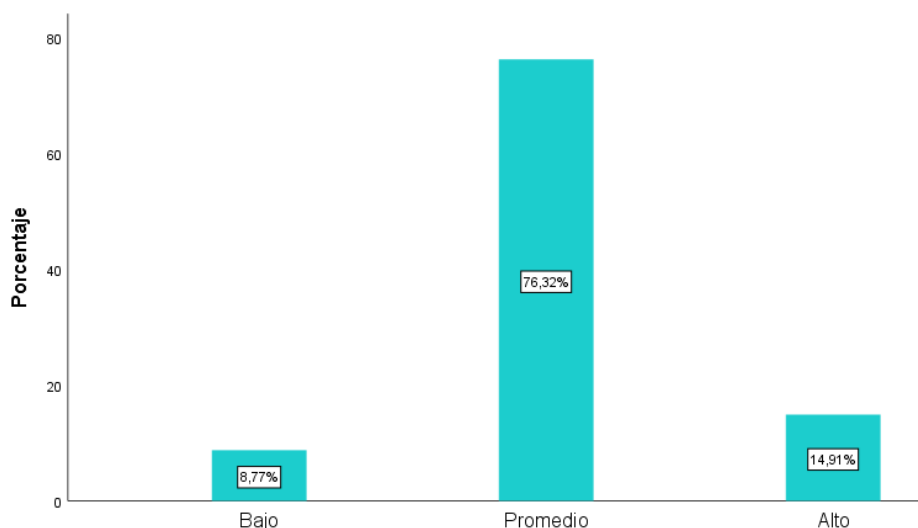


Según la Figura 2, se da a conocer la división de los niveles de la dimensión auto aceptación, de los cuales en su mayoría de los participantes se encuentra en un nivel promedio (87,72%), esto quiere decir que, estos trabajadores tienen una actitud positiva en la forma de aceptar sus virtudes y defectos. Por otro lado, el porcentaje menor de los trabajadores encuestados

se encuentra en un nivel deficiente (12,28%), en donde los trabajadores pueden presentar una actitud con juicios y reproches hacia sus valores personales, virtudes o defectos.

### Figura 3

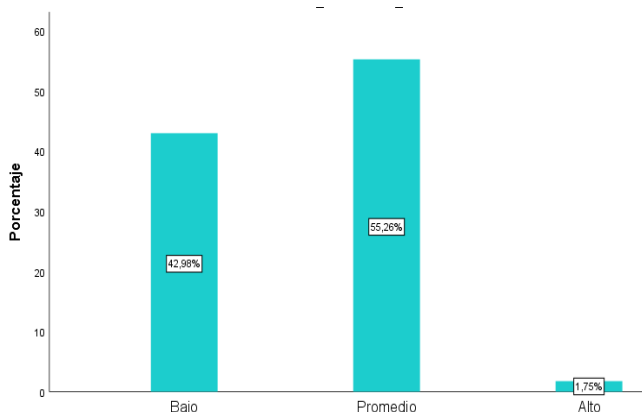
#### *Nivel relaciones positivas*



Según la Figura 3 , se describe la distribución de la dimensión relaciones positivas, en donde el mayor número de los encuestados se encuentra en un nivel promedio (76,32%), esto quiere decir que presentan en ciertas oportunidades destrezas de empatía y pactos por brindar el bienestar en los demás, siguiendo el número de encuestados los que siguen se encuentran en un nivel alto (14,91%), esto refiere que presentan muchas habilidades de cooperación, compromiso, empatía y que tienen buenas relaciones laborales y el menor número de los encuestados se encuentra en un nivel bajo (8,77%), lo que manifiesta que no presentan habilidades de compromiso por el bienestar de los demás.

**Figura 4**

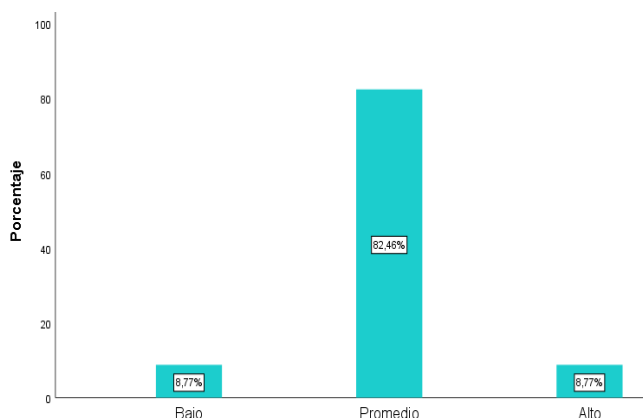
*Nivel autonomía*



Según la Figura 4, se observa la repartición del nivel autonomía, donde el mayor número de los encuestados se encuentra en un nivel promedio (55,26%), esto quiere decir que, pueden desempeñarse con independencia y sin temor a las críticas del entorno, siguiendo el porcentaje con nivel bajo (42,98%) y que, el menor número de los participantes se encuentra en niveles altos (1,75%), lo que significa que presentan mayores características que el promedio.

**Figura 5**

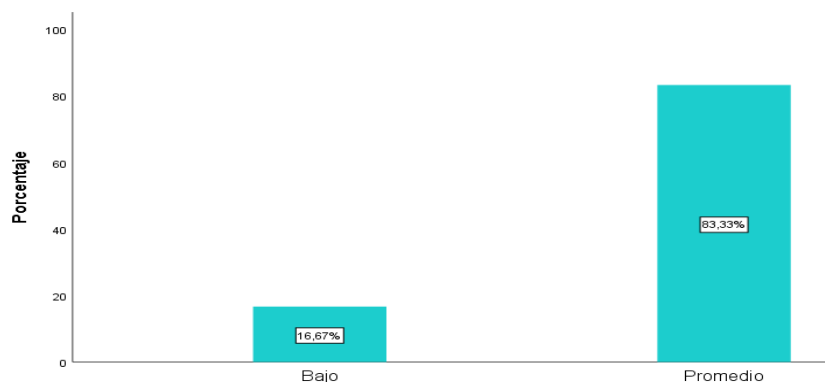
*Nivel dominio del entorno*



Según la Figura 5 la distribución del nivel del entorno presenta un promedio del 82,46%, resaltando la destreza personal para seleccionar o crear ambientes prósperos para las necesidades propias, seguido por el nivel alto con 8,77%, quienes presentan más características del promedio y que, el menor número de ellos se encuentra en el nivel bajo con el 8,77% restante, quienes no son capaces de crear espacios necesarios para las necesidades personales

### Figura 6

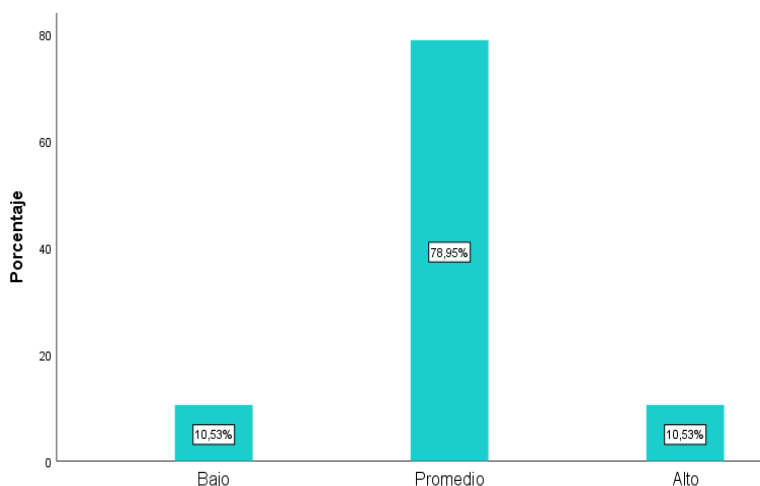
#### *Nivel crecimiento personal*



Según la Figura 6, se describe la distribución de los niveles de la dimensión crecimiento personal, en donde el mayor número de encuestados se encuentra en un nivel promedio con un total del 83,33%, considerando que en el transcurso del tiempo que han subsistido han progresado personalmente hacia sus metas, y que, el menor número de ellos se encuentra en el nivel bajo con el 16,67% restante, siendo pocas las personas que no han logrado cumplir sus sueños.

### Figura 7

#### *Nivel propósito en la vida*

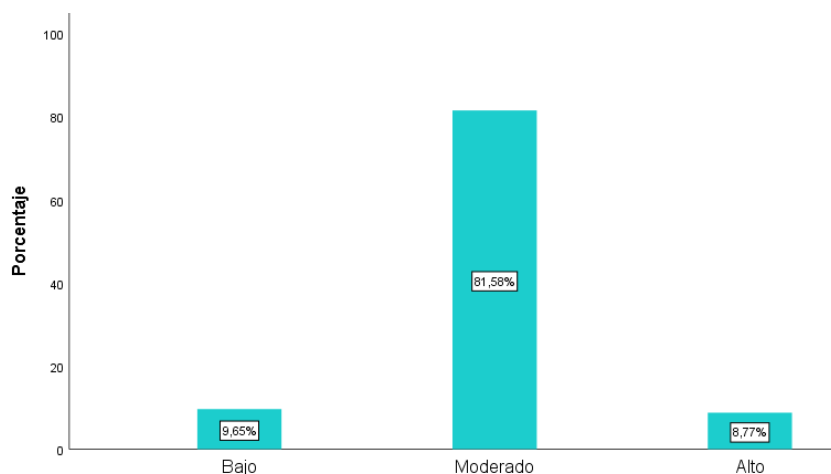


Como se observa en la Figura 7, se da a conocer la distribución de los niveles de propósito en la vida, en donde el mayor número de los encuestados se encuentra en un nivel promedio (78,95%), refiriendo tener planes con el futuro de su vida, seguido por el nivel alto y bajo (10,53%), quienes son pocos los que no planean ejecutar sueños trazados.

**Variable: Ansiedad**

**Figura 8**

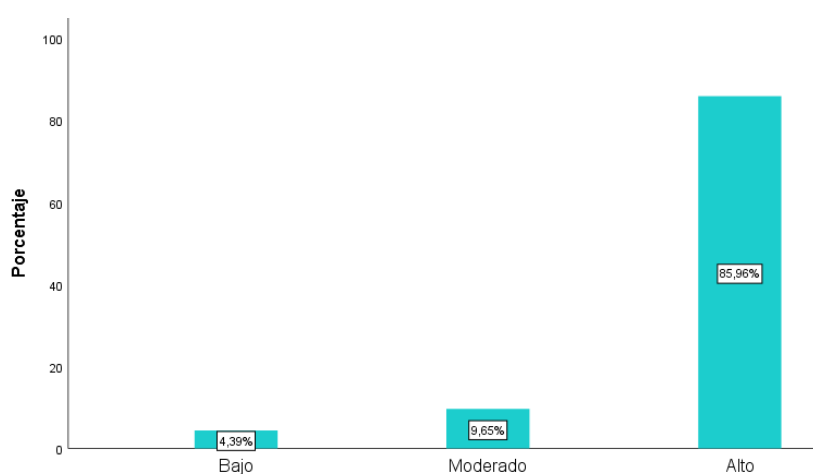
*Niveles de la variable ansiedad*



Según la figura 8, se muestra la distribución de los niveles de la variable ansiedad, en donde el mayor número de los encuestados se encuentra en un nivel moderado (81,58%), lo que significa que se encuentran alarmados e intranquilos con las situaciones que atraviesan. seguido por el nivel bajo (9,65%), quienes a pesar de las dificultades sí se encuentran calmados; y que, por último, el 8,77% del total se encuentra en un nivel alto.

## Figura 9

### *Niveles ansiedad estado*

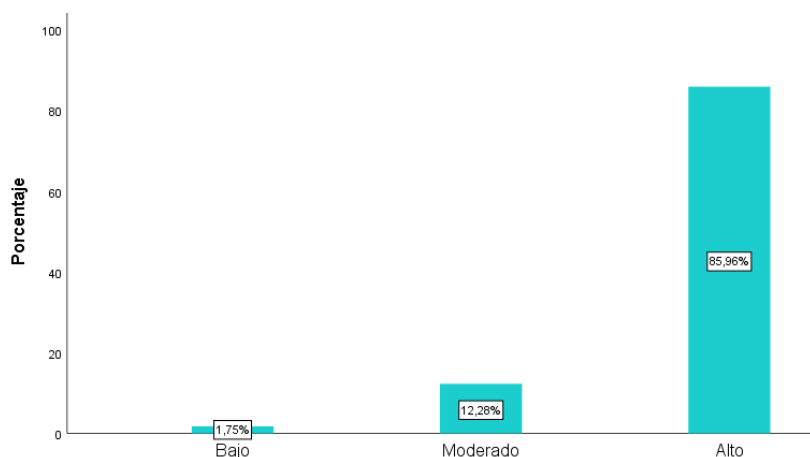


Según la Figura 9, la distribución de los niveles de la dimensión ansiedad estado, en donde el mayor porcentaje de los encuestados ocupa un nivel alto (85,96%), esto quiere decir que, los encuestados que se encuentran en este nivel presentan bastante ansiedad en el momento actual de sus vidas y que por ello presentan preocupaciones, nerviosismo y cambios fisiológicos. Por otro lado, el 9,65% presentan una ansiedad moderada y el 4,39% un nivel de ansiedad baja, lo que significa que no presentan preocupaciones excesivas sobre el momento actual en el que se encuentran.

## Figura 10

### *Niveles de la dimensión ansiedad rasgo*





Según la Figura 10, la distribución de los niveles de la dimensión ansiedad rasgo, donde el porcentaje mayoritario se encuentra en un nivel elevado (85,96%), esto quiere decir que, los encuestados que se encuentran en este nivel presentan bastante nerviosismo y reaccionan de forma preocupada cuando perciben una noticia desagradable. Por otro lado, el 12,28% presentan una ansiedad moderada y el 1,75% presentan un nivel de ansiedad baja, quienes sí son capaces de afrontar una noticia trágica y no decaer en su estado de ánimo o de actividades.

### Estadística inferencial

#### *Prueba de normalidad de las variables bienestar psicológico y ansiedad*

**Tabla 8**

*Prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov*

	Estadístico	gl	<i>p</i>
Autoaceptación	,121	114	,000
Relaciones positivas	,161	114	,000
Autonomía	,194	114	,000
Dominio del entorno	,175	114	,000
Propósito en la vida	,155	114	,000

Propósito en la vida	,155	114	,000
Crecimiento personal	,194	114	,000
Bienestar psicológico	,168	114	,000
Ansiedad	,155	114	,000

Nota. p = nivel de significancia, gl = grados de libertad

En la tabla 8 se describe la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las variables ansiedad, bienestar psicológico y sus dimensiones en donde el valor de (Sig.) es de ,000 < .05, la que pertenece a una distribución no normal. Por lo tanto, al ser una distribución no normal, se realizó la correlación de las variables estudiadas mediante el coeficiente *rho* de Spearman.

### 3.3 Correlaciones de Rho de Spearman

**Tabla 9**

*Correlaciones mediante el coeficiente Rho de Spearman entre las variables bienestar psicológico y ansiedad*

		Ansiedad
	<i>rho</i> de Spearman	- ,512
Bienestar psicológico	<i>p</i>	,000
	N	114

Nota. N: total de evaluados. Sig. (bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

En la Tabla 9 se observa que la correlación entre la variable Ansiedad con la de Bienestar psicológico es de (Rho= -,512), lo que significa que existe correlación negativa moderada entre ambas variables. Debido a que el valor ( $p=.000<.05$ ), está por debajo del nivel de significancia del error aceptado, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, los resultados evidencian que a mayor ansiedad menor bienestar psicológico y viceversa.

**Tabla 10**

*Correlación Rho de Spearman entre la ansiedad y la dimensión de autoaceptación*

		Ansiedad
Autoaceptación	<i>rho</i> de Spearman	-,457
	<i>p</i>	,000
	<i>N</i>	114

*Nota.* N: total de evaluados. Sig. (bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas. }

En la Tabla 10 se observa que la correlación entre la variable Ansiedad y la dimensión de autoaceptación es de (Rho= -,457), lo que significa que existe correlación negativa moderada entre la variable y la dimensión estudiada.

Debido a que el valor ( $p=.000<.05$ ), está por debajo del nivel de significancia del error aceptado, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, los resultados evidencian que a mayor ansiedad menor grado de autoaceptación y viceversa.

**Tabla 11**

*Correlación Rho de Spearman entre la variable ansiedad y la dimensión de relaciones positivas*

		Ansiedad
Relaciones positivas	<i>rho</i> de Spearman	-,514
	<i>p</i>	,000
	<i>N</i>	114

*Nota.* N: total de evaluados. Sig. (Bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

En la Tabla 11 se observa que la correlación entre la variable Ansiedad con la dimensión de Relaciones positivas es de (Rho= -,514), lo que significa que existe correlación negativa moderada entre la variable y la dimensión estudiada.

Debido a que el valor ( $p=.000<.05$ ), está por debajo del nivel de significancia del error aceptado, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, los

resultados evidencian que a mayor ansiedad menor grado de relación positiva con los demás y viceversa.

**Tabla 12**

*Correlación Rho de Spearman entre la variable ansiedad y la dimensión de autonomía*

		Ansiedad
	<i>rho</i> de Spearman	-,398
Autonomía	<i>p</i>	,000
	N	114

*Nota.* N: total de evaluados. Sig. (Bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

En la Tabla 12 se observa que la correlación entre la variable Ansiedad con la dimensión de autonomía es de (Rho= -,398), lo que significa que existe correlación negativa baja entre la variable y la dimensión estudiada.

Debido a que el valor ( $p=.000<.05$ ), está por debajo del nivel de significancia del error aceptado, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, los resultados evidencian que a mayor ansiedad menor autonomía y viceversa.

**Tabla 13**

*Correlación Rho de Spearman entre la variable ansiedad y la dimensión dominio del entorno*

		Ansiedad
	<i>rho</i> de Spearman	-,483
Dominio del entorno	<i>p</i>	,000
	N	114

N: total de evaluados. Sig. (Bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

En la Tabla 13 se observa que la correlación entre la variable Ansiedad con la dimensión de dominio del entorno es de ( $Rho = -.483$ ), lo que significa que existe correlación negativa moderada entre la variable y la dimensión estudiada.

Debido a que el valor ( $p = .000 < .05$ ), está por debajo del nivel de significancia del error aceptado, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, los resultados evidencian que a mayor ansiedad menor dominio del entorno mantiene la persona para relacionarse y viceversa.

**Tabla 14**

*Correlación Rho de Spearman entre la variable ansiedad y la dimensión propósito en la vida*

		Ansiedad
	<i>rho</i> de Spearman	-,483
Propósito en la vida	<i>p</i>	,000
	N	114

*Nota.* N: total de evaluados. Sig. (Bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

En la Tabla 14 se observa que la correlación entre la variable Ansiedad con la dimensión de propósito en la vida es de ( $Rho = -.483$ ), lo que significa que existe correlación negativa moderada entre la variable y la dimensión estudiada.

Debido a que el valor ( $p = .000 < .05$ ), está por debajo del nivel de significancia del error aceptado, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, los resultados evidencian que a mayor ansiedad menor satisfacción por obtener un propósito en la vida y viceversa.

**Tabla 15**

*Correlación Rho de Spearman entre la variable ansiedad y la dimensión de crecimiento personal*

		Ansiedad
	<i>rho</i> de Spearman	-,503
Crecimiento personal	<i>p</i>	,000
	N	114

*Nota.* N: total de evaluados. Sig. (Bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

En la Tabla 15 se observa que la correlación entre la variable Ansiedad con la dimensión de crecimiento personal es de (Rho= -,503), lo que significa que existe correlación negativa moderada entre la variable y la dimensión estudiada.

Debido a que el valor ( $p=.000<.05$ ), está por debajo del nivel de significancia del error aceptado, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, los resultados evidencian que a mayor ansiedad menor capacidad para obtener un crecimiento personal y viceversa.

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

### 4.1 Discusión

El trabajo de investigación busco determinar la relación entre el bienestar psicológico y la ansiedad en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista – Callao, 2021. Por consiguiente, según los resultados obtenidos se busca comprobar las hipótesis planteadas en donde se evidencia que existe relación inversa y significativa entre ambas variables estudiadas. Por lo tanto, podemos inferir que la relación inversa negativa que existe entre el estado de ánimo que nos mantiene tranquilos y el estado mental que se caracteriza por poseer una gran inquietud e inseguridad extrema.

Estos resultados son parecidos a los que hallaron Álvarez et al. (2019) quienes investigaron al personal de un Policlínico encontrando un grado de correlación significativa e inversa entre una y otra variable. Confirman lo planteado por Díaz (2014) quien plantea que las personas sufren una afectación clínica, física y psicológicamente a nivel emocional, debido a la alta tensión que percibe del entorno, y esto no le permite tener una buena gestión de las emociones y capacidad de adaptación a situaciones agobiantes. Esta relación inversa hallada se debe a que anteriormente ya se han investigado las variables de estudio sostenidas por un marco teórico.

Del mismo modo, el primer objetivo específico se redactó con la finalidad de determinar la relación que existe entre la ansiedad y la dimensión de auto aceptación en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista – Callao, 2021. En esa manera, se sustrajo un valor  $p = .000$  y una fuerza de correspondencia rho de  $-.457$ , lo que denota un valor inverso negativo moderado y significativo de correspondencia entre las variables estudiadas. Por lo que, siendo el valor  $p$  menor al estimado, es aceptada la hipótesis de

investigación que menciona que existe relación inversa y significativa entre la ansiedad y la dimensión de auto aceptación en los trabajadores sanitarios de un establecimiento ubicado en Bellavista – Callao, 2021. Esto indica que el problema psicológico de origen cognitivo y emocional se relaciona inversamente con la manera de aceptarse a uno mismo y no querer cambiar o interferir algo que sucedió. Estos hallazgos son similares a lo estudiado por Flores (2020), quien descubrió una correlación negativa entre dichas variables con una población mexicana de estudiantes. Estos resultados confirman lo planteado por Macchiavello (2021) donde afirma que cuando el individuo presente niveles de ansiedad alta automáticamente se activarán los factores protectores del autoconcepto y por la inseguridad no puede ser capaz de reconocer quiénes son realmente. De esta forma, los resultados se ratifican, pues ambos constructos presentan correlación, pero de manera inversa.

Por otra parte, se propuso un segundo objetivo específico, con la finalidad de determinar la relación que existe entre la ansiedad y la dimensión social de relaciones positivas en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista - Callao, 2021. Para lo que se encontró un valor  $p = .000$  y una fuerza de correspondencia rho de  $-.514$ , lo que refiere un valor inverso negativo moderado y significativo de correspondencia entre ambas variables. En ese sentido, el valor p es menor al estimado, lo que indica que es aceptada la hipótesis de investigación que nombra que existe relación inversa y significativa entre ansiedad y la dimensión de relaciones positivas. Eso refiere que el problema psicológico de origen cognitivo y emocional se relaciona de manera inversa con la capacidad de las personas para comunicarse abierta y honestamente con los demás. Estos resultados son parecidos a los que obtuvo Pérez (2019) quien realizó un estudio con una muestra de mujeres con grupo etario de jóvenes de 20 a 38 años encontrando relación inversa entre las variables a estudiar.



Reforzando la opinión de Urbiola (2016), quien menciona que a menores niveles de seguridad y fomentación de conexiones positivas existe mayor nivel de ansiedad y depresión.

Por otra parte, el tercer objetivo busco determinar la relación que existe entre la ansiedad y la dimensión de autonomía en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista - Callao, 2021. De esta forma, se encontró un valor  $p = .000$  y una fuerza de correspondencia rho de  $-.398$ , lo que refiere un valor inverso negativo bajo y significativo de correspondencia entre las variables de estudio. Siendo el valor  $p$  menor al estimado, es aceptada la hipótesis de investigación que alude que existe relación significativa e inversa entre ansiedad y la dimensión de autonomía. Esto indica que el problema psicológico de origen cognitivo y emocional se relaciona de manera inversa con la independencia de la persona en diferentes áreas de su vida. Estos hallazgos son parecidos a los de Saravia et al. (2020) quien encontró que los niveles altos de ansiedad alteraban el desempeño físico y mental, es decir, la autonomía para poder realizar las actividades que suelen hacerse con normalidad. Así mismo, comprueba lo que afirma Jadue (2001) quien describe que los niveles altos de ansiedad minimizan el proceso de aprendizaje, autonomía y los niveles de atención.

Así mismo, el cuarto objetivo específico busco determinar la relación que existe entre la ansiedad y el dominio del entorno en los trabajadores sanitarios de un Centro de Salud ubicado en Bellavista - Callao, 2021. Se encontró un valor  $p = .000$  y una fuerza de correspondencia rho de  $-.483$ , lo que refiere un valor inverso negativo moderado y significativo de correspondencia entre las variables estudiadas. Siendo así el valor  $p$  menor al estimado, es aceptada la hipótesis de investigación que propone que existe relación significativa e inversa entre ansiedad y la dimensión de dominio del entorno personal. Esto indica que el problema psicológico de origen cognitivo y emocional se relaciona de manera

inversa con la capacidad de sobrevivir en un entorno difícil. Estos hallazgos son similares a los de Oblitas (2019) quien encontró que mientras haya más nivel de dominio del entorno personal, sea mediante técnicas y estrategias internas hay deficientes niveles de estrés en un pequeño conjunto de universitarios. Afirma lo que menciona Gonzales (2019) mientras más capacidad haya de tolerancia mediante cualquier factor protector podremos sentir menos agobio y fatiga, por ello sentiremos menos carga emocional y tendremos la autonomía para poder realizar las actividades que suelen hacerse con normalidad.

Por consiguiente, el quinto objetivo específico busco determinar la relación que existe entre la ansiedad y la dimensión de propósito en la vida en los trabajadores sanitarios de un Centro de Salud ubicado en Bellavista - Callao, 2021. Se presentó un valor  $p = .000$  y una fuerza de correspondencia rho de  $-.436$  lo que señala un valor inverso negativo moderado y significativo de correspondencia entre las variables de estudio. Por lo cual, siendo el valor  $p$  menor al estimado, es aceptada la hipótesis de investigación que plantea que existe relación significativa e inversa entre sí. Eso quiere decir, que el problema psicológico de origen cognitivo y emocional se correlaciona de manera inversa con la necesidad de establecer metas claras y alcanzables. Estos hallazgos son similares a los de Cabrera (2019) quien encontró que mientras hay más nivel de ansiedad y estrés hay menos metas y deseos de superación en la muestra realizada por 75 mujeres de Cajamarca. También afirma lo que menciona Canton (2020) todos nos preocupamos, pero hacerlo en exceso es perjudicial para la salud y nuestros planes, ya que estamos actuando de acuerdo con lo que estamos pensando.

Por último, el sexto objetivo específico busco determinar la relación que existe entre la ansiedad y la dimensión de crecimiento personal en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista - Callao, 2021. Se encontró un valor  $p = .000$  y una fuerza de correspondencia rho de  $-.503$  lo que refiere un valor inverso negativo moderado y

significativo de correlación en las variables estudiadas. Por lo que, siendo el valor p menor al estimado, es aceptada la hipótesis de investigación que señala que existe relación significativa e inversa entre ansiedad y la dimensión de crecimiento personal. Eso señala que los problemas psicológicos de origen cognitivo y emocional son relacionados de manera inversa con la capacidad de aprender y estar dispuestos a desafiantes oportunidades. Estos hallazgos son similares a los de Gutierrez (2020), quien encontró que actuar con optimismo, dispuestos a no rendirse ante actividades nuevas y retadoras se encuentra relacionado inversamente con los niveles de estrés e inseguridad. Esto confirma lo que menciona Benzabat (2017), que son emociones de estrés, emociones frágiles, pero impulsadoras a que podamos adquirir nuevos retos.

#### **4.2 Limitaciones**

Los resultados de esta investigación fueron recolectados bajo la coyuntura de la emergencia sanitaria mundial, junto con las implicancias de la coyuntura política nacional, la cual crea un ambiente poco estable, en los últimos meses del 2021, bajo estas premisas se decide optar por hacer la recolección de datos por un medio virtual, de manera que se cambia el planteamiento utilizado en un contexto presencial, donde muchas veces se podía precisar las instrucciones de manera exacta a los participantes y si en caso, existieran dudas o cuestiones, se podía podían solucionar de manera más particular y rápida. Asimismo, esta modalidad es mucho más tardada, porque no se puede llegar a los posibles participantes con facilidad, porque requiere de un tiempo determinante y los participantes al trabajar en el área de salud están más saturadas y con menor tiempo para estar en los medios electrónicos y pasar diferentes filtros virtuales en los cuales es fácil estancarse, esto en comparación a la modalidad presencial. Por otra parte, otro limitante, que tiene que ver con la literatura del tema en concreto es que no existen investigaciones, muchas investigaciones enfocadas en

las dimensiones de las variables tocadas en esta investigación a nivel de Latinoamérica a pesar de referenciar los porcentajes estadísticos de esta problemática.

### **4.3 Implicancias**

De esta tesis se infiere que los resultados obtenidos junto con la revisión de los antecedentes y teorías planteadas se pueden generalizar a nuevas investigaciones con las mismas variables y/o con la misma población establecida. De manera que este estudio sirva como antecedente, relacionado a la temática planteada, debido a su relación con sus resultados, ya que algunos infieren una relación existente y significativa entre ambas variables. Sin embargo, también se puede evidenciar que existen estudios que niegan esta relación significativa entre estas dos variables.

### **4.4 Conclusiones**

**PRIMERO:** los resultados confirman que se halló una correlación negativa moderada entre las variables ansiedad y bienestar psicológica en el personal de un Centro de salud ubicado en Bellavista-Callao, 2021.

**SEGUNDO:** los resultados confirman una correlación negativa moderada entre la variable ansiedad y la dimensión de auto concepto estudiada. Esto señala que el problema psicológico de origen mental y emocional altera nuestra capacidad de vernos realmente como somos y vemos a través de nuestros temores e inseguridades.

**TERCERO:** los resultados confirman una correlación negativa moderada entre la variable ansiedad y la dimensión de relaciones positivas. Esto señala que el problema psicológico de origen mental y emocional altera la capacidad para podernos relacionar satisfactoriamente y de manera empática con la sociedad.

CUARTO: los resultados confirman una correlación negativa baja entre la variable y la dimensión de autonomía. Esto señala que el problema psicológico de origen mental y emocional altera la capacidad para poder concentrarnos, ser capaces de realizar actividades de manera individual y óptima.

QUINTO: los resultados confirman una correlación negativa moderada entre la variable ansiedad y la dimensión dominio del entorno. Esto señala que el problema psicológico de origen mental y emocional altera la capacidad de poder gestionar nuestras emociones, actitudes y conductas con el resto de la sociedad.

SEXTO: los resultados confirman una correlación negativa moderada entre la variable ansiedad y la dimensión de propósito en la vida. Esto señala que el problema psicológico de origen mental y emocional altera la capacidad de poder planear metas, tener nuevos retos y desafiarse objetivos nuevos.

SÉPTIMO: los resultados confirman una correlación negativa moderada entre la variable ansiedad y la dimensión de crecimiento personal. Esto indica que el problema psicológico de origen mental y emocional altera la capacidad de poder desarrollar actividades que antes lográbamos hacer con facilidad por miedo a las nuevas inseguridades.

## REFERENCIAS

- Abraham Hodge. Díaz, D; Rodríguez, R; Blanco, A; Moreno B; Gallardo, I; Valle, C. y Van Dierendonck, D. (2006). *Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff*. *Psicothema*, 572-577.
- Aldave, C. y Sinche, H. (2020). *Satisfacción con la vida y bienestar psicológico en estudiantes de una escuela superior castrense de Lima* [Tesis de licenciatura, Chile]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/25097>
- Alvarez, N. (2019). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico* [Tesis de licenciatura, Perú] Repositorio de la Universidad de Lima. <https://repositorio.ulima.edu.pe/>
- Arrese Tomati, V. M. (2020). *Bienestar Psicológico y Ansiedad Rasgo-Estado en basquetbolistas de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura. Pontificia Universidad Católica del Perú] <http://hdl.handle.net/20.500.12404/17863>
- Banzabat Peña, H. (2017). Cargas emocionales y gestión mediante factores protectores internos de estudiantes universitarios de la ciudad de Buenos Aires. *Psicoysalud: Mentes lúcidas*, 12(1). 53-58.
- Bakker, A.B. y Rodríguez Muñoz, A. (2014). Introducción a la psicología ocupacional positiva. *Psicothema*, 24 (1), 62-65.
- Bazán, L. (2021). Adaptación, validez y fiabilidad del inventario ansiedad rasgo-estado para adultos de la ciudad de Trujillo. *Revista de Investigación en Psicología*, 24(1), 101 - 116. ISSN 1560-909X
- Bergen-Cico, D. & Cheon, S. (2014). The mediating effects of mindfulness and selfcompassion on trait anxiety. *Mindfulness*, 5(5), p. 505-51.
- Boucheron, P., & Robin, C. (2020). El miedo. *Historia y usos políticos de una emoción. Buenos Aires: Capital Intelectual*. <https://www.eldiplo.org/wp-content/uploads/2018/files/8415/0299/5582/el-miedo-2.pdf>
- Cabello, M. A., Roldán, J. R., & Pérez, R. G. (2005). Escala de Aprensión Psicológica Personal (EAPP) en Fisioterapia. *Revista Iberoamericana de Fisioterapia y Kinesiología*, 8(2), 77-87.

- Cabrera, C. R. M. (2019). *Bienestar psicológico y ansiedad en internas de un penal de Cajamarca 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte] <http://hdl.handle.net/11537/21968>
- Cantón, E; Checa, I; Vellisca, M. (2015). Bienestar psicológico y ansiedad competitiva: el papel de las estrategias de afrontamiento. *Revista Costarricense de Psicología*, 34(2), 71-78. ISSN 1659-2913
- Carrasco, S. (2010). *Metodología de la investigación científica*. Editorial San Marcos.
- Carrillo Prado, G. M. (2019). *Ansiedad y Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología*. Universidad Nacional de Tumbes.
- Castilla, H., Coronel, J., Bonilla, A., Mendoza, M., & Barboza. (2016). Validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia (Scale Resilience) en una muestra de estudiantes y adultos de la Ciudad de Lima. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 4(2), 121-136.
- Colegio de Psicólogos del Perú, (2017). Código de ética y Deontología. Chromeextension://efaidnbmnnnibpajpcglclefindmkaj/viewer.html?pdfurl=http%3A%2F%2Fapi.csp.io%2Fpublic%2Fdocuments%2Fcodigo\_de\_etica\_y\_deontologia.pdf&clen=5538451&chunk=true
- Cullen, W. (2018). *Sinopsis nosología metódica: sistemas morborum clases genera et especies*. New York.
- Díaz, M., Amato, R., Chávez, J. y Rangel, S. (2019). Depresión y ansiedad en embarazadas. *Salus*. 17(2), 1 – 1.
- Domínguez, S; Villegas, G; Sotelo, N. y Sotelo, L. (2012). Revisión Psicométrica del Inventario de Ansiedad Estado- Rasgo (IDARE) en una Muestra de Universitarios de Lima Metropolitana. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 1 (1), 45-54. [https://www.uigv.edu.pe/fileadmin/facultades/psicologia/documentos/revista\\_2012\\_1\\_completa.pdf](https://www.uigv.edu.pe/fileadmin/facultades/psicologia/documentos/revista_2012_1_completa.pdf)
- Escoto, M., Camacho, E., Rodríguez, G., y Mejía, J. (2019). Programa parz Escoto, M., Camacho, E., Rodríguez, G., y Mejía, J. (2019). Programa para modifica car alteraciones de la imagen corporal en estudiantes de Bachillerato. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 1, 112- 118. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72723439009.pdf>

- Fernández-Morales, R; Alloud, N; Alvarez-Sierra, M; Castellanos, M; Espel, L; Fortin, I; García-Sáenz, K; Guerra, A.; Liquez, K; Marroquín-Crocker, K y Morales. *El bienestar psicológico es un pilar de todos*. Universidad Autónoma del Valle.
- Flores, G. (2020). *Autoestima y ansiedad en estudiantes universitarios*. Universidad de Valencia.
- García-Viniegras, C. R. V. (2020). El bienestar psicológico: Dimensión subjetiva de la calidad de vida. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 8(2), 1-20.
- Gómez Benito J, Hidalgo M. La validez en los test, escalas y cuestionarios. (2011). La sociología en los escenarios 8 (revista electrónica). Centro de Estudios de Opinión 2002.  
<http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/ceo/article/vie50/1370>
- Góngora, V., & Castro Solano, A. (2018). Bienestar emocional, psicológico y social y variables demográficas en población adulta de la ciudad de Buenos Aires. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad.*, 18(1), 72-83.  
<https://www.trabajo-social.org.ar/wp-content/uploads/Politica-afectos-identidades-Anapios-y-otras.pdf#page=283>
- Gonzales Poma, E. (2019). Estudios entre los factores protectores de la autonomía y la violencia familiar en estudiantes universitarios de una universidad de Bolivia. *Revista healthsalud: psicología y cuidado*, 13(1), 23-56.
- Guerrero, E; Estrada, N; & Reynoso, J. (2015). Estudios transversales. *Educación Y Salud Boletín Científico de Ciencias de la Salud del ICESA*, 3(6).  
<https://doi.org/10.29057/icsa.v3i6.805>
- Gutiérrez-Carmona, A; Alday, C; Urzúa, A; Wlodarczyk, A. (2020). ¿Puede el optimismo mediar el efecto negativo de la ansiedad característica en el bienestar psicológico, Chile? *Revista Interamericana de Psicología*, 54(2), 1-17.
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. (1ª ed.). McGraw-Hill.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. Sexta edición. Mc Graw Hill Education.
- Jadue Palomino E. (2001). Niveles de aprendizaje en estudiantes que han presentado signos de violencia. [Tesis para obtener el grado de licenciatura. Universidad Abierta y a Distancia de Mexico]



- Luna, D., Urquiza-Flores, D. I., Figuerola-Escoto, R. P., Carreño-Morales, C., & Meneses-González, F. (2020), México. Predictores académicos y sociodemográficos de ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes mexicanos de medicina. Estudio transversal. *Gaceta médica de México*, 156(1), 40-46.  
<https://doi.org/10.24875/gmm.19005143>
- Machiavello Germán, F. (2021). Factores protectores del autoconcepto y la relación con la ansiedad. [Tesis para obtener el grado de magister. Universidad de Valencia]
- Maldonado, J. (2018). Metodología de la investigación social. Paradigmas: cuantitativo, socio crítico, cualitativo, complementario. (1ª ed.). Ediciones de la U.
- Medina, M; Gutiérrez, C y Padrós, F (2013). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Ryff en población mexicana. *Revista de Educación y Desarrollo*. 27, 25-30.  
[https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anterioresdetalle.php?n=27](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anterioresdetalle.php?n=27)
- Mego, R. L. (2020). *Bienestar psicológico y satisfacción con la vida en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo* (Tesis de licenciatura). Repositorio de la Universidad Privada del Norte.  
<https://hdl.handle.net/11537/24754>
- Mendaglio, S. (2018). *Dabrowski's theory of positive desintegración: A personality theory for the 21st century*. Dabrowski's theory of positive disintegration, 13-40.
- Mendoza, A. M. E. (2023). *Bienestar psicológico en tiempos de pandemia*. Universidad Federico Villareal.  
<https://lamenteesmaravillosa.com/las-6-dimensiones-del-bienestar-psicologico/>
- Morales Gonzales, J; Pastor Ramírez, L; Vargas Marquina, P; Vásquez Pérez, G. (2018). *La felicidad en hospitales del Minsa en Lima Metropolitana*. (Tesis de Magíster). Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Muñoz R. (2015). *Metodología de la investigación*. Oxford University Press.  
<https://corladancash.com/wp-content/uploads/2019/08/56-Metodologia-de-la-investigacion-Carlos-I.-Munoz-Rocha.pdf>
- Muñoz, J. (2010). Las teorías de los tests: Teoría clásica y teoría de respuesta a los ítems. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 57-66.  
<http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1796.pdf>

- Neff, K. D & Beretvas, S. N. (2013). *The role of self-compassion in romantic relationships*. *Self and Videntito* 12, p. 78-98.
- Nicolini, N. (2020). *Depresión y ansiedad en los tiempos de la pandemia de COVID-19*. *Cirugía y Cirujanos*, 88(5), 542-547. DOI: 10.24875/CIRU.M20000067
- Oblitas, L; Anicama, J; Ballona, L; Bazán, C; et al. (2019). *Impacto del mindfulness en la salud y el estrés laboral en trabajadores de una universidad de Lima Sur, Perú*. *Salud Uninorte*, 35(2).
- Organización Mundial de la Salud (2016). *Salud mental: un estado de bienestar*. [http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/es/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/)
- Pardo Pajuelo, F. (2011). *Bienestar psicológico y ansiedad rasgo-estado en alumnos de un MBA de Lima Metropolitana*.
- Pérez Guzmán, G. (2019). *Bienestar psicológico en mujeres víctimas de violencia familiar*. *Universidad Autónoma del Valle*.
- Reyna, J. (2020). *Bienestar psicológico y respuesta conductual durante el confinamiento domiciliario decretado por la pandemia del COVID-19 en adultos de la ciudad de Guatemala*. *Universidad de Ciencias Sociales y Humanidades*, 7(1), 41-50. ISSN: 2410-6291
- Ries, F; Castañeda, C; Campos, M. y Del Castillo, O (2012). *Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas*. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 9-16.
- Rodríguez, A. y Pérez, A. O. (2017). *Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento* *Revista EAN*, 82.  
<https://doi.org/10.21158/01208160.n82.2017.1647>
- Rodríguez, Y. y Quiñones A. (2012). *El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios*. *Revista Griot*, 5(1), 7-17. ISSN 1949- 4742
- Rosa-Rodríguez, Y., & Quiñonez-Berrios, A. (2018). *El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios*. *Revista Griot*, 5(1), 7-17.  
<http://ojs.uprrp.edu/index.php/griot/article/viewArticle/279>
- Salazar García, F. R., & Leon auregui, R. M. E. (2018). *ANSIEDAD Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI. TRUJILLO*.

- Sánchez, H., Reyes, C. y Mejía, K. (2018). *Manual de términos de investigación científica, tecnológica y humanística*. Lima. Universidad Ricardo Palma.
- Saravia Aedo, R., Quilca Puerta, G., Portocarrero Lopez, G., Paredes Sanchez, K., Hilario Neyra, J., Lopez Huaman, H., Huaman Serrano, L, Chipana Padilla, A., Peña Ruiz, G. (2020). Relacion entre la autoeficacia, autoeficiencia, desempeño mental y niveles de ansiedad. Universidad Del Valle.
- Sepúlveda-Páez, G., Díaz-Karmelic, Y., & Ferrer-Urbina, R. (2019). Ansiedad pre-competitiva y estrategias de afrontamiento deportivo, en disciplinas acuáticas individuales y colectivas en deportistas juveniles de alto nivel. *Límite (Arica)*, 14, 0-0  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071850652019000100216&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071850652019000100216&script=sci_arttext)
- Trevizani, G; Nascimento, J; De Oliveira, A; Lima, B; Barreira, C. (2021). Ansiedad y depresión en la atención presencial y de telesalud durante la pandemia de Covid-19: un estudio comparativo. *Trabalho, Educação e Saúde Métrica*, 19(1), 1-15.  
<https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00317>
- Troya Figueroa M. (2016). L'art de viure l'autoconeixement com a eina de millora personal i profesional de ls Mestres i professors.Memoria del Project [Internet].  
<http://www.xtec.cat/sgfp/licencias/200506/memories/1104m.pdf>
- Urbiola Sanchez, A. (2016). Ansiedad y depresión como fator determinante para relaciones positivas. [Tesis de maestria, Universidad Tecnológica de México]
- Veliz Burgos, A. L., Dörner Paris, A. P., Soto Salcedo, A. G., & Arriagada Arriagada, A. (2018). Bienestar psicológico y burnout en profesionales de atención primaria de salud en la región de Los Lagos, Chile. *Acta universitaria*, 28(3), 56-64.
- Veliz, A; Dörner, A; Soto, A; Arriagada, A (2018). Bienestar psicológico y burnout en profesionales de atención primaria de salud en la región de Los Lagos, Chile. *Acta universitaria*, 28(3), 56-64.  
<https://doi.org/10.15174/au.2018.1895>
- Vivaldi, F., & Barra, E. (2022). Bienestar Psicológico, apoyo social percibido y percepción de salud en adultos mayores.  
<https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/apl33.01.2015.03/2512>

## ANEXOS

## Anexo 1. Matriz de Consistencia

Planteamiento del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables de estudio	Metodología
<p><b>Problema general</b> ¿Cómo se relaciona la ansiedad con el bienestar psicológico en el personal de un Centro de salud ubicado en Bellavista, Callao 2021?</p>	<p><b>Objetivo general</b> Identificar la relación entre ansiedad y bienestar psicológico en el personal de un Centro de salud ubicado en Bellavista, Callao 2021</p>	<p><b>Hipótesis general</b> Existe relación entre la ansiedad y el bienestar psicológico del personal de un centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao 2021.</p>	<p><b>Variable 1:</b> <b>Bienestar psicológico</b> Dimensiones: -Auto aceptación -Relaciones positivas -Autonomía -Dominio del entorno -Propósito en la vida -Crecimiento personal</p>	<p><b>Enfoque:</b> cuantitativo <b>Nivel:</b> correlacional <b>Diseño:</b> No experimental  <b>Población:</b> 114 trabajadores  <b>Muestra:</b> 114 trabajadores.  <b>Técnica de muestreo</b> No probabilístico por conveniencia</p>
<p><b>Problema específico 1</b> ¿Cómo se relaciona la ansiedad y la dimensión de auto aceptación en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista Callao 2021?</p>	<p><b>Objetivo específico 1</b> Identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión de auto aceptación en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao 2021.</p>	<p><b>Hipótesis específica 1</b> Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de auto aceptación en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao 2021.</p>	<p><b>Variable 2:</b> <b>Ansiedad</b></p>	

<p><b>Problema específico 3</b> ¿Cómo se relaciona la ansiedad y la dimensión de autonomía en el personal de un Centro de salud ubicado en Bellavista, Callao 2021?</p>	<p><b>Objetivo específico 2</b> Identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión de relaciones positivas con otras personas en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao 2021.</p>	<p><b>Hipótesis específica 2</b> Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de relaciones positivas con otras personas en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao 2021.</p>	<p>Dimensiones: - Ansiedad rasgo - Ansiedad estado</p>	<p><b>Instrumentos de recolección de datos:</b> Se utilizó la técnica de la encuesta Los instrumentos utilizados son: - Inventario de IDARE - Escala de Bienestar psicológico de Ryff</p>
<p><b>Problema específico 4</b> ¿Cómo se relaciona la ansiedad y la dimensión de dominio del entorno en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao 2021?</p>	<p><b>Objetivo específico 3</b> Identificar la relación entre ansiedad y la dimensión de autonomía en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao 2021.</p>	<p><b>Hipótesis específica 3</b> Existe relación entre ansiedad y la dimensión de autonomía en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao 2021</p>		<p><b>Técnicas de análisis de datos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se empleará para el análisis de datos en SPSS versión 26</li> <li>• Para emplear el empleo de pruebas paramétricas o no paramétricas se utilizará la prueba de Kolmogórov-Smirnov</li> <li>• Para establecer la correlación entre las variables se usará Pearson o Spearman dependiendo del caso.</li> </ul>
<p><b>Problema específico 5</b> ¿Cómo se relaciona la ansiedad y la dimensión de propósito en la vida en el personal de un Centro de salud ubicado en Bellavista, Callao 2021?</p>	<p><b>Objetivo específico 4</b> Identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión de dominio del entorno en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao 2021.</p>	<p><b>Hipótesis específica 4</b> Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de dominio del entorno en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao 2021.</p>		
<p><b>Problema específico 6</b> ¿Cómo se relaciona la ansiedad y la dimensión de crecimiento personal en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao 2021?</p>	<p><b>Objetivo específico 5</b> Identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión de propósito en la vida en el personal de un Centro de</p>	<p><b>Hipótesis específica 5</b> Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de propósito en la vida en el personal de un Centro de</p>		

Salud ubicado en Bellavista,  
Callao 2021.

**Objetivo específico 6**

Identificar la relación entre la ansiedad y la dimensión de crecimiento personal de un Centro de Salud ubicada en Bellavista, Callao 2021.

Salud ubicado en Bellavista,  
Callao 2021.

**Hipótesis específica 6**

Existe relación entre la ansiedad y la dimensión de crecimiento personal de un Centro de Salud ubicada en Bellavista, Callao 2021.


---

## Anexo 2. Matriz de Operacionalización de las Variables

Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Escala de medición
Bienestar psicológico	Es un constructo con sensaciones que brinda facilidades para confrontar retos vitales (Bakker y Rodriguez, 2018)	Autoaceptación Relaciones positivas Autonomía Dominio del entorno Propósito en la vida Crecimiento personal	Ordinal
Ansiedad	Es un estado de alarma que envía un signo de advertencia ante cualquier situación de peligro (Bergen y Cheon, 2019)	Ansiedad rasgo Ansiedad estado	Ordinal

### Anexo 3. Formularios


Ansiedad y bienestar psicológico en el personal de un Centro de salud ubicado en Bellavista - Callao, 2021

maryapaza.3@gmail.com [Cambiar cuenta](#)  Se guardó el borrador

\*Obligatorio

Datos del participante

Edad \*

 Esta pregunta es obligatoria.

Género \*

Ansiedad y bienestar psicológico en el personal de un Centro de salud ubicado en Bellavista - Callao, 2021

Estimados(a) participante:

Le saluda Candy Marisol Apaza Vilcachagua y Bryann Sebastián Bernal Sánchez. En esta oportunidad nos encontramos realizando nuestra investigación para obtener el grado de licenciatura.

El presente estudio tiene como objetivo determinar la relación entre ansiedad y bienestar psicológico en el personal de un Centro de Salud ubicado en Bellavista, Callao. Y para ello, le agradecería su participación para desarrollar los dos instrumentos de esta investigación con su mayor sinceridad para obtener resultados verídicos. Asimismo, cabe resaltar que la información que ustedes brinden será confidencial y de manera anónima.

A continuación, se detallará la naturaleza de las actividades:

- Si accede a participar de este cuestionario, este le tomará 10 minutos aproximadamente.
- La información obtenida será utilizada con fines académicos y manejada con confidencialidad.
- Se garantiza el completo anonimato respecto a su participación y a los datos obtenidos.
- Si lo considera necesario, está en el derecho de retirarse del cuestionario sin que esto conlleve algún perjuicio para usted, como participante.



**Cuestionario de Ansiedad Rasgo - Estado (IDARE)**

Escala A-Estado

**INSTRUCCIONES**  
Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen en la página siguiente.  
Lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique cómo se siente ahora mismo, en estos momentos.  
No hay contestaciones buenas o malas.  
No emplee mucho tiempo en cada frase pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

Asimismo, indicar que 1=No, 2= Un poco, 3= Bastante, 4= Mucho, serán los que describan la frecuencia de cada uno de los enunciados.

1.- Me siento calmado. \*

No

Un poco

Bastante

**Ansiedad y bienestar psicológico en el personal de un Centro de salud ubicado en Bellavista - Callao, 2021**

maryapaza.3@gmail.com [Cambiar cuenta](#)  Se guardó el borrador

\*Obligatorio

**Datos del participante**

Edad \*

 Esta pregunta es obligatoria.

Género \*

### Anexo 4. Validez de instrumentos

Autor 1:

**UPN**  
UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF**

Ítems: 10, 15

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVOS
10. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto	10. He logrado construir un estilo de vida que me agrada
15. Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro	15. Me siento motivado cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable ( )    Aplicable después de corregir (X)    No aplicable ( )

Observaciones: Ítem 15: Sinónimo y reformulación

Apellidos y nombres del juez validador: Apaza Vilcachagua, C.; Bernal Sánchez, Bryann Sebastián

D.N.I.: 43611653


Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
UNAC	Gerencia de Salud	2018-2019

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
DIRESA	DIRETOR EJECUTIVO DE LA SALUD	DIRECCION DE SALUD	2022-Presente	DIRECCIÓN

\*Pertinencia: El ítem pertenece al concepto teórico formulado  
 \*Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo  
 \*Claridad: Se enuncia sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

  
 Lic. LUIS ALBERTO AVILA VERA  
 Psicólogo (C) - Psicología  
 9 de 2 de 2022

**UPN**  
UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF**

Ítems: 10, 15

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVOS
10. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto	10. He logrado construir un estilo de vida que me agrada
15. Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro	15. Me siento motivado cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable ( )    Aplicable después de corregir (X)    No aplicable ( )

Observaciones: Ítem 15: Sinónimo y reformulación

Apellidos y nombres del juez validador: Apaza Vilcachagua, C.; Bernal Sánchez, Bryann Sebastián

D.N.I.: 43611653


Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
UNAC	Gerencia de Salud	2018-2019

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
DIRESA	DIRETOR EJECUTIVO DE LA SALUD	DIRECCION DE SALUD	2022-Presente	DIRECCIÓN

\*Pertinencia: El ítem pertenece al concepto teórico formulado  
 \*Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo  
 \*Claridad: Se enuncia sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

  
 Lic. LUIS ALBERTO AVILA VERA  
 Psicólogo (C) - Psicología  
 9 de 2 de 2022

Autor 2:

**UPN**  
UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO DE ANSIEDAD (STAI)**

ANSIEDAD-ESTADO  
Ítems: 10, 13, 14, 18

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVO
10. Me siento confortable	10. Me siento cómodo
13. Estoy desasosegado	13. Me siento intranquilo
14. Me siento muy "atado"	14. Me siento sometido
18. Me siento aturdo y sobreexcitado	18. Me siento confundido y agitado

ANSIEDAD-RASGO  
Ítems: 27, 39

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVO
27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada	27. Soy una persona tranquila, serena y pacífica
39. Soy una persona estable	39. Soy una persona firme

Opinión de aplicabilidad:  Aplicable ( )  Aplicable después de corregir (X)  No aplicable ( )

Observaciones: Ítem 18: Modificar el sustantivo "atado" / "sometido"

Apellidos y nombres del juez validador: Ayala Vera Luis Damián

D.N.I.: 47611653

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
UNAC	Gerencia en Salud	2018-2019

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
Dirección Callao	Director General de la Salud	Dirección Callao	2022-Diciembre	Director

\*Pertinencia: El ítem pertenece al concepto teórico formulado  
 \*Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo  
 \*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Luis Alberto Ayala Vera  
 D.N.I. 47611653  
 Director General de la Salud  
 Firma y sello del profesional.

9 de 3 de 2023

**UPN**  
UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF**

Ítems: 10, 15

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVO
10. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto	10. He logrado construir un estilo de vida que me agrada
15. Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro	15. Me siento motivado cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro

Opinión de aplicabilidad:  Aplicable ( )  Aplicable después de corregir (X)  No aplicable ( )

Observaciones: Ítem 15: Sustituir "bien" por "motivado"

Apellidos y nombres del juez validador: Ayala Vera Luis Damián

D.N.I.: 47611653

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
UNAC	Gerencia de Salud	2018-2019

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
DIRESA	Director General de la Salud	DIRESA Callao	2022-Diciembre	Director

\*Pertinencia: El ítem pertenece al concepto teórico formulado  
 \*Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo  
 \*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Luis Alberto Ayala Vera  
 D.N.I. 47611653  
 Director General de la Salud  
 Firma y sello del profesional.

9 de 3 de 2023

Autor 3:

**UPN**  
UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO DE ANSIEDAD (STAI)**

ANSIEDAD-ESTADO  
Ítems: 10, 13, 14, 18

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVO
10. Me siento confortable	10. Me siento cómodo
13. Estoy desasosegado	13. Me siento intranquilo
14. Me siento muy "atado"	14. Me siento acorralado
18. Me siento aturdido y sobreexcitado	18. Me siento confundido y agotado

ANSIEDAD-RASGO  
Ítem: 27, 39

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVO
27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada	27. Soy una persona tranquila, serena y pacífica
39. Soy una persona estable	39. Soy una persona firme

Opinión de aplicabilidad: Aplicable (✓) Aplicable después de corregir ( ) No aplicable ( )

Apellidos y nombres del juez validador: Bajo Caruso Diarce  
D.N.I.: 42202692

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
Instituto Tecnológico de Bellavista	Psicología	2012 - 2015

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
I.E.P. John F. Kennedy	Psicólogo	La Pampa	2018 - a la fecha	Dpto. de Psicología

\*Pertinencia: El ítem pertenece al concepto teórico formulado.  
\*Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo.  
\*Claridad: Se enuncia sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Desiree Elizabeth Burgos Caruso  
PSICÓLOGA  
C.P.S.P. 31236

08 de 02 de 23

Firma y sello del profesional.

**UPN**  
UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF**

Ítems: 10, 15

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVO
10. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto	10. He logrado construir un estilo de vida que me agrada
15. Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro	15. Me siento motivado cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro

Opinión de aplicabilidad: Aplicable (✓) Aplicable después de corregir ( ) No aplicable ( )

Apellidos y nombres del juez validador: Bajo Caruso Diarce  
D.N.I.: 42202692

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
Instituto Tecnológico de Bellavista	Psicología	2012 - 2015

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
I.E.P. John F. Kennedy	Psicólogo	La Pampa	2018 - a la fecha	Dpto. de Psicología

\*Pertinencia: El ítem pertenece al concepto teórico formulado.  
\*Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo.  
\*Claridad: Se enuncia sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Desiree Elizabeth Burgos Caruso  
PSICÓLOGA  
C.P.S.P. 31236

08 de 02 de 23

Firma y sello del profesional.

**Autor 4:**

**UPN**  
UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO DE ANSIEDAD (STAI)**

ANSIEDAD-ESTADO  
Ítems: 10, 13, 14, 18

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVOS
10. Me siento cómodo	10. Me siento cómodo
13. Estoy desasosgado	13. Me siento intranquilo
14. Me siento muy "atado"	14. Me siento sometido
18. Me siento aturrido y sobreexcitado	18. Me siento confundido y agotado

ANSIEDAD-RASGO  
Ítems: 27, 39

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVOS
27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada	27. Soy una persona tranquila, serena y pacífica
39. Soy una persona estable	39. Soy una persona firme

Opinión de aplicabilidad: Aplicable  Aplicable después de corregir ( ) No aplicable ( )

Observaciones: *Me siento cómodo y tranquilo*

Apellidos y nombres del juez validador: *Ruiz Flores, Johnny Fernando*

D.N.I.: *73611149*

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
UCV	Psicología	2019

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
CSHC La Perla	Psicólogo	La Perla	Noviembre - 2021	Psicólogo Clínico

\*Pertinencia: El ítem pertenece al concepto teórico formulado  
 \*Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo  
 \*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

*Johnny R.F.*  
 Ruiz Flores, Johnny Fernando  
 PSICÓLOGO  
 C.P.S. P.N. 37540  
 08 de 02 de 2023

**UPN**  
UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF**

Ítems: 10, 15

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVOS
10. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto	10. He logrado construir un estilo de vida que me agrada
15. Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro	15. Me siento motivado cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro

Opinión de aplicabilidad: Aplicable  Aplicable después de corregir ( ) No aplicable ( )

Observaciones: .....

Apellidos y nombres del juez validador: *Ruiz Flores, Johnny Fernando*

D.N.I.: *73611149*

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
UCV	Psicología	2019

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
CSHC LA PERLA	Psicólogo	La Perla	Noviembre 2021	Psicólogo Clínico

\*Pertinencia: El ítem pertenece al concepto teórico formulado  
 \*Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo  
 \*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

*Johnny R.F.*  
 Ruiz Flores, Johnny Fernando  
 PSICÓLOGO  
 C.P.S. P.N. 37540  
 08 de 02 de 2023

**Autor 5:**

**UPN**  
UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO DE ANSIEDAD (STAI)**

ANSIEDAD-ESTADO  
Ítems: 10, 13, 14, 18

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVOS
10. Me siento confortable	10. Me siento cómodo
13. Estoy desasosegado	13. Me siento entranquilo
14. Me siento muy "atado"	14. Me siento sometido
18. Me siento aturdido y sobrecargado	18. Me siento confundido y agitado

ANSIEDAD-RASGO  
Ítems: 27, 39

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVOS
27. Soy una persona tranquila, serena y sossegada	27. Soy una persona tranquila, serena y pacífica
39. Soy una persona estable	39. Soy una persona firme

Opinión de aplicabilidad: Aplicable () Aplicable después de corregir ( ) No aplicable ( )

Apellidos y nombres del juez validador: Salvadora Alcantara Bernal Sánchez  
D.N.I.: 42856927  
Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
<u>U. César Vallejo</u>	<u>Psicología Clínica</u>	<u>2013 - 2021</u>

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
<u>Centro de Salud Bellavista</u>	<u>Psicólogo Clínico</u>	<u>Mancha, Huesca, España</u>	<u>10/2011/09/2020</u>	<u>Psicólogo</u>

\*Pertinencia: El ítem pertenece al concepto teórico formulado  
\*Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo  
\*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Romy Orlando Solís Bernal  
Psicólogo  
C.P.S.P. 42107  
Firma y sello del profesional.

08 de 02 de 2023

**UPN**  
UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF**

Ítems: 10, 15

ÍTEM PARA MODIFICAR	ÍTEM NUEVOS
10. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto	10. He logrado construir un estilo de vida que me agrada
15. Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro	15. Me siento motivado cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro

Opinión de aplicabilidad: Aplicable () Aplicable después de corregir ( ) No aplicable ( )

Apellidos y nombres del juez validador: Salvadora Alcantara Bernal Sánchez  
D.N.I.: 42856927  
Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
<u>U. César Vallejo</u>	<u>Psicología Clínica</u>	<u>2013 - 2021</u>

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
<u>Centro de Salud Bellavista</u>	<u>Psicólogo Clínico</u>	<u>Mancha, Huesca, España</u>	<u>10/2011/09/2020</u>	<u>Psicólogo</u>

\*Pertinencia: El ítem pertenece al concepto teórico formulado  
\*Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo  
\*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Romy Orlando Solís Bernal  
Psicólogo  
C.P.S.P. 42107  
Firma y sello del profesional.

08 de 02 de 2023

# 1. Validación del instrumento IDARE STAI

Autor 1:

**ANSIEDAD-ESTADO**

*Instrucciones: A continuación encontrará unas frases que se utilizan comúnmente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted ahora mismo, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.*

1. Me siento calmado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
2. Me siento seguro	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
3. Estoy tenso	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
4. Estoy contrariado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
5. Me siento cómodo (estoy a gusto)	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
6. Me siento alterado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
8. Me siento descansado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
9. Me siento angustiado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
10. Me siento cómodo	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
11. Tengo confianza en mí mismo	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
12. Me siento nervioso	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
13. Estoy desasosegado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
14. Me siento muy catado (como oprimido)	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
15. Estoy relajado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
16. Me siento satisfecho	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
17. Estoy preocupado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
18. Me siento aturdido y sobresuscitado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
19. Me siento alegre	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
20. En este momento me siento bien	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho

**ANSIEDAD-RASGO**

*Instrucciones: A continuación encontrará unas frases que se utilizan comúnmente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted en general, en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa cómo se siente usted generalmente.*

21. Me siento bien	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
22. Me canso rápidamente	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
23. Siento ganas de llorar	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
24. Me gustaría ser tan feliz como otros	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
26. Me siento descansado	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
27. Soy una persona tranquila, serena y sossegada	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
30. Soy feliz	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
32. Me falta confianza en mí mismo	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
33. Me siento seguro	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
35. Me siento triste (melancólico)	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
36. Estoy satisfecho	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
38. Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
39. Soy una persona estable	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre

  
 Firma y sello del especialista

20 de 02 de 2023

**Autor 2:**

ANSIEDAD-ESTADO		
Instrucciones: A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted ahora mismo, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.		
1. Me siento calmado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
2. Me siento seguro	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
3. Estoy tenso	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
4. Estoy contrariado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
5. Me siento cómodo (estoy a gusto)	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
6. Me siento alterado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
8. Me siento descansado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
9. Me siento angustiado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
10. Me siento confortable	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
11. Tengo confianza en mí mismo	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
12. Me siento nervioso	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
13. Estoy desasosegado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
14. Me siento muy «atado» (como oprimido)	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
15. Estoy relajado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
16. Me siento satisfecho	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
17. Estoy preocupado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
18. Me siento aturdido y sobreexcitado	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
19. Me siento alegre	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho
20. En este momento me siento bien	0. Nada 2. Bastante	1. Algo 3. Mucho

ANSIEDAD-RASGO		
Instrucciones: A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted en general, en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa cómo se siente usted generalmente.		
21. Me siento bien	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
22. Me canso rápidamente	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
23. Siento ganas de llorar	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
24. Me gustaría ser tan feliz como otros	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
25. Pienso oportunidades per no decidirme pronto	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
26. Me siento descansado	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
27. Soy una persona tranquila, serena y sossegada	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
30. Soy feliz	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
32. Me falta confianza en mí mismo	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
33. Me siento seguro	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
35. Me siento triste (melancólico)	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
36. Estoy satisfecho	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
38. Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
39. Soy una persona estable	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado	0. Casi nunca 2. A menudo	1. A veces 3. Casi siempre

Romy Orlando Soto Luján  
Psicólogo  
C.Ps.P. 42107  
Firma y sello del especialista

28 de 02 de 2023



Autor 3:

**ANSIEDAD-ESTADO**


Instrucciones: A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted ahora mismo, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.

1. Me siento calmado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
2. Me siento seguro	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
3. Estoy tenso	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
4. Estoy contrariado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
5. Me siento cómodo (estoy a gusto)	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
6. Me siento alterado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
8. Me siento descansado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
9. Me siento angustiado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
10. Me siento confortable	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
11. Tengo confianza en mí mismo	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
12. Me siento nervioso	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
13. Estoy desasosegado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
14. Me siento muy «atado» (como oprimido)	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
15. Estoy relajado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
16. Me siento satisfecho	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
17. Estoy preocupado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
18. Me siento aturdido y sobreexcitado	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
19. Me siento alegre	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho
20. En este momento me siento bien	0. Nada	1. Algo	2. Bastante	3. Mucho

**ANSIEDAD-RASGO**

Instrucciones: A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted en general, en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa cómo se siente usted generalmente.

21. Me siento bien	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
22. Me canso rápidamente	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
23. Siento ganas de llorar	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
24. Me gustaría ser tan feliz como otros	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
26. Me siento descansado	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
27. Soy una persona tranquila, serena y serena	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
28. Veo que las dificultades se aminoran y no puedo con ellas	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
30. Soy feliz	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
32. Me falta confianza en mí mismo	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
33. Me siento seguro	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
35. Me siento triste (melancólico)	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
36. Estoy satisfecho	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
38. Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
39. Soy una persona estable	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado	0. Casi nunca	1. A veces	2. A menudo	3. Casi siempre

  
 C.I.P. 14189  
 Firma y sello del especialista

20 de 02 de 2023

**Autor 4:**

**ANSIEDAD-ESTADO**

**Instrucciones:** A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente ahora mismo, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.


1. Me siento calmado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
2. Me siento seguro	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
3. Estoy tenso	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
4. Estoy contrariado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
5. Me siento cómodo (estoy a gusto)	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
6. Me siento alterado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
8. Me siento descansado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
9. Me siento angustiado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
10. Me siento confortable	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
11. Tengo confianza en mí mismo	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
12. Me siento nervioso	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
13. Estoy desasosegado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
14. Me siento muy vatado (como oprimido)	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
15. Estoy relajado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
16. Me siento satisfecho	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
17. Estoy preocupado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
18. Me siento aturdido y sobreexcitado	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
19. Me siento alegre	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho
20. En este momento me siento bien	0. Nada	1. Algo
	2. Bastante	3. Mucho

**ANSIEDAD-RASGO**

**Instrucciones:** A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente en general, en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa cómo se siente usted generalmente.

21. Me siento bien	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
22. Me canso rápidamente	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
23. Siento ganas de llorar	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
24. Me gustaría ser tan feliz como otros	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
26. Me siento descansado	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
30. Soy feliz	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
32. Me falta confianza en mí mismo	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
33. Me siento seguro	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
35. Me siento triste (melancólico)	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
36. Estoy satisfecho	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
37. Me romían y molestan pensamientos sin importancia	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
38. Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
39. Soy una persona estable	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado	0. Casi nunca	1. A veces
	2. A menudo	3. Casi siempre

20 de 2 de 23

  
 Bernal Sánchez, Bryann Sebastián  
 Psicólogo especialista

**5. Fotos de la Prueba bienestar psicológico e interpretación**

**ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO DE RYFF**

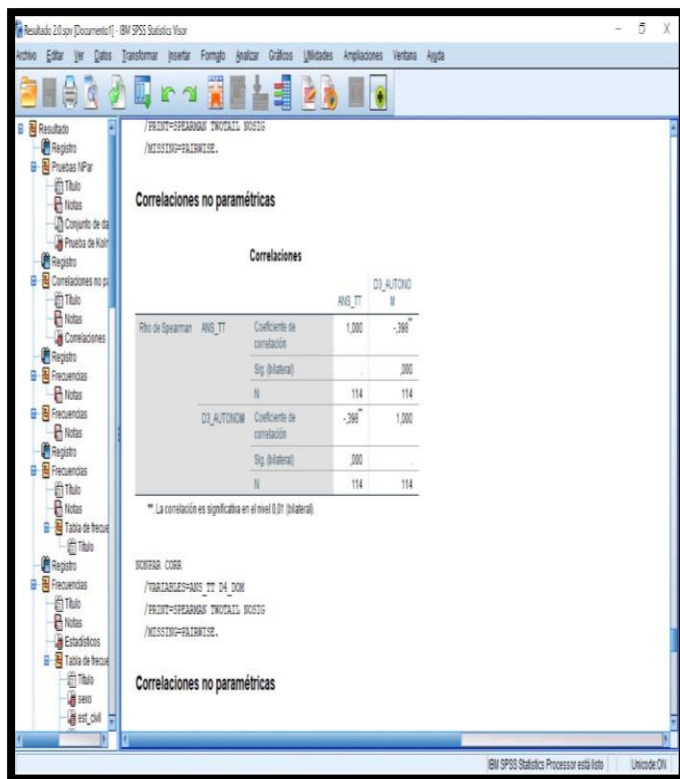
EDAD: \_\_\_\_\_ SEXO: FEMENINO ( )  
MASCULINO ( )

A continuación, se presenta algunos enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. Responda con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una equis (x).

ÍTEM	Totalmente desacuerdo	Poco de acuerdo	Moderadamente de acuerdo	Muy de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.						
2. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.						
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.						
4. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.						
5. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.						
6. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.						
7. Reconozco que tengo defecto.						
8. Reconozco que tengo virtudes.						
9. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.						
10. Sostengo mis decisiones hasta el final.						
11. En general me siento seguro y positivo conmigo mismo.						
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.						
13. Puedo confiar en mis amigos.						
14. Cuando cumpla una meta, me planteo otra.						
15. Tiendo a preocuparme sobre lo que la gente piensa de mí.						
16. Mis relaciones amistales son verdaderas.						
17. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.						
18. Comprendo con facilidad como la gente se siente.						
19. Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles.						
20. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.						
21. Considero que hasta ahora no tengo mejoras en mi						

vida.																				
22. Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.																				
23. Me parece que la mayor parte de las personas tiene más amigos que yo.																				
24. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho más como persona.																				
25. En general, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.																				
26. Siento que soy víctima de las circunstancias.																				
27. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por lo valores que otros tienen.																				
28. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.																				
29. Tengo la capacidad de construir mi propio destino.																				
30. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que una piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.																				
31. Mis amigos pueden confiar en mí.																				
32. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.																				
33. Tomo acciones ante las metas que me planteo.																				
34. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.																				
35. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.																				
36. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.																				
37. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.																				
38. Es importante tener amigos.																				
39. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.																				

## 6. Fotos del SPSS



	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidas	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	edad	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
2	RNG_ED	Numérico	8	0	{1, De 21 a ...	Ninguna	10	Derecha	Ordinal	Entrada	
3	sexo	Numérico	8	0	{1, Femeni...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada	
4	est_civil	Numérico	8	0	{1, Soltero ...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada	
5	grado_jrs	Numérico	8	0	{1, Secunda...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada	
6	BP_TT	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
7	BP_IV	Numérico	8	0	{1, Baj...	Ninguna	10	Derecha	Ordinal	Entrada	
8	D1_AUTOA	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
9	D1_AUTOA_	Numérico	8	0	{1, Baj...	Ninguna	14	Derecha	Ordinal	Entrada	
10	D2_REPO	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
11	D2_REPO_	Numérico	8	0	{1, Baj...	Ninguna	13	Derecha	Ordinal	Entrada	
12	D3_AUTON	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
13	D3_AUTON_	Numérico	8	0	{1, Baj...	Ninguna	16	Derecha	Ordinal	Entrada	
14	D4_DOM	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
15	D4_DOM_IV	Numérico	8	0	{1, Baj...	Ninguna	12	Derecha	Ordinal	Entrada	
16	D5_CREP	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
17	D5_CREP_	Numérico	8	0	{1, Baj...	Ninguna	13	Derecha	Ordinal	Entrada	
18	D6_PROVI	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
19	D6_PROVI_	Numérico	8	0	{1, Baj...	Ninguna	14	Derecha	Ordinal	Entrada	
20	ANS_TT	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
21	ANS_IV	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Ordinal	Entrada
22	D1_AEST	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada